

III./2. fejezet: Fejfájások

Ertsey Csaba, Bozsik György



A fejfájásokat összefoglaló oktatási egység célja a rendkívül heterogén tünetcsoport felosztásának, kialakulásának megismerése, az e csoportba tartozó betegségek legfontosabb tüneteinek elsajátítása, az alkalmazandó diagnosztikus módszerek és kezelési eljárások megismerése a hazai és nemzetközi klinikai irányelvek alapján.

Az oktatási egység elsajátítása után a hallgató képes lesz különbséget tenni az önálló és tüneti fejfájások között, felismerni a sürgős ellátást igénylő kórképeket. Megtanulja a legfontosabb önálló fejfájások pathomechanizmusával, klinikumával, diagnózisával és terápiájával kapcsolatos, az általános orvosi gyakorlatban hasznosítandó ismereteket.

Bevezetés



A fejfájás az orvoshoz fordulók egyik leggyakoribb panasza. Mértéktartó becslések szerint Magyarországon 1-1,2 millió migrénes van, és legalább 3 millióra tehető azok száma, akik egyéb, visszatérő fejfájásban szenvednek. A fejfájásoknak számos oka lehet: elkülönítenek ún. primer (önálló) fejfájásokat, illetve másodlagos (tüneti) fejfájásokat. A fejfájásban szenvedő beteg legtöbbször attól fél, hogy panaszai hátterében komoly betegség (idegrendszeri daganat, vérzés stb.) áll. Bár ezek előfordulási esélye kisebb, kizárásuk csak az általános és fejfájás-körelőzmény részletes felvétele és a belszervi és neurológiai vizsgálat elvégzése után lehetséges. Ezért a fejfájások kivizsgálása és kezelése időigényes feladat.

A visszatérő fejfájások az egyén életminőségét rontják, ugyanakkor társadalmi hatásaiak sem elhanyagolhatóak. 2005-ös adatok szerint az Európai Unióban a migrén volt a legköltségesebb neurológiai betegség: éves szinten kb. 26 milliárd eurós költségének döntő része indirekt (kiesett, ill. csökkent hatékonyságú munkából származó) kiadás volt. Az önálló fejfájások általában az aktív korú népességet érintik, a kórlefolyás általában krónikus (évtizedeken keresztül jelentkezhetnek változó gyakoriságú fejfájások). A két leggyakoribb önálló fejfájástípus, a migrén és a tenziós fejfájás jelentős komorbiditást mutat a depresszióval és más pszichiátriai kórképekkel.

Az olvasó a korábbi tanulási egységekben megismerkedhetett a neurológia tárgyával, a neurológiai vizsgálat módszereivel, a neurológiai tünetekkel. A jelenlegi modul a fejfájások típusait, okait, tüneteit, kivizsgálását és kezelését tárgyalja.

Kulcsszavak: Fejfájás – tüneti fejfájások – migrén – tenziós fejfájás – cluster fejfájás

A tanulási egység tartalma

A fejfájások tárgyalásakor az anyagot a következő tanulási egységekre bontottuk (zárójelben a tanulási időszükséglet):

III./2.1. A fejfájások felosztása (1 óra)

III./2.2. Pathológiai jellemzők, etiológia (1 óra)

III./2.3. Klinikai jellegzetességek, tünetek (3 óra)

III./2.4. Diagnosztika (1 óra)

III./2.5. Terápia (2 óra)

Gyakorlótesztek (a válaszok önellenőrzésével 2 óra)

Útmutató a tanuláshoz



Az oktatási egység önmagában is érthető és tanulható anyagot tartalmaz. Első lépésben javasoljuk az egyes alfejezetekhez tartozó oktatási anyagok elolvasását, majd bővebb információszerezés céljából a megadott tankönyvfejezetek elolvasását és az internetes hivatkozások felkeresését. Az ismétléskor az oktatási egység alfejezeteinek újbóli átnézését javasoljuk. Ha valami ekkor nem érthető, javasoljuk az adott tankönyvfejezethez vagy honlaphoz való visszatérést. Ezt követően a gyakorlótesztek megoldásával zárul a felkészülés.

A tananyaggal való foglalkozást először a fejfájásokkal foglalkozó tantermi előadás előtti hétre javasoljuk időzíteni. Az ekkor átnézett tananyag segíti az előadás jobb követését, ott a már előzetesen átolvasott ismeretanyag megerősítésre és újbóli bevésésre kerül, a problémákkal kapcsolatban az előadó segítségét is kérhetik. A második átnézést a tantermi előadás után, a következő heti gyakorlat előtti napokra érdemes időzíteni. A félévi vizsga előtti napokban érdemes a tananyagot a legalaposabban végigvenni.



A gyakorló feladatok egyrészt egyszeres választásos tesztkérdések, másrészt konkrét esetismertetésekhez csatlakozó kérdések. Javasoljuk a gyakorló feladatsor kérdéseinek egy ülésben történő megválaszolását. A válaszok megtekintését csak a 20 kérdés folyamatos megválaszolása utánra javasoljuk. A gyakorló kérdések megválaszolása során segédanyagot ne használjon – ezt majd a gyakorlóteszt ellenőrzése során az esetleg rosszul megválaszolt kérdések helyes megoldásának megkeresésére alkalmazza. A feltett 20 kérdésből legalább 16-ra jól kell válaszolni a felkészülés lezárásához.

A gyakorló tesztekben szereplőkhöz hasonló tesztekkel találkozik majd a hallgató a második félévet lezáró ellenőrző feladatok (elméleti tesztvizsga) során. A felkészüléshez használt gyakorló tesztek eredményes megoldása természetesen nem garantálja majd a vizsga sikerét: pusztán visszajelzésként szolgál a saját felkészültség megítélésére. A tesztvizsga során 60%-nál jobb teljesítményt kell nyújtani a vizsga elfogadásához.



A tanulási folyamat során érdemes olyan szakmai honlapokat felkeresni, mely az adott témakör jelenlegi szakmai álláspontját tükrözi. A magyarországi honlapok közül feltétlenül ajánlott az Nemzeti Erőforrás Minisztérium releváns honlapjának felkeresése (www.eum.hu), ahol más szakmai protokollokkal együtt [az elsődleges fejfájások klasszifikációjáról, a migrén epidemiológiájáról, a fejfájásban szenvedő betegek kivizsgálási stratégiájáról, az elsődleges fejfájások kezeléséről](#) szóló protokoll is megtalálható (IE (6431. oldal) *(megjelent az Egészségügyi Közlöny 2010. évi 11. számában, 2010. május 25.)*)
Részletes információkat találhatunk Magyar Fejfájás Társaság honlapján is: www.fejfajas-tarsasag.hu, ill. a Nemzetközi Fejfájás Társaság angol nyelvű weboldalán: <http://www.ihs-headache.org/>

Ajánlott irodalom



A felkészüléshez magyar nyelvű tankönyvekre is szükség van. Az elérhetőség függvényében a következő tankönyvek idevágó fejezeteit javasoljuk

- Szirmai I. Neurológia. Medicina Könyvkiadó, 2005.
- Komoly S., Palkovits M. Gyakorlati neurológia és neuroanatómia. Medicina Könyvkiadó, 2010.
- Vécsei L. (szerk). Fejfájás. B+V Medica kiadó, 2002.

A Nemzetközi Fejfájás Társaság honlapja: <http://www.ihs-headache.org/>

A Magyar Fejfájás Társaság honlapja: www.fejfajas-tarsasag.hu

A Nemzetközi fejfájás Társaság diagnosztikus kritériumrendszerének 2. kiadása: (http://217.174.249.183/upload/CT_Clas/ICHD-IIR1final.pdf)

A Migrén Aura Alapítvány honlapja: http://www.migraine-aura.org/content/index_en.html

Psychiatric issues in patients with headaches:

<http://www.springerlink.com/content/7j5111931gv32136/>

Fejfájás a mindennapi orvosi gyakorlatban: <http://www.elitmed.hu/kiadvanyaink/lam>

[lege artis medicin/fejfajas a mindennapi orvosi gyakorlatban 6534/](http://www.elitmed.hu/kiadvanyaink/lam/lege-artis-medicin-fejfajas-a-mindennapi-orvosi-gyakorlatban-6534/)

Videó: Migrén aura: <http://www.youtube.com/watch?v=q1sXbdaIB-g>

Videó: Migrén aura (Scotoma scintillans): http://www.youtube.com/watch?v=gV_37cao38U&feature=related

Videó: Clusterheads (angol nyelvű dokumentumfilm, sokkoló felvételek): <http://www.youtube.com/watch?v=SnE0xjsNMDo&feature=related>

Videó: Cluster fejfájásroham: <http://www.youtube.com/watch?v=UzpcPeoPnW0>