

Särkylääkepäänsärky ja päänsärkylääkkeiden turvallinen käyttö

Lääkärikirja Duodecim

22.10.2021

Neurologian erikoislääkäri Markku Nissilä



- Mitä tarkoittaa särkylääkepäänsärky?
- Mistä särkylääkepäänsärky johtuu?
- Kuka voi saada särkylääkepäänsäryn?
- Millaisia tutkimuksia tarvitaan?
- Kuinka särkylääkepäänsärystä voi päästä eroon?
- Entä jos ei tehdä mitään?
- Miten vältetään uudelleen koukkuun jääminen?

Päänsärkylääkkeiden satunnainen käyttö on tehokasta ja turvallista. Lääkkeet nopeuttavat toimintakyvyn palautumista ja parantavat elämänlaatua.

[Päänsärkylääkkeitä](#) voi kuitenkin käyttää vain rajallisen määrän ilman, että niistä seuraa vakavia haittavaikutuksia. Ensimmäiseksi kehittyvä haittavaikutus on päänsärky! Liikakäytön jatkuessa myös mahahaava tai maksa- tai munuaisvauriot ovat mahdollisia.

Mitä tarkoittaa särkylääkepäänsärky?

Särkylääkepäänsärky on päivittäistä tai lähes päivittäistä päänsärkyä. Se alkaa usein aamuyöllä, kun särkylääkkeen vaikutus loppuu. Särky on tylppää ja siihen voi liittyä pahoinvointia, ärtymystä ja univaikeuksia. Särky poikkeaa usein alkuperäisestä, hoitoa vaatineesta päänsärystä.

Mistä särkylääkepäänsärky johtuu?

Mikä tahansa päänsäryn hoitoon käytettävä lääke voi aiheuttaa päänsärkyä, jos sitä otetaan liian usein tai liian pitkän aikaa. Kyseessä voi olla käsikauppalääke eli ilman reseptiä ostettava lääke tai reseptillä ostettava tulehduskipulääke tai triptaani (migreenin täsmälääke).

Lääkkeet aiheuttavat särkylääkepäänsärkyä muuttamalla aivoissa kipua välittävän hermojärjestelmän toimintaa. Tämä johtaa kivun lievittämiseen tarvittavan lääkeannoksen koon kasvuun lääkkeen käytön jatkuessa.

Samanlainen särky voi tulla kahvin, teen, kolajuominen tai kofeiinitablettien runsaasta käytöstä.

Kuka voi saada särkylääkepäänsäryn?

Kuka tahansa, joka käyttää tavallisia tulehduskipulääkkeitä **useammin kuin kolmena päivänä viikossa pitempään kuin kolmen kuukauden ajan yhtäjaksoisesti**, voi saada päänsäryn jokapäiväiseksi harmikseen. Triptaaneilla ja kodeiinia tai kofeiinia sisältävillä yhdistelmävalmisteilla raja on kaksi tai useampi käyttöpäivää viikossa.

Alkuperäinen särky voi olla [tensiosärky](#) tai [migreeni](#). Stressin, lihaskipujen tai jonkin muun päänsärkyä ylläpitävän syyn lisääntyessä myös kivut tihenevät. Lääkkeen käyttökerrat lisääntyvät ja lopulta käyttötarve tulee jokapäiväiseksi. Yritys vähentää lääkkeen käyttöä johtaa päänsäryn voimistumiseen. Tätä syöksykierrettä on vaikea katkaista.

Särkylääkepäänsäryn kehittymiselle vaarallisinta on ottaa vaikka vain parikin särkylääkettä päivässä pitkän aikaa. Sen sijaan isotkin annokset kerralla viikon tai kahdenkin ajan ovat turvallisia.

Millaisia tutkimuksia tarvitaan?

Tärkeintä on tunnistaa, onko tavallinen päänsärky muuttunut särkylääkepäänsäryksi. Lääkäriissä erottelu perustuu potilaan kertomukseen, muiden vakavampien sairauksien pois sulkemiseen ja pääsärkypäiväkirjaan sekä rehelliseen laskelmaan siitä, kuinka paljon ja kuinka usein lääkettä on käytetty. Aivojen kuvantamista tarvitaan vain harvoin, eikä se takaa parempaa hoitoa.

Kuinka särkylääkepäänsärystä voi päästä eroon?

Ainoa tapa katkaista lääkepäänsärky on lopettaa lääkkeiden ottaminen joksikin aikaa kokonaan. Se todella auttaa, mutta siihen voi mennä viikosta jopa kolmeen kuukauteen.

Lääkkeen voi lopettaa kerralla tai vähitellen lääkemannosta pienentäen kahden tai kolmen viikon aikana. Vieroituskuurin aikana runsas kofeiinittoman nesteen käyttö on tarpeen. Lääkkeiden lopettaminen kerralla aiheuttaa varmasti vieroitusoireita – pahenevaa päänsärkyä, pahoinvointia, ahdistusta ja univaikeuksia. Oireet ilmestyvät 48 tunnissa ja kestävät pahimmillaan kaksi viikkoa. Tämä on kuitenkin tehokkaampi tapa, sillä hidas vieroitus epäonnistuu useammin.

Lääkäri voi antaa lääkekuurin vieroitusjakson ajaksi. Nämäkin lääkkeet täytyy lopettaa jossakin vaiheessa ja joistakin potilaista onkin parempi olla ilman tukilääkitystä.

Entä jos ei tehdä mitään?

Jos särkylääke pitää yllä päänsärkyä, sen käytön jatkaminen ei ole järkevää. Päänsäryt tulevat pahemmiksi eivätkä enää mene ohi särkylääkkeillä tai estolääkkeillä. Lääkkeet voivat myös vaurioittaa maksaa tai munuaisia

Miten vältetään uudelleen koukuun jääminen?

Vieroituksen jälkeen alkuperäinen särky (tensiopäänsärky tai migreeni) palaa todennäköisesti jossakin vaiheessa. Päänsäryn hoitoa on tällöin syytä miettiä yhdessä lääkärin kanssa.

Särkylääkepäänsäryllä on taipumus uusia helposti. Tarvittaessa lääkkeet voi aloittaa uudelleen, kuitenkin vasta useita viikkoja vieroituksen jälkeen. On vältettävä lääkkeiden ottamista pitempään kuin kolmena päivänä peräkkäin tai kolmena päivänä viikossa. Jos kipua lievittävät lääkkeet ovat tarpeen useampana kuin viitenä päivänä kuukaudessa, säännöllisesti käytettävä estolääke voi säästää uudelta särkylääkekierteeltä.

Artikkeli perustuu Suomen Migreeniyhdistys ry:n potilasoppaaseen.