

## Kontaktpersoner i CSG:

Präsident:

Dr. Harald Müller, 41539 Dormagen  
Tel. 00492133478-484  
harald.mueller@clusterkopfschmerz-selbsthilfe.de

Generalsekretär:

Jakob C. Terhaag, 52525 Waldfeucht  
Tel. 004924559309954  
jakob.c.terhaag@clusterkopfschmerz-selbsthilfe.de

Vizepräsident:

Hans-Josef Liebertz, 50321 Brühl  
Tel. 00492232931550  
h.josef.liebertz@clusterkopfschmerz-selbsthilfe.de

Schatzmeisterin:

Anja Alsleben, 48599 Gronau  
Tel. 00492562965-255  
anja.alsleben@clusterkopfschmerz-selbsthilfe.de

## Kontaktpersoner i regionen:

Denne informasjonen må gjerne  
kopieres og fordeles gratis.

Du kan enten laste ned filen fra internettsiden som er nevnt  
nedenfor eller kontakte personen som er nevnt nedenfor  
slik at han kan sende deg en diskett med filen.

Det er ikke tillatt å endre innholdet eller oppsettet.

Copyright 2001

**CSG e.V.**  
**Talstr. 53**  
**52525 Waldfeucht**

**Tel. 0049 2455 / 9309954**

[www.clusterkopfschmerz.de](http://www.clusterkopfschmerz.de)  
[www.clusterkopfschmerz-selbsthilfe.de](http://www.clusterkopfschmerz-selbsthilfe.de)

[info@clusterkopfschmerz.de](mailto:info@clusterkopfschmerz.de)

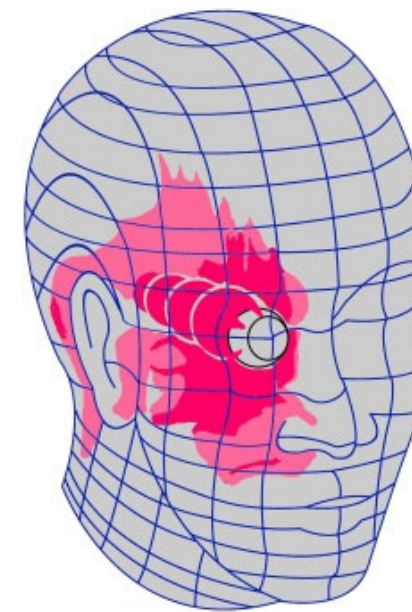
1.1-260601

Für die Übersetzung dieses Flyers danken wir sehr herzlich  
**tectranslate OHG**, unserem Sponsor für Übersetzungen –  
[www.tectranslate.com](http://www.tectranslate.com) - Sabine Nowak

## Klasehodepine – hva er det?

# CSG

**Clusterodepine-  
Selvhjelps-  
Grupper  
Tyskland**



## Hva er klasehodepine (clusterhodepine)?

Det er en veldig smertefull klasehodepine, også kalt Hortons hodepine, som opptrer mest ensidig og konstant på en side. For det meste kommer anfallene kun få uker i året. Alt etter forløp skiller man mellom ulike typer.

Navnet cluster kommer fra det engelske ordet klase. Med dette menes det at anfallene for det meste opptrer på bestemte tider av året, f. eks. om våren eller høsten. Nyere undersøkelser viser noe annet.

De svært sterke hodesmertene opptrer som anfall og nesten alltid rundt eller bak det ene øyet. Anfallene, som kommer uten forvarsel og ofte ca. 90 minutter etter at man har sovnet, varer mellom 15 minutter og 3 timer. Mange som lider av denne plagen våkner av dette eller får anfall om dagen. Antallet anfall ligger på mellom ett og åtte anfall per dag/natt. Når anfallet kommer, begynner som regel nesen å renne på den siden hvor anfallet kommer, øyet blir rødt og tårene renner.

I motsetning til personer med migrene, som trekker seg tilbake i et mørkt rom, søker den som er rammet av klasehodepine bevegelse. Han/hun begynner å vandre rundt, pressen hendene rundt øyepartiet og søker kulde. I ekstreme tilfeller skriker han/hun og dunker hodet mot veggen.

For ca. 80 % av dem som lider av klasehodepine opptrer anfallene periodisk i løpet av noen uker eller måneder i året. Dette kalles episodisk klasehodepine. I løpet av klaseperioden utløses smerteanfallene av en trigger (utløser). En klaseperiode kan vare fra noen dager til flere måneder. Etter dette følger uker, måneder eller til og med år hvor han/hun kan leve uten disse plagene.

## Årsaken til klasehodepinen

Den egentlige årsaken som fremkaller klasehodepine er ukjent.

Det finnes likevel minst to teorier som prøver å forklare hvordan klasehodepine oppstår.

## Klasehodepine er hodepine i karene.

Denne teorien mener at substanser som utvider karene kan utløse et hodepineanfall. I følge denne teorien oppstår smertene på grunn av en bakteriefri betennelse av venenettverket i øyet og sinus cavernosus. Endringer i disse venene kan sees ved bildegivende prosesser.

Venene som har blitt tykkere på grunn av betennelsen blokkerer blodomløpet og trykker arteria carotis (halspulsåren) mot kanalveggen, der den går gjennom hodeskallen. Irritasjonen som dette medfører på sympatikusknerven fører med seg den typiske tåredannelsen, rødmingen og den tette, rennende nesen.

## Hypothalamus er den skyldige

En annen teori går ut på at personer som har klasehodepine har en økt dannelse av hjernemasse i hypothalamus-området, som er en del av mellomhjernen.

Da mellomhjernen styrer blant annet sove/våke-rytmen og andre biologiske rytmer, kan denne deltakelsen være forklaringen på den urverkaktige oppførelsen til klasehodepinen og vår-/høstrytmen. Bildegivende prosesser viser at personer med klasehodepine har en høyere aktivitet i nervecellene der, noe man ikke finner hos andre pasienter med hodepine.

Det er viktig for personene det gjelder at de finner en lege som kjenner problemene denne sykdommen medfører. Det er ikke alltid lett, men det lønner seg.

Hvis du selv er plaget av dette, søk helt til du finner den "riktige" legen.

En annen viktig mulighet når det gjelder å omgås med klasehodepine og dens følger, er å delta i en selvhjelpsgruppe. For tiden dannes det uavhengige selvhjelpsgrupper for personer med klasehodepine og deres pårørende. For å skille oss fra andre aktiviteter og for å presentere oss samlet, benytter vi en forkortelse.

## CSG

Hvis du lider av sykdommen, bør du delta. Du hjelper deg selv og andre. På forsiden av dette informasjonsarket finner du kontaktpersonene.

Hvis du ikke har mulighet eller lyst til å delta aktivt, om du selv lider av sykdommen eller ikke, kan du likevel støtte oss økonomisk. Eller du gir oss navnet på en som kan støtte oss økonomisk. På dette arket er det ennå en plass ledig for en sponsor.....