

Novou nadějí je biologická léčba

Cílené léky na migrénu se objevily koncem století. A nyní k nim přibýly nové – zatím si je však **pacienti musejí platit sami.**

IVANA MATYÁŠOVÁ

Začátkem devadesátých let se u nás objevily léky zvané triptany. První přípravky, které působí cíleně na migrénu. Dodnes je proto mnozí migrenici považují za malý zázrak. Účinkují tak, že blokují vylučování prozánětlivých látek z nervových zakončení, které podporují rozšíření drobných cévek v oblasti obalů mozku a rozvoj celého děje při záchvatu migrény. Dokážou také zablokovat přenos signálu o bolesti do dalších oblastí mozku.

„Běžná analgetika a nesteroidní antirevmatika typu brufen nebo diclofenac tlumí pouze bo-

lest,“ říká Jolana Marková, primářka Neurologické kliniky 3. lékařské fakulty Univerzity Karlovy a Thomayerovy nemocnice v Praze. „Triptany oproti tomu dokážou zastavit záchvat migrény, ovšem pokud je pacient užije včas a v dostatečné dávce.“

Rychlý účinek

Potíže v takovém případě obvykle odezní během jedné až dvou hodin. Pro ty, kteří při migréně trpí nevolnostmi, jsou dnes tyto léky k dispozici i ve formě nosního spreje. Účinkují velice rychle, během deseti minut, dříve než se stačí zmíněné nevolnosti rozvinout.

Triptany mají jen mírné vedlejší účinky. Citlivější osoby mohou po jejich užití někdy kratší dobu pociťovat teplo na hrudi či mravenčení v oblasti krku nebo v obličeji.

Triptany však nejsou vhodné pro lidi se špatně kompenzovaným vysokým tlakem nebo těžkým poškozením jater a také pro pacienty po ischemické cévní pří-

hodě, či s ischemickou chorobou dolních končetin. Migréna ovšem postihuje spíše mladší a středněvěké ročníky, u nichž se tato onemocnění vyskytují spíše výjimečně.

Příliš mnoho léků

Pacienti, kteří triptany užívají, by měli chodit na pravidelné kontroly k neurologovi a také si vést záznamy o počtu záchvatů.

„Jestliže totiž berou tablety více než deset dnů do měsíce po dobu delší než čtvrt roku, pak si mohou přivodit takzvané triptanové bolesti,“ upozorňuje primářka Marková.

Problémy však hrozí také těm, kteří si zvyknou zahánět migrénu velkými dávkami léků typu brufen nebo paralen. Nejenže si zadělávají na častější migrény, ale mohou si zároveň vypěstovat i bolest hlavy z nadužívání analgetik. Na pracovišti doktorky Markové se na tyto problémy specializují a mají i vypracované léčebné schéma, jak těmto pacientům pomoci.

Pokud se rozhodnou se svými potížemi skoncovat, musejí nejprve absolvovat detoxikační kúru. Při ní se abstinční příznaky tlumí infuzní léčbou a poté jim lékař nasadí vhodné léky.

Po absolvování léčby neurologové doporučují svým pacientům, aby zůstali ještě aspoň tři týdny v klidu doma.

„K velmi nebezpečným přípravkům, které často vyvolávají bolest hlavy z nadužívání analgetik, patří čípky s ergotaminem,“ upozorňuje David Doležil, neurolog ze specializovaného pracoviště Headache Centrum v Praze a předseda Společnosti pro diagnostiku a léčbu bolestí hlavy. „Praktičtí lékaři, ale i někteří neurologové je přitom dost rádi svým pacientům s migrénou předepisují.“

Tyto čípky opravdu na jednotlivé záchvaty zpočátku velmi dobře zabírají. Při pravidelném užívání mohou však během jednoho až dvou let u pacienta vyvolat nejen bolest hlavy z nadužívání

analgetik, ale i lékovou závislost na některých látkách, jež tyto čípky obsahují. Odborná Společnost pro diagnostiku a léčbu bolestí hlavy už proto delší dobu na tyto rizika upozorňuje a snaží se omezit předepisování těchto léků.

Šance pro těžší pacienty

Některým pacientům s migrénou však doposud nepomáhala ani běžná analgetika, ani moderní triptany. Nedávno se však u nás objevily biologické léky, které by právě těmto lidem mohly pomoci. Vycházejí ze specifických protilátek, které v tomto případě působí proti molekule, jež vyvolává proces vedoucí k vylučování prozánětlivých látek. Přerušením tohoto procesu se zablukuje i vznik záchvatu migrény.

Na testování biologické léčby se v posledních pěti letech podílelo i pražské Headache Centrum. Jeden z těchto preparátů zde již podávají prvním čtrnácti pacientům, kteří si však prozatím léčbu musejí sami hradit.

„Tito lidé si lék pomocí autoinjektoru jednou měsíčně sami aplikují,“ říká doktor Doležil. „Je však určen pouze pro pacienty s více než čtyřmi záchvaty migrény do měsíce, u nichž selhaly minimálně dvě metody standardní preventivní léčby.“

Podle jeho slov je tato léčba velmi bezpečná a závažnějších vedlejších účinků se lidé nemusejí obávat. Oproti biologickým lékům, které se podávají například pacientům s nádory nebo s roztroušenou sklerózou, mají totiž biologické léky na migrénu velkou výhodu v tom, že nezasahují imunitní systém.

Jedinou nevýhodou je prozatím jejich cena. Jedna injekce stojí asi čtrnáct tisíc korun a zdravotní pojišťovny tuto částku zatím nehradí. Proběhlo však už první kolo jednání neurologů se zástupci pojišťoven a ministerstvem zdravotnictví. Pokud vše dobře dopadne, mohli by se už koncem letošního roku první pacienti dočkat hrazené biologické léčby.



Mezi pacienty s migrénou je **80% žen** a **20% mužů**



Ilustrace Shutterstock / šk

Drobné úpravy životního režimu mohou přispět k předcházení migrénám

- pravidelný, aspoň osmihodinový spánek
- dostatek tekutin, denně vypít 1,5-2 litry tekutin, zejména čisté, neslazené vody
- dostatek pohybu, ideální jsou chůze, protahovací a kompenzační cvičení, jóga, ale vždy jen v období mimo záchvat migrény
- nevhodné jsou příliš intenzivní sporty
- snaha vyhnout se stresu, zvládat jej např. pomocí dechových či meditačních technik



K nejčastějším spouštěčům migrény patří

- stres
- změny ve spánkovém režimu nebo nekvalitní spánek
- čokoláda, sýry, mořské plody, alkohol, avokádo, citrusy, káva a další nápoje obsahující kofein
- změna počasí
- pobyt v zakouřených prostorách
- smyslové vjemy (jasná světla, hlasité zvuky, silný zápach nebo vůně)
- některé léky na spaní, hormonální antikoncepce, hormonální terapie
- u žen menstruační cyklus



- Informace o migréně můžete najít na webu www.vsechnoozdravi.cz/migrena.
- Adresy certifikovaných poraden pro diagnostiku a léčbu bolestí hlavy najdete na webu Společnosti pro diagnostiku a léčbu bolestí hlavy: www.czech-hs.cz.

Stinná stránka adaptace na chlad

Gen označovaný jako *TRPM8* se dostal do podezření, že zvyšuje riziko onemocnění migrénou. O genu je známo, že se aktivuje v chladnějších teplotách a pomáhá lidskému organismu lépe se vyrovnat s chladem. Aida Andrésová z londýnské University College a Felix Key z lipského Institutu Maxe Plancka podrobili tento gen novým výzkumům. Zjistili, že existuje ve dvou variantách. Starší varianta je nejčastěji zastoupena mezi obyvateli Afriky, novější zejména mezi obyvateli severní Evropy (lidé ve Finsku ji mají v 88 procentech případů, lidé v Nigérii jen v pěti procentech).

Badatelé v periodiku *PLoS Genetics* informovali, že právě novější „severská“ varianta genu je také častěji spojena s výskytem migrény. Zdá se, že když se lidé přizpůsobovali chladnějšímu severskému klimatu, „zaplatili“ za to bolestmi hlavy. Ale jak a proč se na nich tento gen podílí, zůstává zatím nejasné. jet