



Aiuto!
Ho mal di testa.

Edizioni.com

Lo sapevi che il cervello non sente dolore? Perché a volte abbiamo mal di testa? Il mal di testa è un disturbo molto fastidioso ma è anche un segnale del nostro cervello per avvisarci e dirci che sta finendo la batteria e che bisogna ricaricarlo.

A volte, è sufficiente correggere qualche stile di vita, bere adeguatamente, mangiare correttamente e fare attività fisica. Per i casi più gravi invece ci si può rivolgere al Centro Cefalee dell'ISNB.

Per gli abitanti dell'area bolognese è infatti attivo un percorso diagnostico terapeutico (PDTA) grazie al quale i pazienti più gravi vengono direttamente inviati al Centro Cefalee dell'ISNB dal proprio neurologo.

Se hai mal di testa frequenti, rivolgiti al tuo medico curante e racconta il tuo disagio. Se il medico lo riterrà opportuno, ti prescriverà la visita specialistica da un neurologo del territorio che potrà aiutarti.

IL MAL DI TESTA

Il mal di testa è un disturbo doloroso molto comune. In medicina, viene chiamato cefalea mentre con il termine emicrania si identifica una forma ben precisa di cefalea disabilitante, molto frequente nella popolazione.

Esistono oltre 200 tipi di cefalea che possono essere suddivise in forme primarie, ossia quando sono loro stesse la malattia, ed in forme secondarie nelle quali invece la cefalea rappresenta un sintomo di allarme, una spia di una patologia sottostante (infettiva, vascolare, traumatica, metabolica, ecc.).

QUALI SONO LE CAUSE DEL MAL DI TESTA?

Le cefalee primarie non hanno una causa sottostante. Il cervello delle persone che soffrono di emicrania è identico a quello di chi non soffre di questo disturbo, ma particolarmente sensibile a qualsiasi situazione di aumentata richiesta energetica. Molti fattori scatenanti quindi agiscono su un "cervello speciale".

COME SI FA LA DIAGNOSI?

La diagnosi delle cefalee primarie è principalmente clinica, basata sulla storia del paziente. Il mal di testa va ben descritto al medico curante che è in grado di riconoscere campanelli di allarme clinici per i quali invece è opportuno eseguire degli accertamenti per escludere una cefalea secondaria.

QUALI SONO LE POSSIBILI TERAPIE?

Non esiste purtroppo una terapia che faccia scomparire completamente il mal di testa, per sempre.

Per quanto riguarda l'attacco di emicrania, è fondamentale che la terapia (analgesico) venga assunta il più precocemente possibile (ad inizio del dolore), con l'obiettivo di controllare il dolore e i sintomi associati (nausea, vomito, ecc.) entro le 2 ore dal trattamento. In caso di cefalea frequente è indicato un trattamento di prevenzione che può essere farmacologico o non farmacologico (attenzione: qualsiasi terapia va concordata con il medico).

L'obiettivo è quello di ridurre la frequenza, l'intensità e la durata degli attacchi per migliorare la qualità della vita e ridurre l'utilizzo di analgesici. Spesso per ottenere questi risultati occorre tempo: **non esiste un trattamento ideale per tutti, ognuno di noi ha una risposta individuale nei confronti dei farmaci.**

COSA FARE IN PRESENZA DI FREQUENTI MAL DI TESTA?

In caso di mal di testa, bisogna rivolgersi innanzitutto al proprio medico curante, il quale, quando necessario, in collaborazione con il neurologo del territorio, può programmare esami strumentali (come la TC o la Risonanza Magnetica dell'encefalo) atti a chiarire la diagnosi e quindi ad impostare una terapia appropriata ad iniziare una fase di osservazione e monitoraggio nel tempo. Quando non è possibile formulare una diagnosi certa, quando la cefalea è complicata dall'iperuso di analgesici o non risponde alle terapie precedentemente impostate, o in caso di cefalea a grappolo o altre cefalee rare, è opportuno rivolgersi ad un Centro Cefalee.

QUALCHE DATO

In Italia sono 6 milioni le persone che soffrono di mal di testa. L'emicrania è molto frequente nelle donne in età fertile (16-18%) ed è ritenuta dall'Organizzazione Mondiale della Sanità una delle patologie più disabilitanti, in grado di interferire con la qualità della vita, con elevate ricadute sociali in termine di costi diretti e soprattutto indiretti dovuti a perdita di giornate lavorative e riduzione della produttività nel lavoro.

Il Centro Cefalee dell'ISNB è diretto dal Prof. Pietro Cortelli. Fondato nel 1980 dal Prof. Elio Lugaresi, il centro è uno dei 4 presenti in Regione Emilia-Romagna per la terapia con tossina botulinica, centro di riferimento regionale per la cura della cefalea e centro regionale di riferimento per la neurochirurgia delle forme farmacoresistenti.

Ogni anno, il centro accoglie 1000 nuovi casi, per lo più persone che presentano cefalee ad alta frequenza o per forme rare ad alta complessità diagnostica. Il centro fornisce terapie personalizzate e suggerimenti ai quali attenersi per ottenere il massimo beneficio. Solo per i casi più difficili e farmaco resistenti di cefalea a grappolo è riservato l'impianto di un neurostimolatore del nervo grande occipitale. La struttura collabora con altri Centri

CEFALEE REGIONALI E NAZIONALI

All'ISNB, ricerca e assistenza camminano insieme

L'attività di ricerca del Centro Cefalee è volta allo studio delle basi fisiopatologiche e genetiche delle principali forme di cefalea primaria. Una particolare attenzione viene posta allo studio degli aspetti clinici, psicologici, diagnostici e terapeutici delle cefalee e della loro cronicizzazione. Infine il centro partecipa a studi clinici nazionali e internazionali per lo sviluppo di nuove strategie terapeutiche.

I professionisti del centro Cefalee

Pietro Cortelli, neurologo

Sabina Cevoli, neurologa

Giulia Pierangeli, neurologa

Valentina Favoni, neurologa

CONTATTI

Telefono: 051/4966990

Mail: ambulatori.irccs@ausl.bo.it

Orari/giorni di apertura: dal lunedì al venerdì dalle ore 9 alle ore 13.00

Sede: ISNB, Ospedale Bellaria, Pad F piano -1, via Altura 3, Bologna

Ricorda: prima di chiamare rivolgiti al tuo medico curante.



Sostieni la ricerca dell'IRCCS Istituto delle Scienze Neurologiche (ISNB) e destina il tuo 5x1000 alla ricerca per le malattie neurologiche e neuromuscolari.

Firma nel riquadro "Finanziamento della ricerca sanitaria" del modello della tua dichiarazione dei redditi e inserire il codice fiscale 02406911202.