TERAPÊUTICA NA ENXAQUECA E CEFALEIAS

MiGRA
ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE DOENTES COM ENXAQUECA E CEFALEIAS

A enxaqueca e cefaleias não têm cura, MAS têm TRATAMENTO.

Para o tratamento da enxaqueca e cefaleias deve utilizar-se em simultâneo:
-**medicação adequada** (tratamento farmacológico)
-**medidas complementares não farmacológicas** (sem utilização de medicamentos).

TRATAMENTO FARMACOLÓGICO

TRATAMENTO PREVENTIVO OU PROFILÁTICO

Utilizado para prevenir as crises, reduzindo a sua frequência e intensidade.

Deve ser utilizado em doentes com:

- crises superiores a determinado número por mês dependendo do tipo de cefaleia em causa, por exemplo **2 crises ou 4 dias de enxaqueca por mês**
- intensidade e duração das crises com **elevado impacto**, mesmo que as crises sejam pouco frequentes
- **utilização da medicação sintomática excessiva** em frequência ou dose
- impossibilidade de utilização de medicação sintomática

Nos fármacos orais deve iniciar-se o tratamento preventivo com doses baixas e aumentar gradualmente.

A melhoria não é imediata, começando geralmente 4 semanas após o início. Deve esperar-se cerca de 8 semanas para certificar que a medicação não é eficaz.

A terapêutica preventiva deverá ser **mantida pelo menos 6-9 meses** antes da redução e suspensão.
A maioria dos doentes melhora significativamente com a terapêutica preventiva, contudo por vezes são necessárias várias tentativas até encontrar a terapêutica adequada para cada doente.

No entanto, existem doentes com cefaleia refratária – doentes que falham três ou mais medicamentos em doses eficazes e durante o tempo recomendado.

TRATAMENTO SINTOMÁTICO

Utilizado para reverter, terminar ou reduzir a dor em alturas de crise e os possíveis sintomas acompanhantes.

Não deverá exceder 2-3 dias por semana para evitar a cefaleia por uso excessivo de medicação, que agrava a situação clínica do doente e leva ao aumento da frequência das crises.

Podem ser utilizados medicamentos orodispersíveis, nasais, retais ou intravenosos quando existem alterações da digestão ou vómitos.

Pode ser utilizado isoladamente ou associado à medicação preventiva.

Quando existem náuseas ou vómitos difíceis de controlar deve ser também utilizado antiemético (medicamento para controlo das náuseas).

EVITAR A AUTOMEDICAÇÃO E O USO EXCESSIVO DE MEDICAÇÃO.

com o apoio de:
NOVARTIS

Referência: Sociedade Portuguesa de Cefaleias (2020) - Recomendações terapêuticas para cefaleias