

Μια και αρκετοί ασθενείς με ημικρανία έχουν θέσει σχετικά ερωτήματα, παραθέτουμε τα στοιχεία σχετικά με το **τι ισχύει για ασθενείς με ημικρανία σε σχέση με την πανδημία του ιού SARS-CoV-2 που προκαλεί τη νόσο COVID-19.**

- **Ασθενείς με ημικρανία δεν έχουν αυξημένες πιθανότητες να νοσήσουν με COVID-19.** Αν νοσήσουν, δεν έχουν μεγαλύτερες πιθανότητες να έχουν επιπλοκές. Με άλλα λόγια, **οι ασθενείς με ημικρανία δεν ανήκουν στις ευπαθείς ομάδες για τη νόσο COVID-19**, εκτός αν έχουν συνοδά νοσήματα, όπως για παράδειγμα παθήσεις του αναπνευστικού ή του καρδιαγγειακού συστήματος.
- **Σε περίπτωση νόσησης από Covid-19**, ενδέχεται να εμφανιστούν κεφαλαλγίες, όπως άλλωστε και σε κάθε εμπύρετο λοίμωξη, αλλά ενδέχεται να επιδεινωθούν και οι κρίσεις ημικρανίας. **Αν έχετε ημικρανία και παρουσιάσετε σημαντική έξαρση των κρίσεων ή αν εμφανίσετε νέου τύπου κεφαλαλγία, επικοινωνήστε με τον θεράποντα ιατρό σας, ειδικά αν έχετε και πυρετό.**
- Παρά τα όσα ακούστηκαν, **δεν υπάρχει ως τώρα καμία επιστημονική απόδειξη πως η χρήση αντιφλεγμονωδών φαρμάκων επιδεινώνει την πορεία της νόσου COVID-19.** Το ίδιο ισχύει για κάθε άλλη θεραπεία που μπορεί να λαμβάνει κανείς για την αντιμετώπιση κρίσεων ημικρανίας, αλλά και για τις προληπτικές θεραπείες. Η αρχική ανησυχία του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (World Health Organization- WHO) ανακλήθηκε, με βάση τα δεδομένα και δεν προτείνεται η αποφυγή ιβουπροφαίνης ή άλλων μην στεροειδών αντιφλεγμονωδών φαρμάκων (δείτε σχετικά [εδώ](#)). **Μπορείτε να συνεχίσετε να λαμβάνετε κανονικά την αναλγητική σας θεραπεία για την ημικρανία , ενώ αν έχετε οποιονδήποτε προβληματισμό, επικοινωνήστε με τον θεράποντα ιατρό σας.**
- Με δεδομένη την έκταση της επιδημίας, **καλό είναι να αποφύγει κανείς την επίσκεψη σε Τμήματα Επειγόντων Περιστατικών** για χορήγηση θεραπείας για κρίση ημικρανίας. **Επικοινωνήστε με τον γιατρό σας και διασφαλίστε πως έχετε αρκετές και αποτελεσματικές θεραπευτικές επιλογές για την αντιμετώπιση των κρίσεων ημικρανίας και κάνετε την κατάλληλη προληπτική αγωγή, αν απαιτείται.**
- Είναι σημαντικό να ακολουθείτε την καλύτερη δυνατόν θεραπεία για την ημικρανία σας. **Διατηρήστε τακτική επαφή με τον θεράποντα ιατρό σας και συμβουλευτείτε τον για την θεραπεία σας.** Σε καμία περίπτωση, μη διακόπτετε πρόωρα, μην αλλάζετε τη δόση, αλλά ούτε παρατείνετε την λαμβανόμενη αγωγή, χωρίς επικοινωνία με τον ιατρό σας.
- Λόγω της κατάστασης και του περιορισμού μετακινήσεων, **προσπαθήστε να διατηρήσετε έναν καλό τρόπο ζωής και ένα τακτικό πρόγραμμα στην καθημερινότητα.** Δώστε προσοχή στις ώρες ύπνου και στα γεύματα σας. Πίνετε αρκετό νερό, κάντε καθημερινά ήπια άσκηση εντός ή εκτός του σπιτιού σας. Φροντίστε να έχετε **αρκετό απόθεμα από τη φαρμακευτική σας αγωγή.**
- **Μην ξεχνάτε πως το stress, που αυτή την εποχή είναι αναμενόμενο να είναι αυξημένο, είναι παράγοντας που μπορεί να επιδεινώσει τις κρίσεις ημικρανίας.** Ενημερωθείτε υπεύθυνα και χωρίς πανικό για την πανδημία COVID-19, όπως για παράδειγμα από τον [Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας \(WHO\)](#).
- Με δεδομένες τις συνθήκες, **προτιμήστε την επικοινωνία με τον ιατρό μέσω βιντεοκλήσης, αντί για φυσικό ραντεβού.** Αυτό ισχύει για όλες τις επανεξετάσεις, αν δεν περιλαμβάνουν κάποια θεραπεία που απαιτεί φυσική παρουσία (για παράδειγμα, χορήγηση Botox ή Block περιφερικών νεύρων). **Σε περίπτωση ανάγκης για αρχικό ραντεβού, εφόσον η κατάσταση της ημικρανίας σας το απαιτεί, επικοινωνήστε αρχικά με τον ιατρό και διερευνήστε αν είναι εφικτό να γίνει με βιντεοκλήση.** Αν τελικά απαιτηθεί, λόγω της περίπτωσης, να γίνει με φυσική παρουσία, λάβετε όλες τις απαραίτητες προφυλάξεις. Βεβαιωθείτε πως τις τηρεί και το ιατρείο που θα επισκεφθείτε.

Πηγή: <https://www.headaches.gr/interesting-news/imikrania-covid-19.html>

Βιβλιογραφικές πηγές

<https://headachejournal.onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/head.13810>

<https://www.ema.europa.eu/en/news/ema-gives-advice-use-non-steroidal-anti-inflammatories-covid-19>

<https://americanmigrainefoundation.org/resource-library/migraine-treatment-during-covid-19/>