

# Guide

## Huvudvärk & Migrän



Magnetlabbet

# Introduktion

I denna guide kommer vi berätta lite om huvudvärk och migrän. Vi kommer även titta lite på vad som orsakar detta och hur man kan behandla det.

Vi kommer även förklara lite hur en MR kan vara till hjälp när man vill undersöka problem med dessa saker.



# Vad orsakar huvudvärk och migrän?

Huvudvärk och migrän är mycket vanligt och kan ha många olika orsaker. Enligt [Hjärnfonden.se](https://www.hjarnfonden.se) så består över 90% av dem som söker vård på grund av huvudvärk (som främsta symtom) av huvudvärk av spänningstyp (HST) eller migrän.



## Huvudvärk orsaker

**Spänningshuvudvärk** – ofta orsakad av stress, dålig hållning, sömnbrist eller muskelspänningar i nacke och axlar.

**Klusterhuvudvärk** – en mer ovanlig men mycket intensiv huvudvärk som ofta kommer i attacker.

**Sekundär huvudvärk** – orsakad av yttre faktorer som infektioner (t.ex. influensa), uttorkning, bihåleinflammation, eller läkemedelsbiverkningar.

**Livsstilsfaktorer** – som alkohol, koffeinabstinens, oregelbundna måltider, eller hormonförändringar (t.ex. under menstruation).

## Migrän orsaker

**Hormonförändringar** (t.ex. vid menstruation)

**Stress** eller avslappning efter stress

**Sömnbrist** eller för mycket sömn

**Oregelbundna måltider** eller vissa livsmedel (t.ex. choklad, ost, vin)

**Starka sinnesintryck** (ljus, ljud, dofter)

**Väderomslag** eller förändringar i lufttryck

Enligt [internetmedicin.se](https://www.internetmedicin.se) så har omkring 15 % av den vuxna svenska befolkningen migrän, varav 65 % utgörs av kvinnor.

# Vilka skador/sjukdomar kan huvudvärk och migrän vara tecken på?



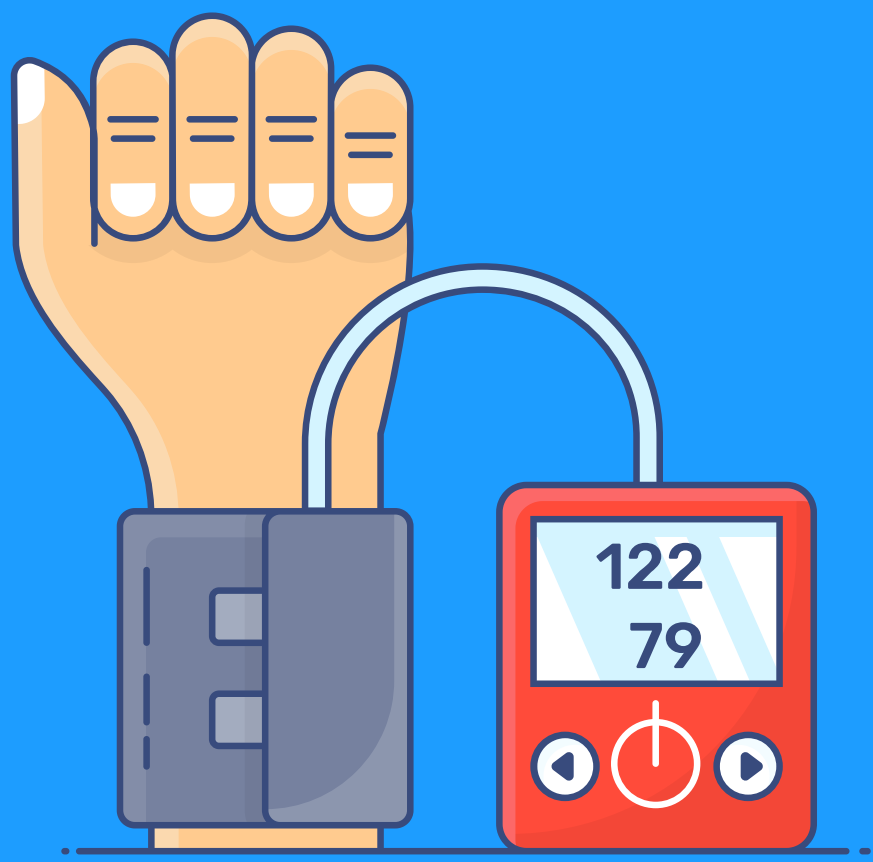
## Hjärnblödning eller stroke

Kan ge en plötslig, mycket svår huvudvärk, ibland tillsammans med förlamning eller talproblem.



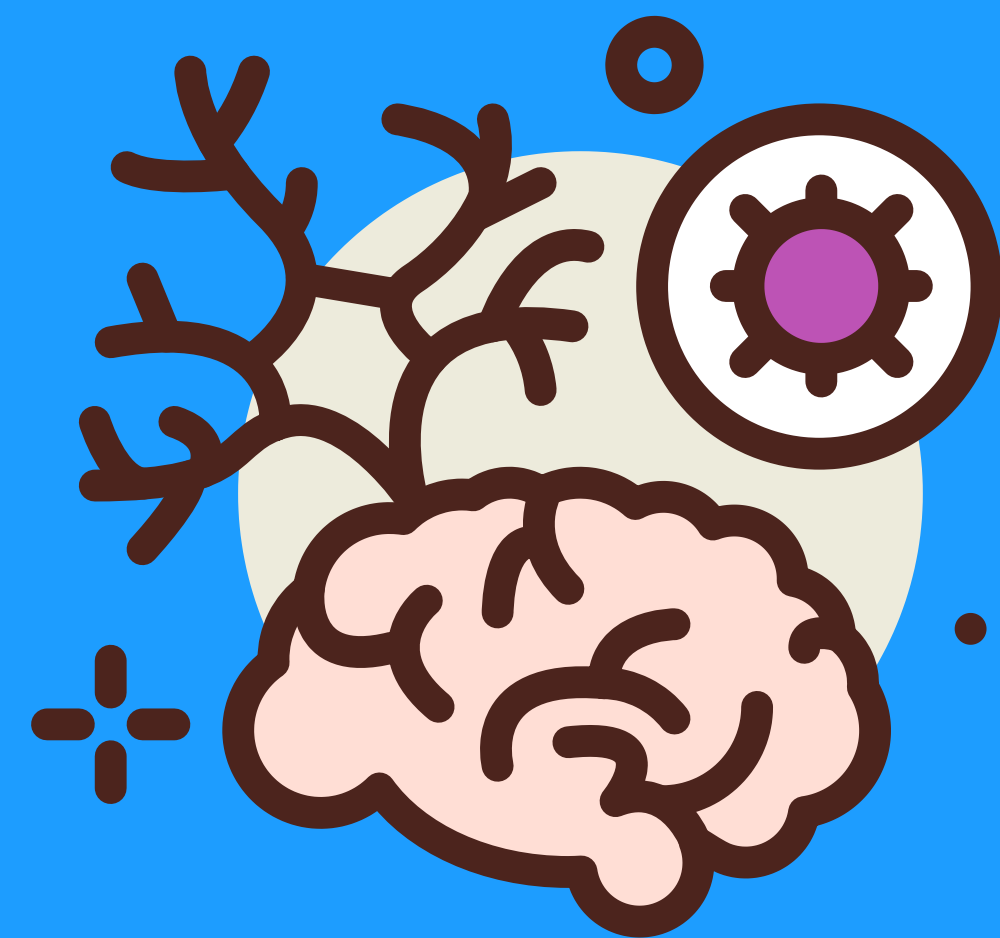
## Hjärntumör

Är ovanligt, men kan ge ihållande huvudvärk som förvärras över tid.



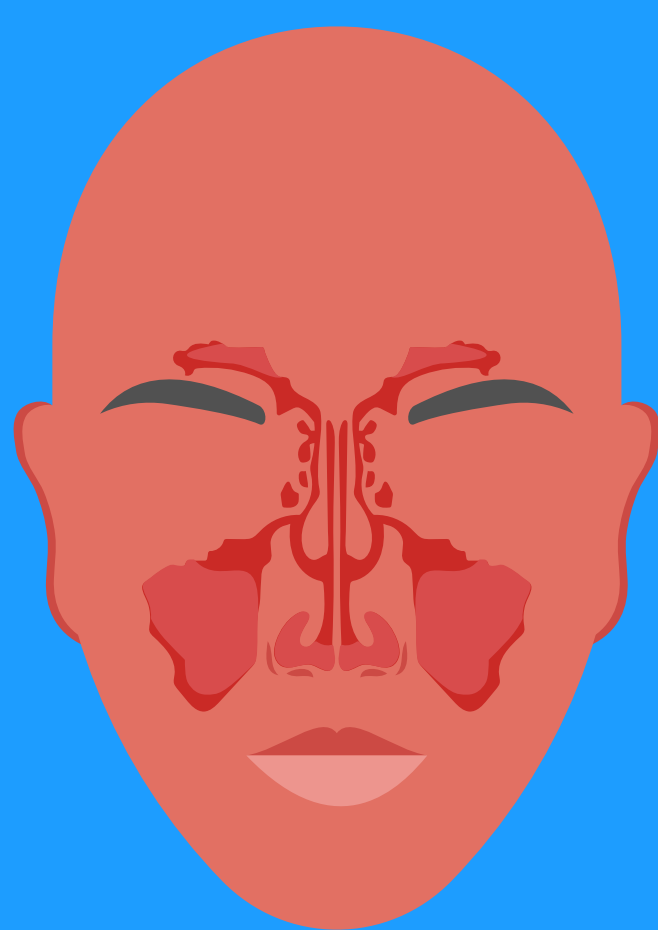
## Högt blodtryck

Gäller särskilt om det är mycket högt och okontrollerat.



## Hjärnhinneinflammation (meningit)

Kan ge mycket intensiv huvudvärk, feber och nackstelhet.



## Kronisk bihåleinflammation

Den höga tryckkänslan kan orsaka smärta i huvudet.



## Läkemedelsutlöst huvudvärk

Kan komma vid överanvändning av smärtstillande medel.

# Behandlingsmetoder

Behandling av huvudvärk och migrän varierar väldigt mycket beroende på vad som orsakar det, men några vanliga behandlingsformer ser du nedan.



Läkemedel kan användas för att lindra problemen, det finns både allmänna läkemedel mot smärta och mer specifika mediciner mot migrän.

Att vila huvudet med hjälp av till exempel meditation, massage och avslappningsövningar är ett bra sätt att lindra problem.



Bättre kost, sömn, motion och ergonomi kan vara bra för att minska huvudvärk och migrän.

Kom ihåg att prata med din läkare om vilken behandlingsmetod som passar dig bäst eller om problemen inte försvinner efter rekommenderad behandling.



# Varför MR vid undersökning vid dessa problem?

MR är en av de mest detaljerade och noggranna metoderna för att undersöka olika former av problem med kroppen. Till skillnad från röntgen, som främst visar benstrukturer, kan MR också visualisera mjukvävnader som muskler, senor, brosk och ligament.

## **Hög detaljnivå**

Identifierar små förändringar i muskler, senor och brosk.

## **Ingen strålning**

Till skillnad från röntgen och datortomografi (CT) används inte joniserande strålning.

## **Tidiga upptäckter**

Kan identifiera problem i ett tidigt skede, vilket kan förhindra att tillståndet förvärras.

## **Överlägsen diagnostisk precision**

jämfört med ultraljud vid komplicerade skador.

# Lite information om oss på Magnetlabbet AB

På Magnetlabbet AB tillhandahåller vi privata magnetkameraundersökningar helt utan remiss för både privatpersoner och företag.

Samtliga undersökningar utförs av Evidia och deras legitimerade sjukvårdspersonal i anslutning till specialistkliniker runt om i landet.

En undersökning möjliggör en tidig upptäckt av skador på skelett, leder och muskler men kan även upptäcka tecken på cancer, tumörer och många andra sjukdomar.

Magnetlabbet AB är en registrerad vårdgivare hos Inspektionen för Vård och Omsorg (IVO) och alla våra läkare har svensk legitimation utfärdad av Socialstyrelsen

## Kontakta oss Magnetlabbet AB

**Telefon Kundtjänst**  
073-612 41 48



**Adress**  
Gustaf Daléngsgatan 30,  
417 24 Göteborg

**E-post**  
[info@magnetlabbet.se](mailto:info@magnetlabbet.se)



**Hemsida**  
[www.magnetlabbet.se](http://www.magnetlabbet.se)

**Kolla in våra sociala medier**



**Vill du dela denna guide?**

Använd denna sida istället för att skicka PDF-filen:  
<https://magnetlabbet.se/guider/huvudvark-och-migran-hur-hjalper-en-mr/>