

# Смернице за фармацеуте

## Фармацеутска здравствена заштита у терапији главобоље тензионог типа

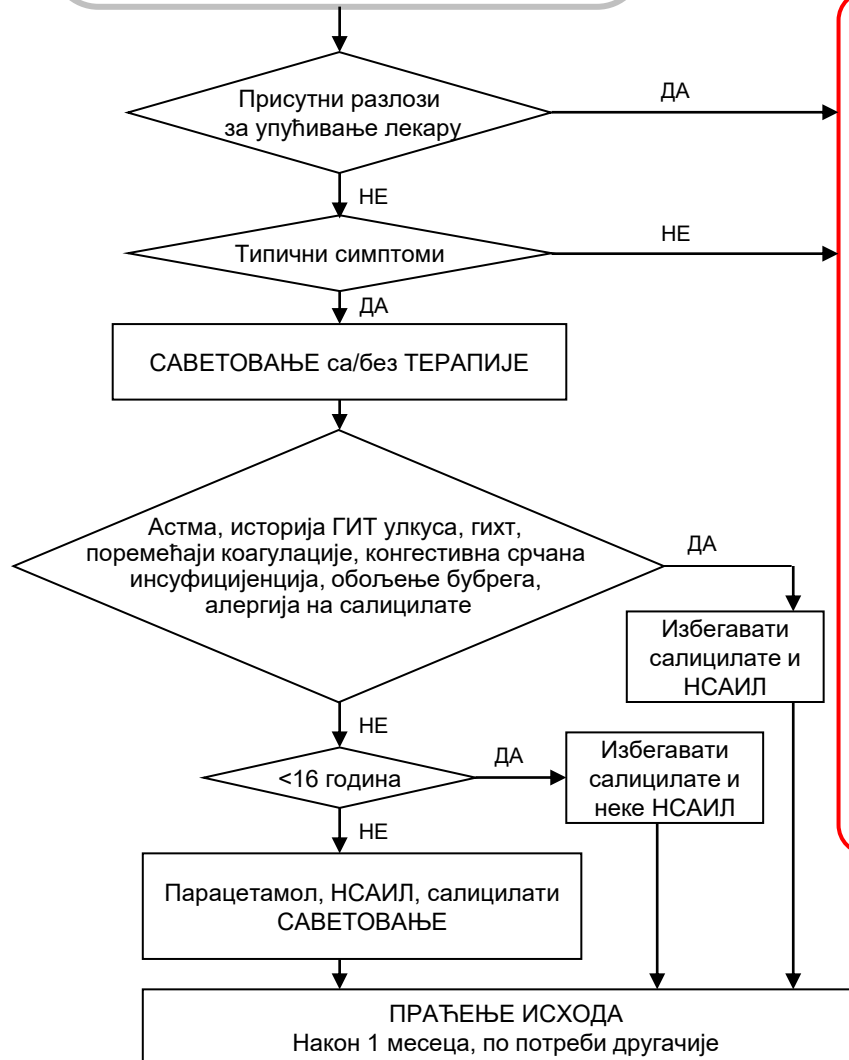
**Главобоља тензионог типа (ГТТ)** може трајати од 30 минута до 7 дана. Има најмање 2 од следећих особина: билатерална локализација, бол типа стезања/притиска (непулсирајући), благ до умерен интензитет, не погоршава се са рутинским физичким активностима. Нема мучнине или повраћања (може се јавити анорексија). Одсуство фотофобије и фонофобије (или је само једно присутно). Најмање 10 епизода које испуњавају наведене критеријуме. Не може се приписати другом поремећају.

ГТТ	Мигрена	Синусна главобоља
билатерална	обично унилатерална	лице, чело или перiorбитално подручје
непулсирајући бол	пулсирајући бол; фотофобија, фонофобија, мучнина или повраћање	притисак иза очију и лица, туп билатералан бол; јавља се симултано са синусним симптомима; секреција из носа или запушеност
нема погоршања од рутинских физичких активности	погоршање од рутинских физичких активности	погоршава се ујутру
минути-дани	сати-3 дана	дани

### Учесталост:

- ретка епизодична, атаци <1 месечно
- честа епизодична, атаци 1-15 дана месечно
- хронична, атаци >15 дана месечно, током периода дужег од 3 месеца

### ГЛАВОБОЉА ТЕНЗИОНОГ ТИПА (епизодична)



### УПУЋИВАЊЕ ПАЦИЈЕНТА ЛЕКАРУ

- хронична главобоља
- главобоља која траје >10 дана (са или без терапије)
- изненадан, експлозиван бол који онемогућава било какву активност
- снажан, прогресиван и/или другачији бол који се први пут јавља; сумња на други тип или секундарну главобољу
- висока температура или знаци озбиљне инфекције
- поремећаји вида
- зенице неједнаке или не реагују на светлост
- мучнина и повраћање
- парестезије, промене расположења, неразговетан говор, поремећај равнотеже или координације
- укочен врат, траума главе, осип, бол у вилици, губитак свести, губитак телесне масе, осетљивост слепоочница
- историја болести јетре или >3 алкохолна пића дневно
- деца <9 година
- труднице, посебно у последњем триместру

## САВЕТОВАЊЕ

Главобоља тензионог типа је често одговор на стрес, анксиозност, депресију, емоционални конфликт или неки други стимулус.

- **промена животних навика** може бити корисна у смањењу учесталости/интензитета атака главобоље
- **избегавати** стрес, замор, напрезање врата и очију, побољшати држање
- **обезбедити** добар и редован сан, редовне оброке, релаксирати се
- **подршка и/или процена адхеренце:** едукација пацијента о значају редовне и правилне примене терапије

**ПРАЋЕЊЕ ИСХОДА** – Пратити учесталост и промену симптома након месец дана, по потреби раније. Ако је ефикасна акутна терапија, пружити подршку пацијенту. У супротном, размотрити промену лека или упућивање пацијента лекару. По потреби лекар разматра увођење профилаксе.

## ТЕРАПИЈА

- епизодична главобоља се може често добро купирати са парацетамолом, НСАИЛ или салицилатима
- потребно је попити лек, што је могуће пре, чим почне главобоља
- пацијенти не би требало да узимају лек >3 дана недељно, уколико није прописано

### Парацетамол

Није познат штетан ефекат у трудноћи и дојењу.

**КИ:** тешка оштећења јетре.

Максимална дневна доза је 4 g.

### Ацетилсалицилна киселина

**Опрез!** Гихт, астма, трудноћа, дојење, поремећаји коагулације, обољења бубрега или јетре, конгестивна срчана инсуфицијенција.

**КИ:** преосетљивост, деца <16 година, последњи триместар трудноће, историја ГИТ улкуса/крварења.

**Интеракције:** антикоагуланси, други НСАИЛ, метотрексат, валпроинска киселина, *SSRI*.

**НРЛ:** крварење, ГИТ поремећаји.

### НСАИЛ

**Опрез!** астма, поремећаји коагулације, обољење јетре и бубрега, кардиоваскуларне и цереброваскуларне болести, историја ГИТ улкуса/крварења.

**КИ:** преосетљивост, ГИТ улкус/крварење, тешка инсуфицијенција срца, јетре, бубрега, последњи триместар трудноће.

Неки НСАИЛ се не препоручују деци.

**Интеракције:** *SSRI*, ацетилсалицилна киселина, други НСАИЛ, антикоагуланси, литијум, метотрексат, хинолони, венлафаксин, циклоспорин.

**НРЛ:** ГИТ поремећаји, повећан ризик за кардиоваскуларне догађаје, реакције преосетљивости.

### Комбиновани аналгетици

Поред аналгетика могу да садрже и кофеин и/или кодеин. Углавном се избегавају код деце. Кодеин може да изазове констипацију.

1. Agencija za lekove i medicinska sredstva (ALIMS). <http://www.alims.gov.rs>

2. American Pharmacists Association. OTC Advisor: Self-care for pain. 2010;11-15.

3. British National Formulary 78. 2019 (BNF). <http://www.bnf.org>

4. Edwards C, Stillman P. Mala oboljenja ili velike bolesti: Priručnik za farmaceute, četvrto izdanje. Data Status. 2011.

5. Migraine in primary care advisor. Updated guidelines on headache management for use by pharmacist. Number 21, October 2012.

6. Nacionalni vodič za lekare u primarnoj zdravstvenoj zaštiti. Glavobolja. Ministarstvo zdravlja Republike Srbije. 2005. <http://www.zdravlje.gov.rs>.

7. NICE guidelines, Headache. Updated 2020. <https://pathways.nice.org.uk/pathways/headaches>

**Напомена:** Додатне информације о препаратима погледати у Сажетку карактеристика лека.