

Cura consta in cuvinte: cu Medicul Specialist

Cristina Tassorelli

Headache Science Centre, IRCCS Istituto Neurologico Nazionale C. Mondino e Dipartimento di Scienze del Sistema Nervoso e del Comportamento dell'Università di Pavia

Migrena este o maladie neurologica frecventa si foarte dizabilitanta. In maniera foarte simpla, ar putea fi definita precum recurenta, mai degraba variabila in termini de frecventa, de atacuri de durere spontana. In realitate este vorba de o tulburare complexa in care disfunctia, in mare parte tranzitorie, a sistemelor de control ale durerii si ale comunicarii neuroni-vase craniene reprezinta o parte importanta a unui sistem complicat care implica multe (probabil toate) functiile cerebrale. Atacul de migrena este consecinta, mai mult sau mai putin imediata, a functionarii defectuoase in una sau mai multe parti ale sistemului rafinat ce asigura mentine rea echilibrului organismului nostru, prin intermediul multiplelor mecanisme autoregulatorii.

Intr-o elaborare grafica de citiva ani in urma, dar mereu actuala, Profesorul Nappi reprezenta emicrania precum rezultat al unei confruntari fatale a unei combinatii de factori care contribuie la realizarea terenului migrenos (familiaritatea, anomaliiile sistemului de control al durerii, aspectul psihologic, etc...), cu alte evenimente acute care joaca rolul de eveniment declansator (stres, variatii ale ritmelor cotidiene, modificari meteorologice, ciclu menstrual, alimente, etc.); totul intr-o conditie dinamica care poate conduce la un atac in dependenta de potentia efectului unui alt grup de factori 'agravanti', care actioneaza intr-o perioada relativ indelungata (in genere *de la saptamini la luni*) si sunt reprezentati de stres psihosocial indelungat, trauma cranica, comorbiditate psihiatrica etc.

Din aceste premize rezulta evidenta importanta meticuloasa si focalizata de informatii din partea medicului cu scopul de a identifica, cataloga si defini care sunt factorii posibili care, in acel pacient, ar fi putut declansa sau agrava cefalea. Daca este adevart, ca multi dintre acestia sunt cunoscuti, in ceea ce priveste lista de posibili candidati, este de asemenea cunoscut faptul ca, acestia joaca rolul lor nociv cu un profil individual minunat. In afara de a stabili diagnosticul, sarcina cefalologului este, in plus si in special, aceea de a intelege cum maladia se manifesta si se auto-mentine in acel individ specific, cu scopul de a aplica toate accesoriile de defensiva (abolirea evenimentelor declansatoare, cind e posibil, abordare psicocomportamentala, medicamente, terapie fizica, etc.) in posesia sa.

Pe de alta parte, este extrem de important ca pacientul sa fie pus in conditii, pe de o parte de a putea exprima trairile sale in legatura cu cefalea, pe de alta parte de a-si da seama de rolul si impactul evenimentelor, de reactiile proprii si de comportamentul consecutiv cefaleei. Numai asa va fi posibil de a pune in aplicare acel proces de empowerment necesar cu scopul ca persoana ce sufera de migrena, prin intermediul unei cunoasteri mai bune a propriei maladii si a mecanismelor compensatorii sau de preventie, care ar putea fi activate, ar putea contribui activ si eficace in gestionarea acesteia.