

## Kontakt personer hos 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

## Vi ser med glädje att du kopierar och delar ut denna broschyr gratis

Kontakta gärna nedanstående adress och beställ en diskette eller kopiera dokumentet från vårans Homepage.

Det är inte tillåtet att förändra broschyrens innehåll.

Copyright 2001

CSG e.V.

Talstr. 53

52525 Waldfeucht

Tel. 0049 2455 / 9309954

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

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

[www.clusterkopf.de](http://www.clusterkopf.de)

[Jakob.C.Terhaag@clusterkopfschmerz-selbsthilfe.de](mailto:Jakob.C.Terhaag@clusterkopfschmerz-selbsthilfe.de)

Für die Übersetzung dieses Faltblattes in die schwedische Sprache danken wir sehr herzlich Frau Suzanne Dikler-Printschitsch

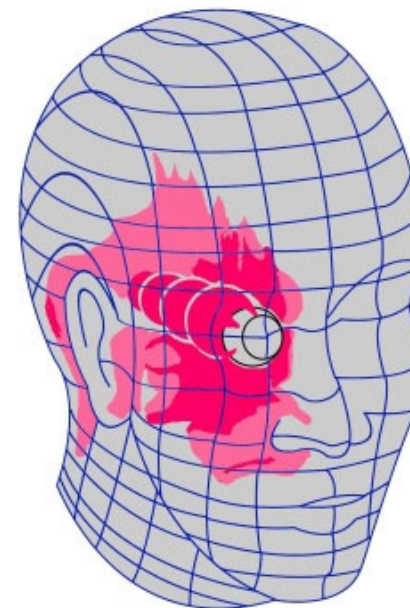
Denna broschyr har tryckts med vänligt understöd av:



## Cluster huvudvärk - vad är det?

# CSG

## Clusterhuvudvärk- Självhjälp- Grupper



## Vad är Cluster huvudvärk?

**Den mycket smärtsamma Cluster huvudvärken, även kallad Bing-Horton-huvudvärk – uppträder nästan uteslutet på en och samma sida. Mest uppträder attackerna endast under några veckor om året. Det finns olika former av Cluster huvudvärk.**

Namnet "Cluster" kommer från engelskan och betyder klase (som i druvklase). Man säger, att anfällen kommer i form av klasar under bestämda tider av året, t.ex. på våren eller hösten. Nyare undersökningar motsäger dock detta.

Den ytterst häftiga huvudvärken uppträder anfallsaktigt och är ensidig runt ögat och tinnigen. Längden av anfällen, som uppträder utan förvarning och för det mesta på natten, ca. 90 minuter efter insomnandet, ligger mellan 15 minuter och 3 timmar. Många patienter får dock attackerna i vaket tillstånd och under dagens lopp. Antalet brukar ligga mellan en och åtta attacker per natt/dag.

Anfallet börjar i regel med att näsan på den utsatta sidan börjar att rinna, ögat blir rött och börjar tåra. I motsats till migrän patienter, som drar sig tillbaka i ett mörkt rum och söker lugn, upplever Cluster patienten stor oro under anfallet. Patienten börjar gå fram och tillbaka, pressar händerna mot tinning och öga, söker avkylning och i extrema fall skriker han och slår huvudet mot väggen.

Hos ca 80% av Cluster-beträffade uppträder anfällen periodvis under flera veckor eller månader om året. Man talar då om episodisk Cluster-huvudvärk. Under perioden utlöses ofta anfällen av s.k. Trigger (utlösare).

En Cluster period kan dröja några dagar upp till flera månader. Därefter följer ofta veckor, månader och t.o.m. år, då patienten kan leva utan besvär

## Orsaker till Cluster huvudvärk

**Den verkliga orsaken till Cluster huvudvärk är ännu okänd.**

Det finns dock minst två teorier med vilka man försöker förklara uppkomsten av Cluster huvudvärk.

### Cluster huvudvärk är smärtor i huvudets blodådror

**Denna teori anser att substanser som vidgar blodådrorna kan utlösa en Cluster attack. Därvid anses att smärtan uppstår genom en bakteriefri inflammation på ådernätet runt ögat och Sinus cavernosus (bihålan). Förändringar i ådrorna har kunnat bevisas med bildmaterial.**

Ådrorna som svullnat genom inflammationen blockerar då blodets avlopp och trycker halspulsådern (Arteria carotis) mot väggen på kanalen som leder genom huvudet. Den irritation som så uppstår på "sympatikus nerven" förorsakar bisymptomer som tårflöde, röda ögon och förstoppad eller rinnande näsa.

### Det är hypothalamus (hypofysens) fel

Den andra teorin utgår ifrån att Cluster patienter har en större bildning av hjärnmassa runt om Hypothalamus, vilken utgör en del av mellanjärnan.

Eftersom mellanjärnan bl.a. bestämmer över sov/vaken rytmen och andra bio-rytmer, skulle detta kunna förklara det urverks-liknande

uppträndandet av Cluster huvudvärken och även förekommande vår/höst rytmen. Här har man vid avbildningar fastställt att patienten under ett anfall visar en aktivering av nervceller som inte har kunnat fastställas hos andra huvudvärks patienter.

Det viktigaste för patienten är att finna en läkare som känner till problematiken. Det är inte alltid enkelt, men ytterst lösnande.

**Om du tillhör dessa Cluster patienter, sök tills du hittar den "riktiga" läkaren.**

En annan viktig möjlighet att kunna umgås med Cluster huvudvärk och dess följder är att gå med i en självhjälp-grupp.

För tillfället bildas i Tyskland obundna själv-hjälp-grupper för Cluster patienter. Alle dessa grupper har gemensamt förkortningen

**CSG** i sina namn.

**Om du är beträffad, gå med i en grupp. Så hjälper du dig själv och andra. På framsidan av denna broschyr finns adresser att vända sig till.**