

HET HOOFDPIJNDOSSIER FEITEN EN FABELS

Krista Roon
Reinier de Graaf Gasthuis Delft; Eisenhower kliniek Den Haag



1



2

DIAGNOSE MIGRAINE

Fairhead "over de kop" 28-01-2026

3

CASUS 38 JAAR VROUW MET ZONNEBRIL

Hoofdpijnpolikliniek RdGG april 2022

Heeft hele leven al hoofdpijn.

Sinds COVID is deze hoofdpijn erg toegenomen en is ze elke dag misselijk.

Lokalisatie: beiderzijds voorhoofd en temporaal. Het zeurt de hele dagen heeft elke dag een zonnebril op. Intensiteit 5-6. Maar af en toe neemt de hoofdpijn erg toe dan moet ze ervoor naar bed en ze voelt het dan kloppen. Ligt dan een dag in bed.

Behandeling:

Neemt eigenlijk niets meer wat het helpt toch niet.

Werk: Sinds COVID niet meer



Fairhead "over de kop" 28-01-2026

4

Waar denk je aan, heb je een diagnose?

- Oh nee niet zo'n hoofdpijn patiënt hier kan ik toch niets mee. (wordt nooit meer wat)
- Postcovid spanningshoofdpijn, misschien wat nortriptyline
- Spanningshoofdpijn en migraine

VRAAG

Fairhead "over de kop" 28-01-2026

5

MIGRAINE ZONDER AURA

International Headache Society

Duur 4-72 uur (onbehandeld)

Minstens 2 van de volgende:

- Eenzijdig (40% bilateraal)
- Pulserend/kloppend (50% niet pulserend)
- Matige of ernstige pijn intensiteit
- Toenemend na of veroorzaakt door routine lichamelijke activiteit (bv lopen of traplopen)

Minstens 1 van het volgende:

- Misselijkheid en/of braken
- Fotofobie en fonofobie



Fairhead "over de kop" 28-01-2026

6

Waar denk je aan, heb je een diagnose?

A. Oh nee niet zo'n hoofdpijn patiënt hier kan ik toch niets mee. (wordt nooit meer wat)

B. Postcovid spanningshoofdpijn, misschien wat nortriptyline

C. **Spanningshoofdpijn en migraine**

VRAAG

Fairhead "over de kop" 28-01-2026

7

COVID & MIGRAINE

MIGRAINE PATIENTEN

- Frequentie en intensiteit van migraine neemt toe tijdens of vlak na een COVID-19 infectie.
- Vaak veranderde de pijn van lokaal naar meer diffuse hoofdpijn.
- Jaren gebruikte medicatie werkt niet meer goed

VOORHEEN GEEN HOOFDPIJN

- Meestal had de nieuwe hoofdpijn een migraineus karakter

Het full-time werken verminderde van (81%) naar (55%).

Fairhead "over de kop" 28-01-2026 Moskowitz, Headache 2022; 7:

8

Wat is een aura?

A. 

B. 

C. 

D. 

VRAAG

Fairhead "over de kop" 28-01-2026

9

TYPISCH AURA

A. Volledig reversibele visuele (80-90%) en/of sensibele (30%) en/of spraak symptomen (17%) maar geen motore zwakte

B. ≥ 2 van de volgende:

- Unilaterale symptomen zowel positief als negatief
- Tenminste 1 aura symptoom ≥ 5 minuten en/of verschillende aura symptomen ontstaan na elkaar in ≥ 5 minuten
- Elk symptoom duurt ≥ 5 and ≤ 60 minuten (gemiddeld 30 min) *(26% 1/3 van de aanvallen langer dan 60 min)

Fairhead "over de kop" 28-01-2026 Viana et al; Cephalalgia 2016; 36(3):413-422

10

MIGRAINE MET AURA

1. Typisch aura met migraine hoofdpijn
2. Typisch aura met non migraine hoofdpijn
3. Typische aura zonder hoofdpijn

- Misselijkheid en braken kan ontbreken
- Gevoeligheid licht/geluid kan ontbreken
- Eenzijdig hoeft niet!



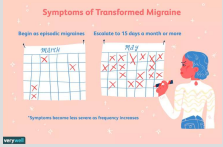
Fairhead "over de kop" 28-01-2026

11

CHRONISCHE MIGRAINE (CM)

- Hoofdpijn ≥ 15 dagen/maand
- ≥ 8 dagen migraine met of zonder aura
- Gedurende > 3 maanden

Symptoms of Transformed Migraine



Fairhead "over de kop" 28-01-2026

12

CASUS ♀ 45 JAAR

13

CASUS	45 JAAR
--------------	----------------

Hoofdpijnpolikliniek radGG april 2019

Sinds 14 jarige leeftijd hoofdpijnaanvalven.

Nu bijna dagelijks eenzijdige pulserende ernstige hoofdpijn met misselijkheid en last van het licht .

Aanvalsbehandeling:

- Summa injecties tot 3 per dag
- soma tabletten
- nurofen 200 mg 2dd
- aspirine

14

Heeft deze patiënte chronische migraine?

- A. Ja, voldoet aan de criteria CM
- B. Ja, voldoet niet helemaal aan de criteria maar lijkt er heel erg op
- C. Weet niet heb te weinig informatie
- D. Nee heeft andere diagnose

VRAAG

15

[illegible]

16

[illegible]

17



DEFINITIE MOH



1. MOH komt niet voor zonder een primaire onderliggende hoofdpijn
2. ≥ 10 dagen per maand triptanen/opioiden/ combinatie
3. ≥ 15 dagen per maand conventionele pijnstillers
4. ≥ 5 cafeïne/theïne houdende dranken per dag
 - Cola/ijs thee en energie dranken zijn beruchte boosdoeners bij jongeren met hoofdpijn
5. Overgebruik van medicatie > 3 maanden
6. Hoofdpijn toename sinds medicatie overgebruik

Het gaat niet om de hoeveelheid op een dag maar om het aantal dagen medicatie per maand.

18

 **CHRONISCHE MIGRAINE (CM)**

- Hoofdpijn ≥ 15 dagen/maand
- ≥ 8 dagen migraine met of zonder aura
- Gedurende > 3 maanden

Maar overweeg bij 10 of meer medicatie dagen per maand de diagnose medicatieovergebruik hoofdpijn

Symptoms of Transformed Migraine



Fairhead "over de kop" 28-01-2026

19

IS CM DE MEEST ERNSTIGE VORM VAN MIGRAINE?

Chronische migraine (CM) 3 migraine aanvallen van 2 tot 3 dagen (8 migraine dagen) 7 dagen spanningshoofdpijn Totaal 15 dagen hoofdpijn	Hoog frequent episodische migraine (HF-EM) Elke week een migraine aanval van 3 dagen (12 migraine dagen)
---	--

Fairhead "over de kop" 28-01-2026

20

IMPACT OP DAGELIJKS LEVEN

Fairhead "over de kop" 28-01-2026

21

Hoeveel mensen hebben migraine?

- A. 5% (1 op 20)
- B. 10% (1 op de 10)
- C. 15% (1 op 6.5)
- D. 20% (1 op 5)

VRAAG

Fairhead "over de kop" 28-01-2026

22

EPIDEMIOLOGIE



- Life time prevalence: (NL: 4.250.000)
 - 5-13% mannen
 - 22-33% vrouwen
- Gender ratio - vrouw: man
 - menarche 2;
 - rond 40 jaar 3.5;
 - ouderen 2.5
- Mediane aanvalsfrequentie = 1-2 per maand
- Gemiddelde duur is 1 dag
- 25% van de patiënten heeft ≥ 2 aanvallen per maand (1.062.500)
- 10% heeft wekelijks aanvallen die 2-3 dagen duren. (425.000)



Fairhead "over de kop" 28-01-2026

23

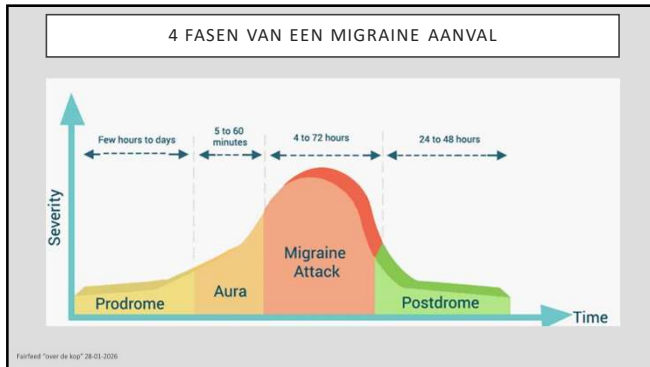
Hoeveel mensen hebben migraine?

- A. 5% (1 op 20)
- B. 10% (1 op de 10)
- C. 15% (1 op 6.5) *wanneer je naar de totale bevolking kijkt*
- D. 20% (1 op 5) *wanneer je naar de jonge vrouwen kijkt*

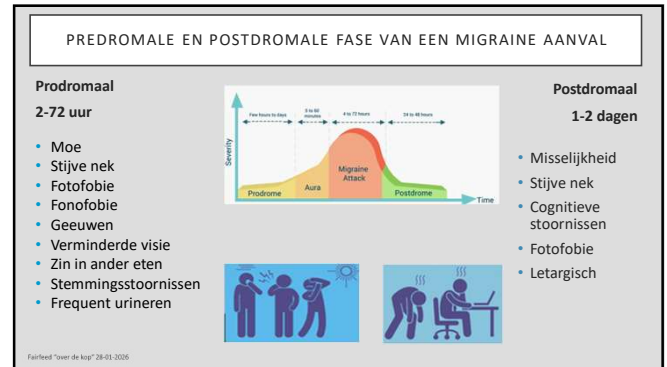
ANTWOORD

Fairhead "over de kop" 28-01-2026

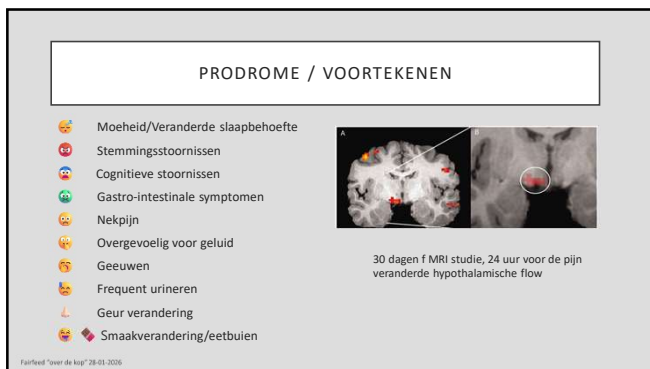
24



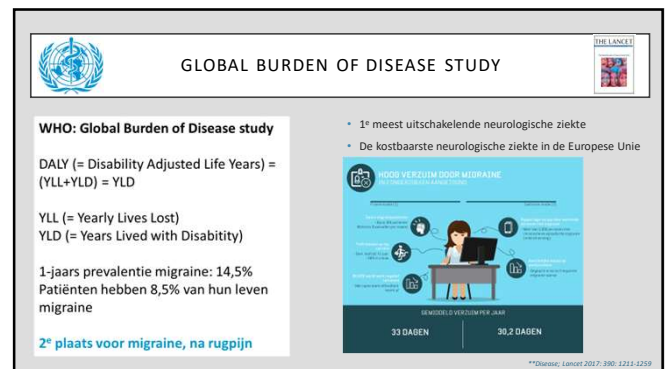
25



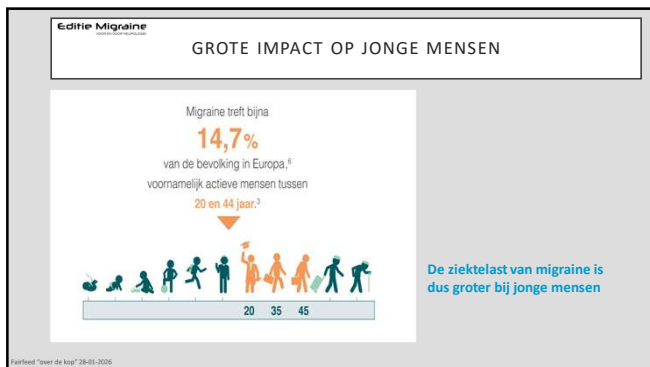
26



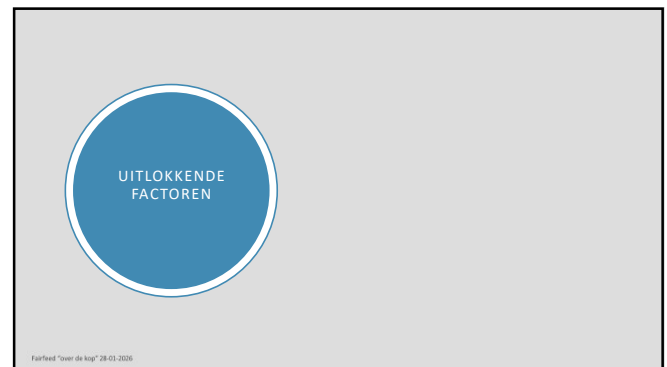
27



28



29



30

VOEDINGSMIDDELEN



- Als trigger en voortekenen moeilijk uit elkaar te houden
- 1 op 1 relatie
- Zeldzaam
- **Afraden om uitgebreide voedingsdagboeken bij te houden.**

Wil jij van je migraine af?

1. Kaas (oude kaas, schimmelkaas et)
2. Cacao (chocolade)
3. Citrusfruit (ook aardbei, ananas en kiwi)
4. Harde worst / hotdogs / varkensvlees
5. Mononatriumglutamaat (vetsin, E621) / aspartaam / kunstmatige additieven
6. Caffeïne (koffie, groene/zwarte thee, cola, energydrink)
7. Alcoholische dranken (rode wijn, bier)



Fairfied "over de kop" 28-03-2026

37

ALCOHOL



- Alcohol trigger in 36%
- Wijn met name rode (77.8%) meest genoemd.
- Rode wijn gaf echter 8.8% patiënten altijd een aanval.
- Lage consistentie van provocatie
- Je moet al gevoeliger zijn



Fairfied "over de kop" 28-03-2026

Onderwater et al. Eur J Neurol. 2010; 23(4):594

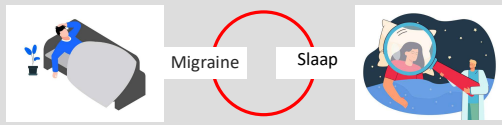
38

MIGRAINE EN SLAAP



39

WAT WETEN WE ALS BEHANDELAARS?



1. Slaperigheid / vermoeidheid voor, tijdens en na een migraineaanval
2. Migraine chronobiologie is verbonden met slaap-waak cyclus
3. Slaapstoornissen komen vaker voor bij migrainepatiënten
4. Slaap beïnvloedt migraine, migraine beïnvloedt slaap

40

UITLOKKEN / STOPPEN AANVAL



Leeftijd >18 jr
Bij >25% is slecht slapen trigger voor aanval <1 dag

Leeftijd <8 jr
Bij 58% stopt slaap >50% aanvallen

Leeftijd 8-12 jr
Bij 35% stopt slaap >50% aanvallen

Leeftijd >12 jr
Bij 32% stopt slaap >50% aanvallen

Patiënten: **Verandering slaap trigger** voor aanval (Q)

- Slaapdeprivatie / te veel slapen / onderbroken slapen
- Jetlag

Patiënten kunnen dit accuraat aangeven

Slapen **versterkt** effect triptan

Slapen **stopt** een migraineaanval bij bijna elke patiënt

Antonova K, et al. Cephalalgia 2000;20:580-584; Reviz F, Onoghu S, Torrey E, Milan A, Wilber C. Towards improved migraine management: determining potential trigger factors in individual patients. Cephalalgia 2017; 37:452-463; Zdenkiewicz K, Pansini S, Pothik E, et al. Reliability of assessing lifestyle and trigger factors in patients with migraine. Eur J Neurol 2016; 23: 1220-23

41

MIGRAINE | BEGIN AANVAL?

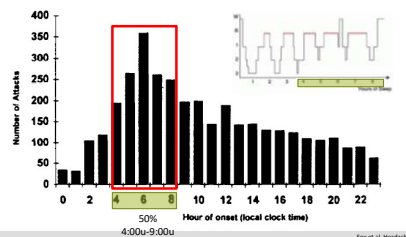


Aanvalsdistributie / etmaal

- Circadiane verdeling
- Piek vroege ochtend



N=1698 pt / 3582 aanvallen



Number of attacks

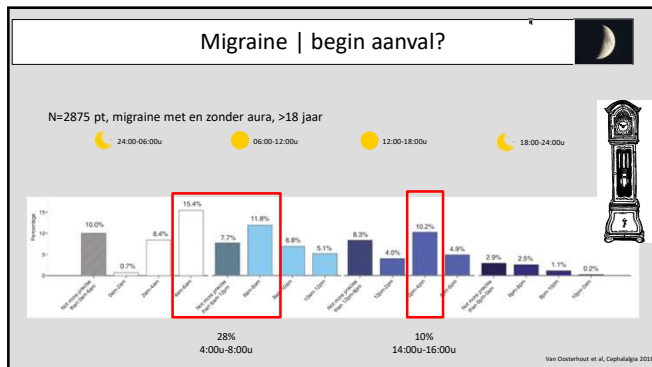
Hour of onset (local clock time)

50%

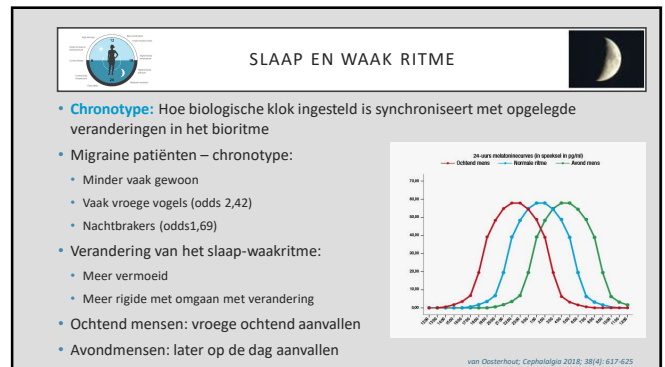
4:00u-9:00u

Fox et al. Headache 2008

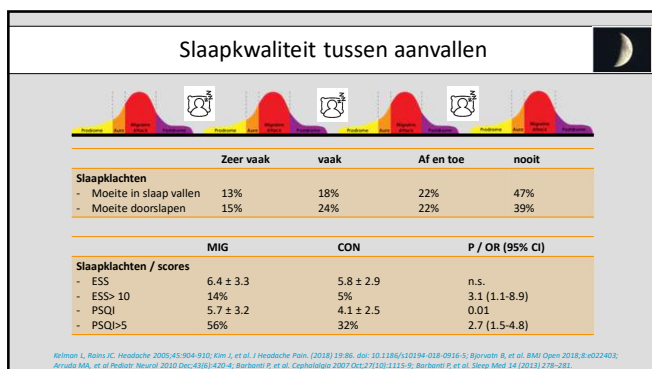
42



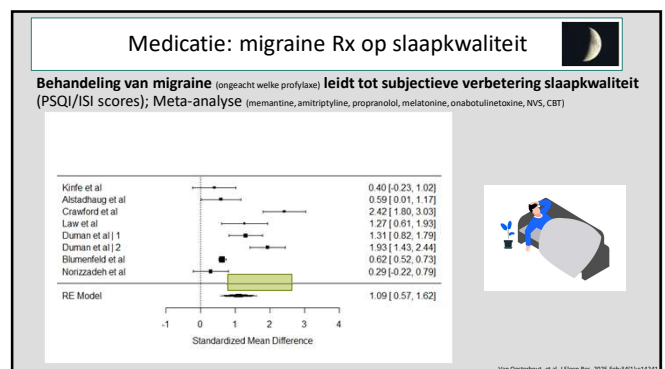
43



44



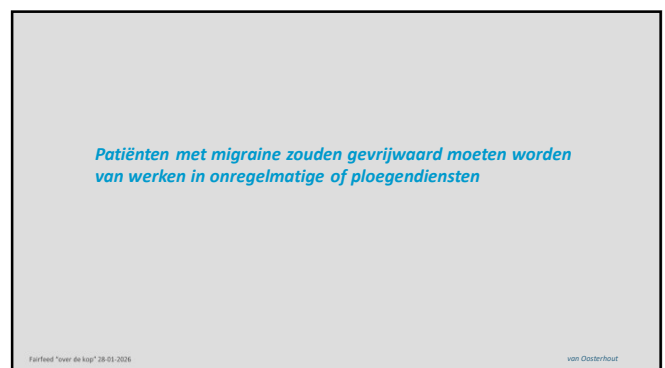
45



46



47



48



MIGRAINE, OESTROGENEN EN DE OVERGANG

Fairhead "over de kop" 28-01-2026

49

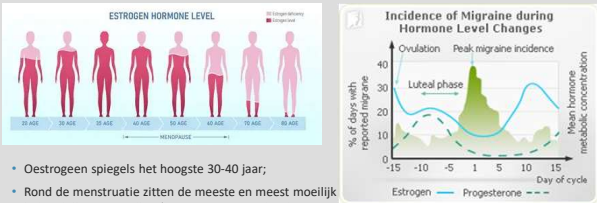
WAT WETEN WE ALS BEHANDELAARS

- Oestrogeenconcentratie vrouwen:
 - Modulerende rol op migraine gevoeligheid
 - Ontstaan van een migraine aanval
- Migraine prevalentie stijgt:
 - Obese mensen
 - Man naar vrouw 
- Migraine wordt minder / daalt
 - vrouwen die testosteron gebruiken
- Aanvalsfrequentie veranderd vaak na starten OAC
- Oestradiolconcentratie mannen:
 - Hoger in mannen met migraine

Fairhead "over de kop" 28-01-2026 van Oosterhals et al. / neurologie 2018; 51 (4): e174-181

50

MAAR....



- Oestrogeen spiegels het hoogste 30-40 jaar;
- Rond de menstruatie zitten de meeste en meest moeilijk behandelbare aanvallen (oestrogeen spiegel is dan juist laag)

Fairhead "over de kop" 28-01-2026

51

DE OVERGANG

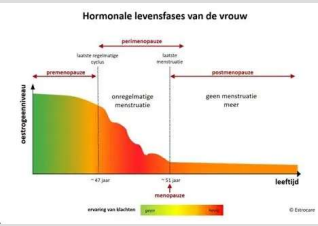
- Per jaar 1 miljoen vrouwen in de overgang
- 20% heeft geen of weinig klachten
- 80% heeft klachten, waarvan 1/3 ernstige klachten
- Vrouwen met goede kennis over de overgang ervaren minder klachten.

Feiten & cijfers
 Ca 1,7 mln werkende vrouwen zijn in de leeftijd waarin de overgang een rol speelt
 80% van de werknemers in de overgang heeft klachten
 Binnen verschillende etnische groepen gaat 25-43% van de vrouwen in de overgangleeftijd minder werken*

Fairhead "over de kop" 28-01-2026

52

PERIMENOPAUSALE PERIODE - MIGRAINE



Migraine prevalentie meest flink toe pre- en peri menopauaal

Fairhead "over de kop" 28-01-2026

53

HORMOON SUBSTITUTIE THERAPIE



Oestrogenen Progestagenen

Oestrogenen ; verhoogd risico op baarmoederkanker, daarom progestagenen erbij geven

Fairhead "over de kop" 28-01-2026

54

OESTROGENEN TRANSDERMAAL VOORDELEN

- Betere opname en hogere bloedspiegel dus meer stabiliteit bij vrouwen met stemmingsklachten.
- Geen trombose risico. Ook vrouwen met migraine en **migraine met aura** mogen transdermale oestrogenen gewoon hebben.
- Minder effect op libido. (Oraal oestrogeen laat je SHBG stijgen, vangt dus je testosteron weg. Dus als libido al verminderd is kun je beter transdermaal geven).
- Gunstig effect op je lipiden profiel. Van oraal kunnen je triglyceriden gaan stijgen, effect op cholesterol valt mee.
- Verhoogd de bloeddruk niet.
- Lange termijn gunstiger bij hart en vaat ziekten.

Nadeel: Migraine kan wel toenemen

Fairhead "over de kop" 28-01-2026

55

TOENAME MIGRAINE, OESTROGENEN EN OVERGANG

Bij veranderende oestrogeen spiegels dus opletten bij:

- Puberteit
- Menstruatie (en ovulatie)
- Postnatale periode (nieuw evenwicht)
- Pre- en peri-menopausal en menopausal

Fairhead "over de kop" 28-01-2026

56

UITLOKKENDE FACTOREN - SAMENVATTING

Chronificerend/modulerend

- Stress/ depressie
- Slecht slapen
- Wisselende Oestrogenen spiegels

Migraineurs erven een verminderd vermogen om met fysiologische verandering om te gaan

- Laat slapen/vroeg opstaan
- Maaltijd overslaan
- Menstruatie

Uitlokkende factoren:

- Nachtdienst
- Alcohol/rode wijn
- Medicatie
- Oestrogeen drop.
- Sport

Schoonman; Psychoneuroendocrinology 2007; 32:512-9
En LAMC (neurochirurgie)

Fairhead "over de kop" 28-01-2026

57

BEHANDELING VAN MIGRAINE:

Aanvalsbehandeling

- Medicatie
- (Slapen)

Verminderen van aanvallen (preventie)

- Leefstijl adviezen
- Medicatie
- Cefaly

Fairhead "over de kop" 28-01-2026

58

ACUTE BEHANDELING

Fairhead "over de kop" 28-01-2026

59

ACUTE BEHANDELING

- Almotriptan** 12,5 mg oraal, max 2dd
- Eletriptan** 40-80 mg oraal, max 80 mg dd
- Frovatriptan** 2,5 mg oraal, max 2dd
- Naratriptan** 2,5 mg oraal, max 2dd
- Rizatriptan** 10 mg (normaal of SMELT) oraal, max 2dd
- Sumatriptan**
 - 50 mg of 100 mg (normaal of FTAB) oraal, max 300 mg dd
 - 20 mg neusspray, max 2 dd
 - 25 mg zetpil (braken), max 2dd
 - 6 mg subcutaan (braken, snelle en/of hoge effectiviteit), max 2dd
- Zolmitriptan** 2,5-5 mg (normaal of ZIP), max 10 mg dd

Fairhead "over de kop" 28-01-2026

60

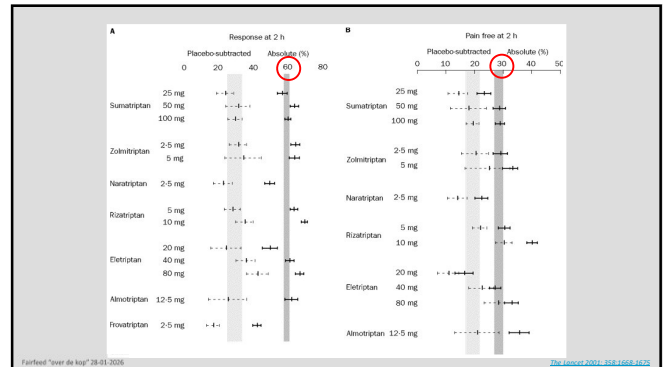
Wat is het effect van triptanen?

- A. Geven zo wie zo reductie van de hoofdpijn, anders heeft de patiënt geen migraine
- B. 30% is pijnvrij na 1^e triptaan
- C. Werken in 70% van de gevallen

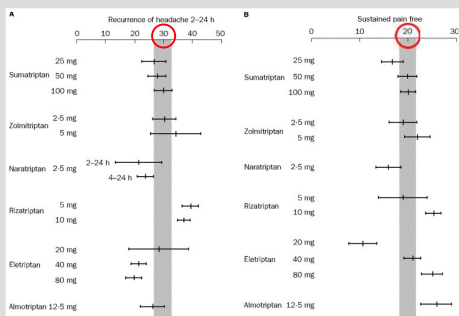
VRAAG

Fairhead "over de kop" 28-01-2026

61



62



63

AANVALSBEHANDELING



- Op tijd nemen, maar ook niet te vroeg..(na aura)
- Voorkom over gebruik
- Beter op 1 dag 2x slikken, dan 2 dagen 1x slikken
- Last van recurrence ? (te lage dosis, halveren bv)
- Triptaan: 30% van patiënten geen effect (orale medicatie).
- 70% baat bij alternatief triptaan bij falen

64

ACUTE BEHANDELING



Almotriptan snel en weinig bijwerkingen

Eletriptan snel en bij recurrence

Frovatriptan trager en bij recurrence, menstruele migraine

Naratriptan sport weinig bijwerkingen

Rizatriptan snel

Sumatriptan snel

Zolmitriptan snel

Fairhead "over de kop" 28-01-2026

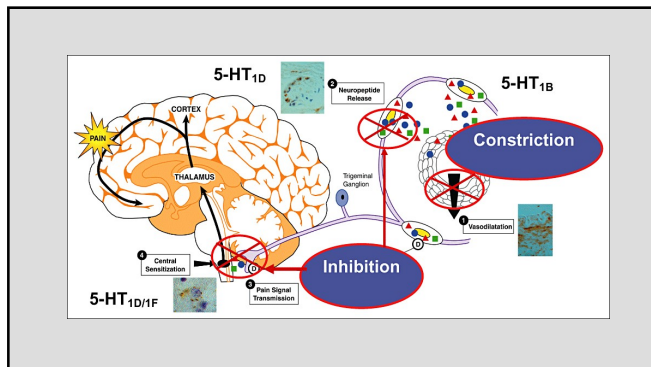
65



TRIPTANEN FARMACOTHERAPEUTISCH KOMPAS

- myocardinfarct, ischemische hartaandoeningen of coronaire vaatspasmen in de voorgeschiedenis. Perifere vaatandoeningen. Symptomen die duiden op ischemische hartaandoeningen;
- doorgemaakte CVA en TIA;
- ernstig gestoorde leverfunctie (Child-Pughscore 10–15);
- matige tot ernstige hypertensie, milde ongecontroleerde hypertensie.
- Gebruik van sumatriptan in combinatie met MAO-remmers en tijdens de eerste twee weken na stoppen van de MAO-remmer is gecontra-indiceerd.
- Na gelijktijdig gebruik met een serotonineheropnameremmer (SSRI/SNRI) is het optreden van het serotoninesyndroom beschreven.
- In combinatie met geneesmiddel dat sint-janskruid bevat (*Hypericum*-extract), kunnen bijwerkingen vaker optreden.

66



67

NEUW

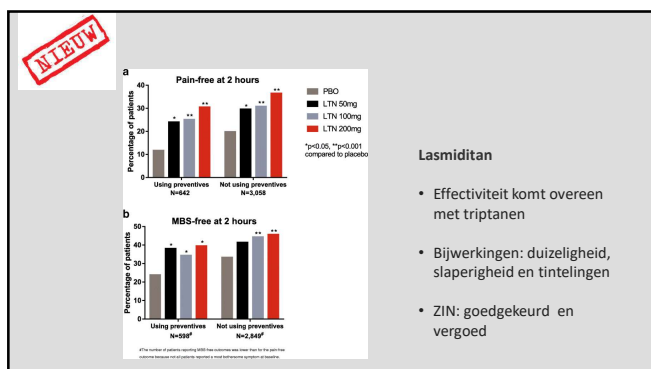
DITANS – SELECTIEVE 5HT_{1F} RECEPTOR AGONISTEN

Lasmiditan

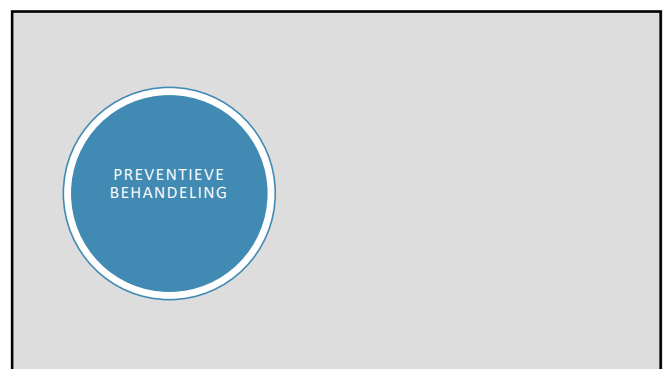
Farmacologie:

- Penetreert de bloedsheersens barriere
- Inhibitie van neuropeptiden release, (blokkeert zo de neurogene ontstekingsreactie in de dura)
- Blokkeert de stimulatie van de trigeminal nucleus caudalis (mogelijk invloed op het gewaarworden van pijn)
- **GEEN** vasoconstrictie (Mag dus voorgeschreven worden in patiënten met verhoogd cardiovasculair risicoprofiel)

68



69



70

LEEFSTIJL ADVIES

- Rust
- Regelmaat (slapen en eten)
- Voorkom honger
- Sporten, (3 maal per week 40 minuten)
- hobby's, tijd voor jezelf
- Weinig cafeïne, voldoende water

71

PREVENTIEVE BEHANDELING

- Doel: verminderen, maar verdwijnen lukt vaak niet
- Effect: 50% minder aanvallen, bij 50% van patiënten
- > 30% ptn stoppen i.v.m. bijwerkingen
- Welk middel dan?
- Overige ziekten? Astma, nierstenen, hoge bloeddruk, kinderwens, wel geen depressie
- Dosis: aim low and go slow !

72

73

74

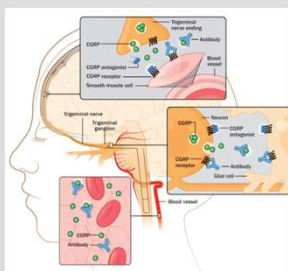
75

76

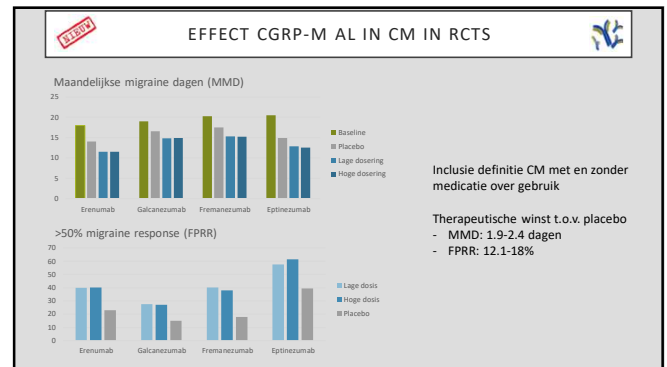
77

78

CGRP MONOCLONALE ANTILICHAMEN	
Monoclonale antilichaam	Target
Eptinezumab Humanized IgG1	α , β CGRP ligand
Fremanezumab - Ajovy Humanized IgG2	α , β CGRP ligand
Galcanezumab - Emgality Humanized IgG4	α , β CGRP ligand
Erenumab - Amovig Fully human IgG2	CGRP receptor



79



80

MEDICAL NEED PROGRAMMA'S

- 3 van de 4 CGRP-mAL
- CM $\pm$ botox
- HF-EM $\geq$ 8 dagen migraine
- 3 profylaxen niet werkzaam of te veel bijwerkingen

81

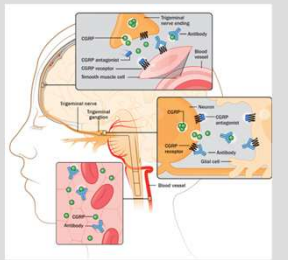
MEDICAL NEED PROGRAMMA'S 

- 3 van de 4 CGRP-mAL
- CM $\pm$ botox
- HF-EM $\geq$ 8 dagen migraine
- 3 profylaxen niet werkzaam of te veel bijwerkingen
- 25% geen effect
- 25% (bijna) geen migraine
- 50% rapporteert effect, maar
- Veel hoofdpijndagen worden "medicatie" dagen
- Bed /thuis dagen zijn er niet meer
- Dagen buiten een migraine aanval zijn beter

82

GEPAANTEN – CGRP RECEPTOR ANTAGONISTEN

- **Atogepant**, preventieve behandeling in NL als geregistreerd en vergoed
- **Rimegepant**, acuut en preventief geregistreerd
 - in NL als aanvalsbehandeling geregistreerd maar niet vergoed
- **Ubrogepant**, acute behandeling



83

CASUS ♀ 58 JR

Hoofdpijndagboek

Chronische migraine

topiramaat effect gedurende een half jaar
metoprolol tot 1 dd 100 mg geen effect
condesanten tot 1 dd 24 mg geen effect
valproïnezuur 750 mg kortdurend wel effect, 7 kg aangekomen
propranolol 80 mg matig effect maar te veel bijwerkingen (slaapstoornissen, dromen, obstipatie)
botuline toxine geen effect

26 hoofdpijndagen; 12 migraine dagen

84

CASUS ♀ 58 JR

Hoofdpijndagboek

Chronische migraine

topiramaat effect gedurende een half jaar
metoprolol tot 1 dd 100 mg geen effect
candesartan tot 1 dd 24 mg geen effect
valproïnezuur 750 mg kortdurend wel effect, 7 kg aangekomen
propanolol 80 mg matig effect maar te veel bijwerkingen (slaapstoornissen, dromen, obstipatie)
botuline toxine geen effect

26 hoofdpijndagen; 12 migraine dagen

14 hoofdpijndagen; 5 migraine dagen

85

2025 HF-EM

Fremanezumab wordt vergoed bij:

- Migraine ≥ 4 dagen
- Na falen op:
 - Candesartan
 - Betablokker
 - Anti-epilepticum (topiramaat of valproïnezuur)
 - Amitriptyline
 - Flunarizine

Fairfeed "over de kop" 28-01-2026

86

KOSTEN

- 500 euro per injectie per maand
- 6000 euro per jaar

Fairfeed "over de kop" 28-01-2026

87

KOP PIJN

TAKE HOME MESSAGES

- Neem migraine serieus
- Denk aan slaap en hormonen
- Toename migraine is vaak multifactorieel (stoppen met werken vaak niet de oplossing)
- Aanvalsmedicatie is erg gericht op pijnreductie
- CGRP remming kan goed helpen maar HF-EM nog lang niet alles vergoed.

MIGRAINE IS GEEN NOEDDPIJN

Fairfeed "over de kop" 28-01-2026

88