

## Kontaktné osoby v 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

## Kontaktná osoba vo Vašom regióne:

Uvítame, ak tento text budete  
rozmnožovať a bezplatne šíriť.

Pre tento účel si vyžiadajte, prosím, na dole uvedenej  
adrese disketu alebo si potrebné súbory stiahnite  
z nižšie uvedenej domovskej stránky.

Zmena obsahu alebo úpravy tohto letáčka nie je  
dovolená.

Copyright 2001

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

**Tel. 0049 2455 / 9309954**

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

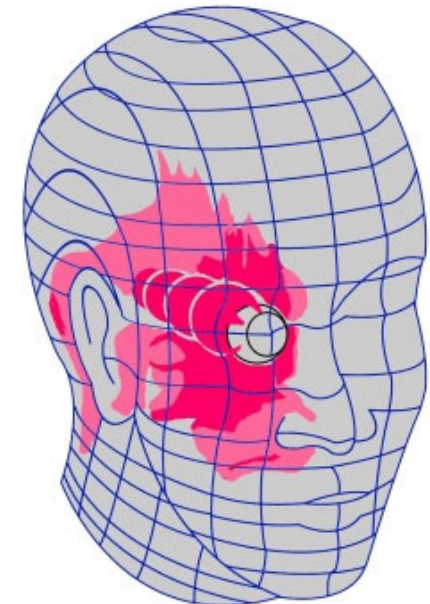
# Čo sú klastrové bolesti hlavy?

# CSG

## Clusterkopfschmerz- Selbsthilfe- Gruppen

Klastrové bolesti hlavy – svojpomocné skupiny

## Nemecko



## Čo je klastrová bolesť hlavy?

Veľmi bolestivá klastrová bolesť hlavy, nazývaná tiež Bing-Hortonova bolesť hlavy, sa takmer zakaždým objavuje na tej istej strane hlavy. Záchvaty sa vyskytujú zväčša iba počas niekoľkých týždňov v roku. Podľa priebehu rozoznávame niekoľko odlišných foriem. Pojem klastrová bolesť hlavy je anglického pôvodu a znamená zväzok, chumáč. To znamená, že záchvaty sa spravidla nahromadia v určitom období, napríklad na jar alebo na jeseň. Novšie výskumy však dospeli k iným záverom. Mimoriadne prudké bolesti hlavy majú charakter záchvatu a sú takmer vždy lokalizované jednostranne v oblasti oka alebo spánku. Záchvaty nastupujú bez náznaku, prevažne v noci, približne 90 minút po zaspaní a trvajú 15 minút až 3 hodiny. Mnohých postihnutých bolestí prebudí alebo atakuje cez deň. Počet záchvatov kolíše medzi 1 až 8 záchvatmi za deň/noc. Pri nástupe záchvatu pacientovi na postihnutej strane tváre spravidla začne „tiecť z nosa“ a oko mu sčervenie a slzí. Na rozdiel od pacienta trpiaceho migrénou, ktorý sa utiahne do tmavej miestnosti a vyhľadáva pokoj, pacienta postihnutého záchvatom klastrovej bolesti hlavy sa zmocňuje nepokoj. Pobehuje dookola, pritláča si ruky na spánky alebo oči, vyhľadáva chlad a v extrémnych prípadoch kričí a udiera so hlavou o stenu. Približne u 80 % pacientov, trpiacich klastrovou chorobou, sa tieto záchvaty dostávajú periodicky počas niekoľkých týždňov alebo mesiacov. V takom prípade hovoríme o epizodickej klastrovej bolesti hlavy. Počas klastrového obdobia záchvat neraz vyvolá nejaký trigger (angl., spúšťač). Jedna klastrová perióda môže trvať niekoľko dní až viac mesiacov. Potom nasledujú týždne, mesiace alebo dokonca roky, počas ktorých postihnutý žije bez ťažkostí.

## Príčiny klastrovej bolesti hlavy

Skutočná príčina klastrovej bolesti hlavy ešte stále nie je známa. Existujú najmenej dve teórie, pomocou ktorých sa vysvetľuje vznik klastrovej bolesti hlavy.

### Klastrové bolesti hlavy sú bolesťami hlavových ciev.

Táto teória zastáva názor, že látky, rozširujúce cievy, môžu vyvolať klastrovú ataku. Vlastnou príčinou bolesti je nebakteriálny zápal žilného pletiva oka a sinus cavernosus. Zmeny na týchto žilách možno zviditeľniť pomocou zobrazovacích technológií. Zápalom zhrubnuté žily blokujú odtok krvi a pritláčajú artériu carotis (krkovicu) na stenu kanálu, ktorý ju prevádza lebkou. To vyvolá dráždenie sympatického nervu, ktoré spôsobí typické sprievodné príznaky, ako výron slz, sčervenanie očí a upchaný, mokvajúci nos.

### Na vine je hypotalamus

Druhá hypotéza vychádza z toho, že pacienti trpiaci klastrovou bolesťou hlavy majú zvýšenú tvorbu mozgovej hmoty v oblasti hypotalamu, ktorý je časťou medzmozgu. Keďže medzmozog okrem iného riadi aj rytmus spánku a bdenia a iné biorytmy, jeho účasť môže vysvetliť hodinovú presnosť nástupu klastrovej bolesti a rytmus jar – jeseň. Zobrazovacie postupy ukazujú, že u pacientov postihnutých klastrovou bolesťou hlavy, sú v tejto oblasti počas záchvatu aktivované nervové bunky, ktoré u iných pacientov trpiacich bolesťou hlavy nenachádzame. Pre postihnutého je dôležité, aby našiel lekára, ktorý sa v tejto problematike vyzná. To nie je vždy jednoduché, ale vypláca sa to.

**Ak ste postihnutý, hľadajte tak dlho, kým nenájdete toho „správneho“ lekára.**

Iná významná možnosť, ako sa vyrovnáť s klastrovou bolesťou hlavy a jej následkami, je členstvo v svojpomocnej skupine. V súčasnosti sa v Nemecku organizujú nezávislé svojpomocné skupiny pacientov, trpiacich klastrovou bolesťou hlavy. Aby ich bolo možné odlišiť od iných občianskych aktivít a kvôli spoločnej prezentácii používajú tieto skupiny skratku

## CSG.

Ak ste postihnutý, pridajte sa k nám. Pomôžete sebe aj iným. Na prvej strane tohto informačného letáčka nájdete kontaktné osoby. Ak nechcete alebo nemôžete aktívne spolupracovať, môžete nám bez ohľadu na to, či ste postihnutý alebo nie, pomôcť finančným príspevkom. Alebo nás môžete upozorniť na niekoho, kto by nás mohol sponzorovať. Na tomto informačnom letáčku je ešte stále dost miesta pre sponzora...