

## GLI UOMINI INCORAGGIATI A CERCARE AIUTO MEDICO PER I LORO PROBLEMI DI CEFALEA

La **cefalea nell'uomo** è il focus della European Migraine Day of Action [EMDA] 2014.

L'EMDA viene celebrato il 12 Settembre di ogni anno con l'obiettivo di accrescere nell'opinione pubblica la consapevolezza che l'emicrania e le altre forme di cefalea sono malattie frequenti ed invalidanti. Alleanza Cefalgici, membro italiano di European Headache Alliance, ha voluto celebrarlo realizzando un breve video dal titolo "DON'T LEAVE MY HEAD ALONE", che testimonia come il mal di testa non sia solo una malattia femminile. Il filmato è visibile all'interno del sito [http://alcecluster.cefalea.it/index.php?option=com\\_k2&view=item&layout=item&id=390&Itemid=691](http://alcecluster.cefalea.it/index.php?option=com_k2&view=item&layout=item&id=390&Itemid=691).

Il dott Paolo Rossi, responsabile del Centro Cefalee INI di Grottaferrata, membro del direttivo della EHA, sottolinea che "l'emicrania, ed in generale la cefalee, sono malattie molto frequenti anche nell'uomo". Ad esempio "l'emicrania, nei paesi occidentali, è la terza malattia più frequente in assoluto negli uomini (la seconda è la cefalea tensiva). Inoltre, continua il dott. Rossi, "è ormai ben documentato che queste malattie non sono semplici fastidi, ma possono causare una marcata disabilità ed impoverimento della qualità della vita, come documentato dal recente Global Burden of Disease 2010, del WHO (World Health Organization), in cui l'emicrania risulta al 13° posto tra le malattie più disabilitanti negli uomini in Europa".

A fronte di ciò gli uomini, per motivi socio-culturali, ma anche per l'assenza di un'organizzazione dei servizi sanitari "men- friendly", non consultano il medico quando soffrono di mal di testa.

"La ricerca suggerisce che gli uomini cercano meno frequentemente aiuto medico per problemi di mal di testa rispetto alle donne" dice Audrey Craven, presidente della European Headache Alliance. "Molti uomini si auto-curano, ricorrendo esclusivamente a prodotti da banco e questo costituisce un potenziale problema perchè l'uso eccessivo di analgesici rappresenta la prima causa di cronicizzazione del mal di testa, anche se pochi lo sanno. Quest'anno vogliamo allertare gli uomini su questo rischio ed incoraggiarli a cercare rapidamente aiuto medico per ricevere una diagnosi accurata e la terapia più adatta."

La European Headache Alliance inoltre vuole far conoscere quali sono i sintomi di allarme, le cosiddette "*bandiere rosse*" che suggeriscono che il mal di testa possa essere il sintomo di una patologia più importante. "Le "*bandiere rosse*" sono identiche per uomini e donne, ma sono gli uomini che sono meno propensi a contattare un medico e possono farlo quando è troppo tardi per intervenire - prosegue Ms. Craven. Il nostro messaggio chiave per quest'anno è che più tardi gli uomini cercano aiuto per il loro mal di testa più severo e difficili da trattare possono essere le conseguenze della cefalea".

Le persone che soffrono di cefalea dovrebbero consultare immediatamente un medico quando sperimentano per la prima volta una cefalea violentissima ad esordio acuto, differente da quelle

avute in passato, o quando la cefalea si accompagna a segni e sintomi neurologici persistenti (impaccio motorio, disturbi di vista o della sensibilità, difficoltà cognitive).

Altre “*bandiere rosse*” sono rappresentate da una cefalea che si accompagna a febbre, rigidità nucale, perdita di peso, dolori muscolari diffuse. Anche una cefalea scatenata da tosse, starnuti, sforzi addominali, esercizio fisico, merita un consulto medico veloce, così come quei mal di testa che si aggravano marcatamente in posizione eretta e passano da sdraiati a letto. Una cefalea che si manifesta in pazienti con storia clinica di cancro, immunodeficienza, trauma cranico recente o altre malattie sistemiche note costituisce anche essa motivo di consultazione medica in tempi brevi.

Per sottolineare lo *European Migraine Day of Action 2014*, European Headache Alliance ha creato un opuscolo informativo destinato agli uomini che soffrono di mal di testa. Questo sarà disponibile sul sito di Alleanza Cefalalgici (<http://www.cefalea.it/>) insieme ad una serie di servizi ed informazioni utili a chi soffre di mal di testa.

Alleanza Cefalalgici (Al.Ce. Group – CIRNA Foundation Onlus)

c/o Fondazione IRCCS “Istituto Neurologico C. Mondino” - Biblioteca Centrale

Via Mondino, 2 - 27100 Pavia

Fax 0382-380448 / e-mail: [alcegroup@cefalea.it](mailto:alcegroup@cefalea.it)