



## Migraine bij kinderen

### **Wat is migraine?**

Migraine is een vorm van hoofdpijn met typische kenmerken die veroorzaakt wordt door veranderingen in de bloeddorstrooming van bloedvaten in het hoofd.

### **Hoe vaak komt migraine voor bij kinderen?**

In tegenstelling tot wat veel mensen denken komt migraine best vaak voor bij kinderen. Jonge kinderen kunnen moeilijk aangeven of zij migraine hebben. Van alle tienjarigen heeft een op de twintig kinderen een migraineaanval meegemaakt.

### **Bij wie komt migraine voor?**

Migraine kan zowel bij jongens als bij meisjes voorkomen. Bij negen van de tien kinderen met migraine begint de migraine voor de leeftijd van 10 jaar, bij een op de drie kinderen zelfs al voor de leeftijd van 6 jaar. Voor de puberteit komt migraine even vaak voor bij jongens dan bij meisjes, na de puberteit komt migraine drie maal vaker voor bij meisjes.

### **Welke klachten hebben kinderen met migraine?**

#### *Bonzende hoofdpijn*

Kinderen met migraine hebben last van hoofdpijnaanvallen die vaak onverwacht komen opzetten. Sommige kinderen voelen een migraine-aanval aankomen. Bij migraine gaat het om heftige bonzende of kloppende hoofdpijn. Meestal zit de hoofdpijn in het voorhoofd. De hoofdpijn kan zowel aan een kant van het voorhoofd als aan twee kanten van het voorhoofd voorkomen. De hoofdpijn verergert bij bewegen en bij inspanning en vermindert door rust. Meestal duurt een migraine aanval bij kinderen een tot twee uur, soms langer.

#### *Misselijkheid en braken*

Een groot deel van de kinderen met migraine heeft tijdens de hoofdpijnaanval last van misselijkheid en braken. Het braken lucht vaak tijdelijk op, maar al snel keert de misselijkheid weer terug.

#### *Overgevoeligheid voor licht en geluid*

Veel kinderen met migraine vinden licht en geluid tijdens een migraine-aanval erg vervelend. Meestal zoeken ze een donkere stille omgeving op.

#### *Aura*

Een deel van de kinderen krijgt voor het opkomen van de hoofdpijn een zogenaamd aura. Tijdens een aura zien, horen, ruiken of voelen kinderen iets wat er in werkelijkheid niet is. Een groot deel van de kinderen met een aura ziet de wereld vervormd tijdens een aura, het beeld wat ze zien trilt en wordt wazig. Vaak breidt dit wazige trillende beeld zich snel uit. Maar ook aura's in de vorm van tintelingen in het lichaam, een vreemd geluid of een verlamming van een arm of been kunnen een aura bij migraine zijn. Kort tijd na het optreden van een aura komt de hoofdpijn op zetten en verdwijnt de aura weer.

#### *Reisziekte*

Veel kinderen met migraine kunnen slecht tegen rijden in een auto of bus. Ze krijgen dan gemakkelijk last van misselijkheid en moeten soms ook braken.



## *Buikpijnlachten*

Op jongere leeftijd blijken kinderen met migraine vaak onverklaarde buikpijnaanvallen te hebben gehad. Waarschijnlijk spelen veranderingen in de bloeddorstrooming in de buik hierbij een rol. Deze buikpijnlachten verdwijnen vaak wanneer de hoofdpijnlachten van de migraine ontstaan. Sommige kinderen houden naast de hoofdpijnlachten ook deze buikpijnaanvallen. Dit wordt dan abdominale migraine genoemd.

## *Scheefstand hoofd*

Een deel van de kinderen die migraine ontwikkelt, heeft op jongere leeftijd last gehad van een plotselinge scheefstand van het hoofd die na enkele uren ook weer spontaan verdween. Waarschijnlijk is dit ook een soort migraine variant.

## *Speciale migrainevormen*

### Basillaire migraine

Basillaire migraine is een migraine variant waarbij er veranderingen optreden in een bloedvat aan de achterkant van de hersenen. Dit bloedvat wordt de basilaris genoemd.

Kinderen met basillaire migraine hebben tijdens een migraine aanval veel last van duizeligheid, evenwichtsstoornissen en onduidelijke praten. Vaak zien zij tijdens een aanval bijna niets of hebben ze last van dubbelzien. Veel kinderen zijn tijdens een migraine aanval verward.

### Familiare hemiplegische migraine

Bij familiere hemiplegische migraine krijgen kinderen last van een halfzijdige verlamming van een arm, been en/of deel van hun gezicht. Deze verlamming kan enkele uren tot dagen aanhouden. De verlamming zit de ene keer aan de ene kant en de andere keer aan de andere kant van het lichaam, soms zijn ook twee kanten van het lichaam tegelijk verlamd. Deze migraineaanvallen worden vaak uitgelokt door een val of stoot tegen het hoofd.

### Alice in Wonderland

Alice in Wonderland is een migrainevariant waarbij kinderen tijdens een migraine aanval de wereld vervormd waarnemen. Sommige voorwerpen en mensen zijn sterk vergroot, andere juist verkleind, ook kunnen voorwerpen en mensen er sterk vervormd uitzien. Kinderen ervaren hun eigen lichaam vaak ook vervormd en weten soms niet hoe ze het moeten gebruiken. Ze lijken helemaal verward maar weten wel wie ze zijn. Vaak hebben ze tijdens een migraine aanval geen goed besef van de tijd en hebben ze het gevoel dat ze alles al eens meegemaakt hebben. Het Alice in Wonderland syndroom kan ook gezien worden bij een virale hersenontsteking door bijvoorbeeld het Ebstein-Barr virus.

### Cyclisch braken

Er zijn ook kinderen die regelmatig plotseling last krijgen van heftige misselijkheid en daarbij moeten braken zonder dat zij daarbij hoofdpijnlachten hebben. Wanneer er geen andere oorzaken voor dit plotselinge braken gevonden kunnen worden, kan er sprake zijn van cyclisch braken als migraine variant zonder hoofdpijnlachten.

### Ophtalmoplegische migraine

Ophtalmoplegische migraine is een migraine variant waarbij een aantal oogspieren verlamd raken enkele dagen na een langdurige migraine aanval. Hierdoor kunnen kinderen hun ogen niet normaal bewegen.

Wanneer beide ogen ongelijk bewegen krijgen de kinderen last van dubbelzien.

Ophtalmoplegische migraine komt zelden voor bij kinderen.



## Waar wordt migraine door veroorzaakt?

### *Niet geheel bekend*

De precieze oorzaak van migraine is niet bekend. Waarschijnlijk is het een samenspel van verschillende factoren. Verandering in doorstroming van de bloedvaten, prikkeling van zenuwen, veranderingen in boodschapperstofjes in het hoofd, maar ook erfelijk factoren spelen een rol. Daarnaast bestaan er ook factoren die tot nu toe nog niet opgehelderd zijn.

### *Veranderingen in doorstroming van de bloedvaten*

Bij migraine blijkt een verandering in doorstroming van de bloedvaten een belangrijke rol te spelen. Tijdens het begin van een migraine-aanval trekken de bloedvaten in het hoofd samen waardoor er minder bloed door de bloedvaten kan stromen. Bepaalde delen van de hersenen krijgen hierdoor minder bloed, waarschijnlijk ontstaan hierdoor de verschijnselen van het aura. De verschijnselen die tijdens het aura optreden worden bepaald door welk deel van de hersenen een verminderde bloedvoorziening krijgt.

Na deze samentrekking van de bloedvaten treedt een fase op van ontspanning van de bloedvaten. Hierdoor stroomt er juist extra veel bloed door de bloedvaten. Waarschijnlijk geeft deze toegenomen doorstroming van de bloedvaten de kloppende bonzende hoofdpijn tijdens de migraine-aanval. Wanneer de bloeddorstrooming weer normaliseert, verdwijnen ook de hoofdpijnklachten weer.

### *Prikkeling van de zenuwen*

Naast de veranderingen in de bloeddorstrooming blijkt ook een bepaalde zenuw tijdens een migraine aanval gevoelig te zijn voor prikkeling. Deze zenuw regelt het gevoel van het gezicht en ook van de bloedvaten en de hersenvliezen. Prikkeling van deze zenuw veroorzaakt ook hoofdpijnklachten.

### *Verandering in boodschapperstofjes*

In de hersenen spelen boodschapperstofjes een belangrijke rol. Tijdens een migraine aanval blijkt er een verandering in de hoeveelheden van verschillende boodschapperstofjes op te treden.

### *Erfelijk factoren*

Veel kinderen die migraine hebben, hebben meerdere familieleden die ook migraine hebben. Waarschijnlijk speelt een erfelijke factor ook een belangrijke rol. Om welke erfelijke factoren het gaat is voor migraine nog niet bekend. Voor een bepaald type migraine waarbij kinderen een halfzijdige verlamming ontwikkelen tijdens de migraine aanval, de zogenaamd familiale hemiplegische migraine, zijn al wel enkele fouten in het DNA bekend.

## Hoe wordt de diagnose migraine gesteld?

De diagnose migraine wordt gesteld op grond van het verhaal van het kind in combinatie met en goed lichamelijk onderzoek. Bij het lichamelijk onderzoek worden bij migraine geen afwijkingen gevonden. In de meeste gevallen is dit voldoende om de diagnose migraine te stellen.

Zelden is het nodig om andere onderzoeken te verrichten (scans, foto's)



## *Genetisch onderzoek*

Bij bepaalde vormen van migraine, bijvoorbeeld familiere hemiplegische migraine, is het mogelijk om door middel van bloedonderzoek de fout in het erfelijk materiaal die deze vorm van migraine veroorzaakt op te sporen. Voor de meeste vormen van migraine is dit echter nog niet mogelijk.

## **Wat kan er gedaan worden aan migraine bij een kind?**

De behandeling van migraine bestaat uit drie onderdelen. Allereerst helpen aanpassingen van de leefstijl vaak voor vermindering van de migraine klachten. Daarnaast kunnen medicijnen gegeven worden die tijdens een migraine-aanval de klachten van de migraine verminderen. Bij ernstige migraine-aanvallen die vaak optreden kunnen medicijnen gegeven worden die migraine-aanvallen kunnen voorkomen.

## *Aanpassingen levensstijl*

Er zijn een aantal aanpassingen in de levensstijl die bij de meeste kinderen met migraine verlichting geven. Tijdens een migraine aanval vinden veel kinderen het fijn om in een donkere rustige omgeving te gaan liggen. Vaak helpt een uurtje slapen heel goed, een groot deel van de kinderen wordt dan zonder migraine klachten weer wakker.

Voor kinderen met migraine is het krijgen van voldoende slaap van grote invloed op het voorkomen van migraine-aanvallen. Een uurtje eerder naar bed kan vaak helpen de frequentie van migraine-aanvallen te doen afnemen.

Ook het hebben van voldoende ontspanning is belangrijk. We leven in een maatschappij waarop er voortdurend een beroep wordt gedaan op kinderen, af en toe niets hoeven te doen is erg belangrijk. Het ene kind heeft meer ontspanning nodig dan het andere. Kijk samen kritisch met uw kind naar het weekprogramma en kijk waar zo mogelijk een rustperiode ingelast kan worden. Bij kinderen die veel op hun tenen moeten lopen om te presteren (bijvoorbeeld op school of in de vriendengroep) komt ook vaak migraine voor als teken dat zij eigenlijk overvraagd worden.

## *Uitlokkende factoren*

Het kan heel nuttig zijn om na te gaan of er omstandigheden zijn waarin uw kind meer migraine krijgt, bijvoorbeeld door het bijhouden van een migrainedagboek. Indien het mogelijk is, kan geprobeerd worden migraine uitlokkende omstandigheden zo veel mogelijk te vermijden. Migraine wordt bijvoorbeeld vaak verergerd door het gebruik van cafeïne wat in koffie, thee, cola, red bull en andere energiedrankjes zit. Kinderen die op het gebruik van cafeïne houdende producten migraine ontwikkelen, kunnen deze producten beter vermijden. Ook het eten of drinken van chocolade kan bij daarvoor gevoelige kinderen migraine veroorzaken.

## *Medicijnen die de klachten tijdens een migraine aanval verminderen.*

Wanneer rust in een donkere en rustige omgeving onvoldoende helpt om de migraine-aanval te verminderen, kunnen medicijnen gebruikt worden om de klachten te verlichten. Meestal wordt gekozen voor een combinatie van een pijnstillend medicijn en een medicijn tegen misselijkheid en braken. Vaak is het in verband met misselijkheid en braken prettig deze medicijnen in zetpil vorm te gebruiken. Andere kinderen kiezen er voor eerst een medicijn tegen misselijkheid en braken te gebruiken en een half uur later de pijnstiller in te nemen. Als pijnstiller wordt meestal gekozen voor paracetamol, indien paracetamol onvoldoende helpt kan een sterke pijnstiller zoals ibuprofen genomen worden.



Domperidom (Motilium®) wordt meestal voorgeschreven als medicijn tegen misselijkheid en braken, metoclopramide (Primperan®) kan beter niet gegeven worden aan kinderen onder de 15 jaar.

Bij heftige migraine-aanvallen die niet reageren op bovenstaande behandelingen kunnen bij kinderen vanaf zes jaar ook zogenaamde triptanen voorgeschreven worden. De ervaringen hiermee bij kinderen zijn nog beperkt. Triptanen kunnen zowel in tabletvorm, als in neusspray worden voorgeschreven.

### *Medicijnen die migraine-aanvallen kunnen voorkomen*

Bij kinderen die meer dan twee keer per maand een heftige migraine-aanval hebben kunnen medicijnen voorgeschreven worden die migraine-aanvallen kunnen voorkomen. Deze medicijnen moeten dagelijks ingenomen worden. Per kind zal moeten worden afgewogen of het dagelijks innemen van medicijnen in combinatie met de bijwerkingen van deze medicijnen opweegt tegen het verminderen van het aantal migraine-aanvallen.

Medicijnen die gebruikt kunnen worden voor het verminderen van migraine-aanvallen zijn: propranolol, valproïnezuur, pizotifeen, topiramaat of flunarazine. Per kind zal gekeken moeten worden welk medicijn het beste bij het kind past.

### **Wat betekent het hebben van migraine op de kinderleeftijd voor de toekomst?**

Het hebben van migraine op kinderleeftijd houdt niet automatisch in dat een kind zijn hele leven last heeft van migraine. Bijna de helft van de kinderen zal over de migraine heen groeien en er op volwassen leeftijd geen last meer van hebben.

Vaak vergeren de migraine klachten tijdens de puberteit, een levensfase waarin er veel veranderd in het lichaam van de puber. Na de puberteit verloopt de migraine vaak milder. Rondom de menstruatie blijven veel meisjes en vrouwen gevoeliger voor migraine aanvallen. Met het aanpassen van de levensstijl, voldoende rust en regelmaat, soms in combinatie met medicijnen kunnen de meeste kinderen een normaal leven leiden waarin ze weinig gehinderd worden door de migraine.

### **Hebben broertjes en zusjes ook een vergrote kans om ook migraine te krijgen?**

Het krijgen van migraineklachten hangt af van vele factoren. Bij migraine speelt zeker een erfelijke component mee. Broertjes of zusjes hebben daardoor een verhoogde kans om ook migraineklachten te ontwikkelen. Of zij daadwerkelijk ook migraine zullen ontwikkelen hangt af van vele andere factoren.

Bij de familiäre hemiplegische migraine bestaat er wel een duidelijke relatie met een erfelijke factor. Daar kunnen broertjes en zusjes tot 50% kans hebben om ook dezelfde migraine variant te krijgen. Een klinisch geneticus kan daar meer informatie over geven.

Laatst bijgewerkt: 2 juni 2007

Auteur: JH Schieving