

Clipphanger

Wat is migraine?

Soms slaat het ineens toe: migraine. Geen aspirientje is opgewassen tegen die knallende koppijn. Maar wat is het eigenlijk?

Migraine is een stomvervelende kwaal, die zorgt voor een knallende hoofdpijn. In je hele hoofd? Nee, het vreemde aan migraine is juist dat de pijn zich meestal manifesteert aan één kant van je kopie. Maar je wordt er vervolgens wel helemaal misselijk van. Migraine ontstaat door een elektrische ontlading in je bovenkamer. Het is dus eigenlijk een soort hersenbliksem. En net als de bliksem kan migraine op elk moment toeslaan: na te weinig slaap of juist te veel, midden in de nacht, of na het eten van een stronk nitraatrijke bleekselderij. Vrouwen hebben vaker last van migraine dan mannen, niet alleen omdat ze meer bleekselderij eten, maar ook omdat ze meer van het hormoon oestrogeen hebben, waardoor de hersenen kwetsbaarder zijn voor migraine. Vooral vruchtbare vrouwen zijn de pineut, en dan hebben ze ook nog eens de kinderen die voor de nodige koppijn zorgen. Voordat de migraineaanval begint, kun je al last krijgen van schitteringen, flitsen of golvende beelden. En als je migraine hebt, ben je ook nog eens extra gevoelig voor licht en geluid. Een aanval duurt van 4 uurtjes tot wel 3 lange dagen. Al die tijd kan dat mini-Armin van Buren-talentje op de kinderkamer zich maar beter een beetje gedeisd houden.