

Pijnstiller Hoofdpijn, Analgetica Hoofdpijn, Pijnstillerafhankelijke Hoofdpijn

Bij ernstige hoofdpijn ligt het slikken van pijnstillers voor de hand. Sommige mensen nemen zelfs een pijnstiller om te voorkomen dat de hoofdpijn terugkomt. Dagelijks gebruik van pijnstillers of migrainemiddelen kan echter medicijnafhankelijke hoofdpijn tot gevolg hebben. Hoofdpijn door medicijnen wordt gekenmerkt door chronische hoofdpijnklachten, zonder vast patroon.



Ook gewenning aan pijnstillers kan na het staken van de pijnstillers medicijnafhankelijke hoofdpijn veroorzaken. Dezelfde soort hoofdpijn kan ook ontstaan na gebruik van veel cafeïne. Dat is tenslotte ook een soort medicijn. Cafeïne zit niet alleen in koffie, maar ook in thee, energiedrankjes, chocolade en soms zelfs in pijnstillers.

Het risico bestaat dat mensen in een vicieuze cirkel terechtkomen, met (bijna) dagelijks optredende hoofdpijn.

Hoofdpijn door medicijnen moet ernstig overwogen worden als u meer dan vijftien dagen per maand hoofdpijn heeft, ondanks het (bijna) dagelijks gebruik van pijnstillers. Ook dagelijks gebruik van meer dan vijf cafeïnehoudende producten (bijvoorbeeld koffie, thee en chocolade) kan leiden tot chronische hoofdpijnklachten.

Als uw huisarts hoofdpijn door medicijn vermoedt, zal hij adviseren om te stoppen met het slikken van pijnstillers. De diagnose hoofdpijn door medicijnen wordt pas definitief gesteld als na het stoppen met de pijnstillers de hoofdpijn inderdaad verdwijnt.

De vicieuze cirkel waarin iemand met hoofdpijn door het gebruik van medicijnen terecht is gekomen, moet worden doorbroken. Het advies is om in een keer te stoppen met de pijnstillers. Stoppen heeft meestal ontwenningssverschijnselen tot gevolg. Deze nare periode

duurt ongeveer drie weken en kan uw dagelijks leven behoorlijk verstoren. Uw huisarts kan u hierin begeleiden en de klachten met een medicijn uit een heel andere chemische groep (Amitryptiline 10 mg of Lyrica 75 mg) verzachten danwel doorverwijzen als u intensievere begeleiding nodig heeft. Ook uw familie en vrienden kunnen hierbij een steun zijn.

Na de ontwenningfase kan de eventueel onderliggende hoofdpijn, waarvoor u de medicijnen slikte, opnieuw optreden. Samen met uw huisarts kunt u na het stoppen met de pijnstillers op zoek gaan naar een betere behandeling. Het bijhouden van een hoofdpijndagboek tijdens en na de ontwenningperiode kan hierbij een goede houvast zijn.