

Infoskriv om prosjektet Søkeord «Barn + migrene»

Visste du at så mange som 1-2 barn i hver skoleklasse har migrene, og at skremmende mange ikke får hjelp?

Julian forlater klasserommet igjen for stå på gangen. Dette skjer med jevne mellomrom.

Læreren blir provosert når han er uoppmerksom, gjesper og stirrer tomt ut av vinduet og attpåtil gleser tilbake. Han reiser seg fra stolen og går. De andre fniser. Tårene presser på.



-Jeg er legen til Julian nå. Når jeg spør ham om hvordan han har det når han må ut av klasserommet svarer han spontant «Jeg føler meg veldig dum».

Dr Tine Poole som er hodepinespesialist og initiativtaker til prosjektet **Søkeord: «Barn + migrene»**.

-Julian» er langt fra dum – han er en svært oppvakt 9-åring med gode intellektuelle resurser, men han har migrene, forteller hun videre.



-Før selve anfallet blir han irritabel, trett og gjesper. For en som har migrene er dette helt vanlige forvarselstegn som opptrer før hodesmertene setter inn.

Migrene hos barn arter seg ofte litt annerledes enn hos voksne. Anfallet varer kortere tid og har ikke nødvendigvis alle de klassiske karakteristikaene som vi bruker for å stille diagnosen. Barn kan heller ikke alltid beskrive anfallet slik vi voksne kan – de har rett og slett ikke det ordforrådet som trengs.

Mange barn går udiagnostisert med en sykdom som uten riktig behandling i verste fall kan kronifiseres med årene og få alvorlige konsekvenser som tap av skolegang, utdanning, karriere og sosialt liv. Migreaneanfall gir ofte store smerter i dagevis og man blir helt slått ut.

Det er svært lite informasjon å finne på Internett om hodepine og migrene hos barn. Ofte vil foreldrene ikke skjønne at det kan dreie seg om migrene. Hvis foreldre forstår hva som plager barnet vil de lettere kunne søke hjelp på riktige steder. Da kan de også samarbeide med skolen for å tilrettelegge for barnet når anfallet kommer. **Men nå finner du interessante filmer og info om hodepine og migrene hos barn på:**

«Bare» vondt i hodet?

Mange ungdommer møter manglende forståelse fra foreldre, lærere og helsesøstre som tror problemet ikke er så stort som det er. Mange barn og unge som sliter med tilbakevendende hodepine har ikke fått diagnose hos legen – de oppsøker ikke helsevesenet for sine plager, rett og slett fordi foreldre ikke anser hodepine som alvorlig nok, ikke forstår at hodepinen kan være migrene, eller ikke vet at det finnes god behandling. Dette til tross for at hos 75 % av barn med migrene forekommer sykdommen i den nærmeste familie.

Et spennende prosjekt hvor mange kan bidra

Foreningen for kroniske smertepasienter har fått bevilget støtte fra Extra-stiftelsen i hard konkurranse med mange andre og store organisasjoner, til å gjennomføre dette informasjonsprosjektet. Målet er at alle barn med migrene skal få hjelp slik at deres plager blir oppdaget, behandlet og hverdagen deres tilrettelagt når anfallene kommer.

Vi samarbeider med et profesjonelt kommunikasjonsbyrå (Bravissimo AS) og pasientforbundet Hodepine Norge med utvikling og spredning av informasjonsmateriale og arrangement av informasjonsmøter.

Du kan også bidra til at flere barn får hjelp for sin hodepine!

Alle som jobber for bedre helse hos barn er velkommen til å spre/publisere lenke til www.barnehodepine.no hvor filmene er tilgjengelige. Det er ikke tillatt å endre filmene eller fjerne logoer eller annen informasjon.

Bli følger til Facebook-siden til

Hodepine Norge <https://www.facebook.com/HodepineNorge/> eller

Foreningen for kroniske smertepasienter <https://www.facebook.com/kroniskesmerter>

DEL alle deres Facebook-oppdateringer som handler om prosjektet (infomøtene og filmene)

med en personlig kommentar på din private tidslinje! Med en personlig kommentar vil Facebook spre de mere!

Kontakt helsesøster, Foreldreutvalget og rektor på skolen

og be dem om å videresende dette infoskrivet lærere og foreldre.

Spørsmål? Kontakt

Rune-Armand Strømberg, styreleder i Foreningen for kroniske smertepasienter, tlf. 41608866, epost: ras@kroniskesmerter.no

Gratischat for medlemmer i Hodepine Norge – betjenes av Dr. Tine Poole og dr. Aud Nome Dueland

Suzanne Schønkopf, **filmprodusent**, Bravissimo AS, tlf 92091598, epost suzanne@bravissimo.no