

BÖLÜM 46

Başağrısında Alternatif Tedavi Yöntemleri

Fusun Mayda DOMAÇ¹
Ali Kemal ERDEMOĞLU²

TANIM VE KLİNİK

Tamamlayıcı ve /veya alternatif tıp 1970'ler sonrasında popüler hale gelmiştir. Son yıllarda başağrısı tedavisinde alternatif tedaviler tek başına veya ilaç tedavileri ile birlikte kullanılmaktadır. Bazı alternatif tedavi yöntemlerinin başağrısı tedavisindeki etkinliği ve tolerabilitesi ile ilgili veriler artmakla birlikte, halen birçok yöntemin kontrollü prospektif çalışmalar ile değerlendirilmesi gereklidir.

2000 yılında ABD Başağrısı Konsorsiyumu, tıp literatürünün ve uzman konsensüsünün gözden geçirilmesine dayanarak, migren başağrısının tedavisi ve yönetimi için kanıta dayalı kılavuzlar yayınlamıştır. Bu kılavuzlara göre aşağıdaki özelliklerden biri veya daha fazlasına sahip olan hastalar da alternatif tedaviler faydalı olabilir:

- Nonfarmakolojik tedavide hasta tercihi
- Spesifik farmakolojik tedavilere zayıf tolerans
- Spesifik farmakolojik tedaviler için tıbbi bir kontrendikasyona varlığı
- Farmakolojik tedaviye etkin yanıt alamama
- Gebelik durumu, gebelik planlıyor veya emziriyor olmak



Alternatif tedavilerin başağrılarının tedavisindeki yeri ve etkileri ile ilgili eldeki veriler yetersizdir

¹ Prof. Dr., Sağlık Bilimleri Üniversitesi Erenköy Ruh ve Sinir Hastalıkları SUAM

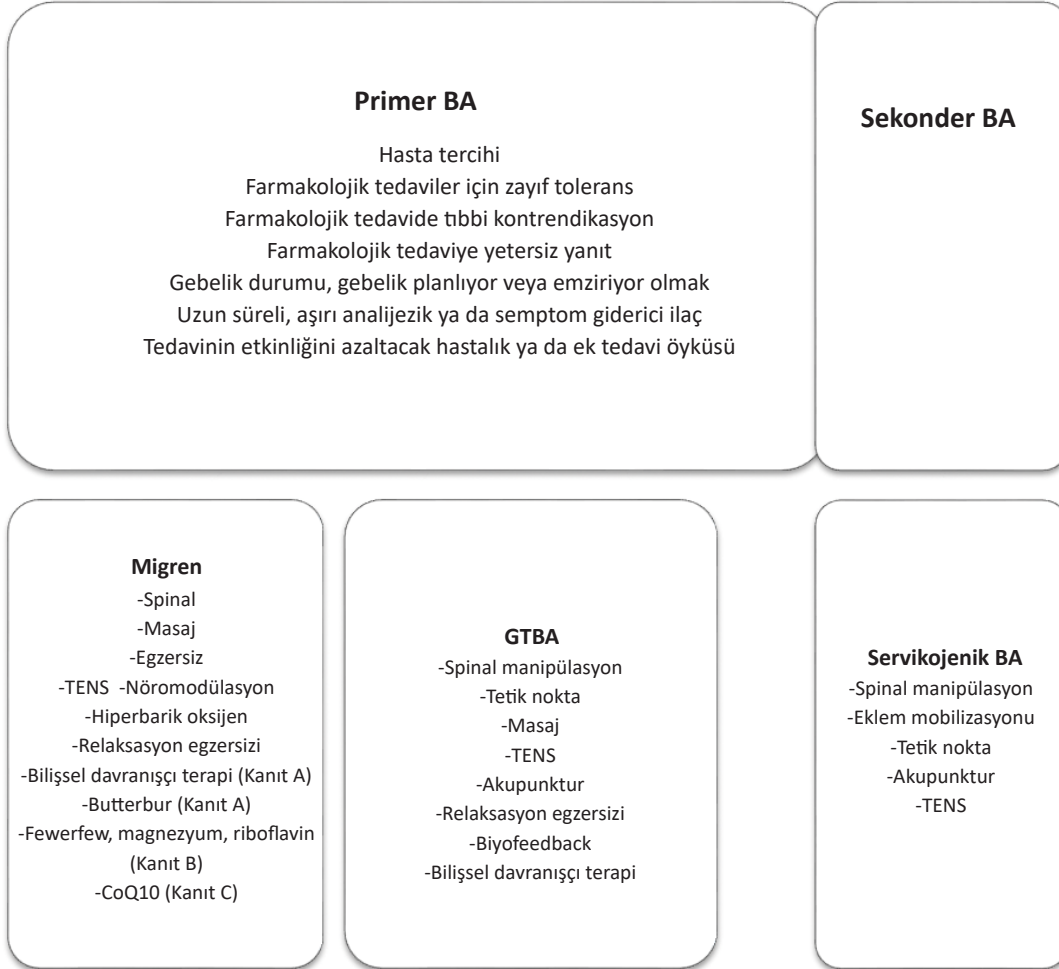
² Prof.Dr., Yüksek İhtisas Üniversitesi



dülasyonu yoluyla rol oynadığı öne sürülmüştür. Ayrıca Melatonin'in, CGRP ve diğer pro-inflamatuar mediatörlerin antagonizmi dahil olmak üzere ek anti-inflamatuar etkilere sahip olduğu öne

sürülmüştür. Melatonin, migren, gerilim tipi baş ağrısı, trigeminal otonomik sefaljiler, birincil bıçaklayıcı baş ağrısı ve hipnik baş ağrısı dahil olmak üzere birkaç farklı baş ağrısı bozukluğu türü için değerlendirilmiş ve etkili olduğu gösterilmiştir.

İternatif Tedavi Algoritması



KAYNAKLAR

1. Bendsten L, Evers S, Linde M, Mitsikostas DD, Sandrini G. EFNS guideline on the treatment of tension-type headache - Report of an EFNS task force. Eur J Neurol 2010;17:1317-25
2. Bryans R, Descarreaux M, Duranleau M, et al. Evidence-based guidelines for the chiropractic treatment of adults with headache. J Manipulative Physiol Ther 2011;34:274-89
3. Melchart D, Weidenhammer W, Streng A, et al. Acupuncture for chronic headaches-an epidemiological study. Headache 2006;46:632-641
4. Tepper SJ. Nutraceutical and other modalities for the treatment of headache. Continuum (Minneapolis) 2015;21:1018-31
5. Vickers AJ, Vertosick EA, Lewith G, et al. Acupuncture for chronic pain: update of an individual patient data meta-analysis. J Pain.2018;19:455-74



6. Bodes-Pardo G, Pecos-Martin D, Gallego-Izquierdo PT, et al. Manual treatment for cervicogenic headache and active trigger point in the sternocleidomastoid muscle: a pilot randomized clinical trial *J Manipulative Physiol Ther* 2013;36:403-411
7. Kotze A, Simpson KH. Stimulation-produced analgesia: acupuncture, TENS and related techniques. *Anaesthesia and Intensive Care Medicine* 2007;9:29-32
8. Tarhan Ç, İnan L, Karaoğlan B, Yorgancıoğlu Z. TENS treatment in cervicogenic headache. *Physical Medicine* 1999;2:13-17
9. Cerritelli F, Lacorte E, Ruffini N, Vanacore N. Osteopathy for primary headache patients. *Journal of Pain Research* 2017;10:601-11.
10. Starling AJ, Tepper SJ, Marmura MJ, et al. A multicenter, prospective, single arm, open label, observational study of sTMS for migraine prevention (ESPOUSE Study) *Cephalgia* 2018;38(6):1038-1048
11. Rimmele F & Jürgens TP. Neuromodulation in primary headaches. *Current Opinion in Neurology* 2020; 33(3), 329–337
12. Sun-Edelstein C, Mauskop A. Alternative headache treatments: Nutraceuticals, behavioral and physical treatments. *Headache* 2011;51:470-83
13. D'onofrio F, Raimo S, Spitaleri D, Casucci G, Bussoni G. Usefulness of nutraceuticals in migraine prophylaxis. *Neurol Sci* 2017;1:117-120
15. Grazi L, Toop C, D'Amico D, et al. Non-pharmacological approaches to headaches: non-invasive neuromodulation, nutraceuticals and behavioral approaches. *Environ Res Public Health* 2021;18(4):1503
15. Lipton RB, Diener HC, Robbins MS, Garas SY, Patel K. (2017). Caffeine in the management of patients with headache. *The Journal of Headache and Pain* 2017; 18(1):107
16. Ailani J, Burch RC, Robbins MS. Board of Directors of the American Headache Society. The American Headache Society Consensus Statement: Update on integrating new migraine treatments into clinical practice. *Headache* 2021;61(7):1021-1039.
17. Barmherzig R, Rajapakse T. Nutraceuticals and behavioral therapy for headache. *Curr Neurol Neurosci Rep* 2021;21(7):33