



# Pihlajalinna

## ”Ihan muuta kuin tavallinen päänsärky” – Kuinka erottaa migreeni muista päänsäryistä?

*Lehdistötiedote 10.9. klo 14.45*

**Tällä viikolla vietetään Migreeniyhdistyksen vuosittaista Migreeniviikkoa. Migreeni on kohtauksittainen neurologinen sairaus, jota sairastaa arviolta joka kymmenes suomalainen. Migreenillä on monenlaisia ilmenemismuotoja ja se on paljon muutakin kuin pelkkää päänsärkyä. Neurologian erikoislääkäri Salli Paavonen Pihlajalinnasta kertoo, kuinka migreenin erottaa muista päänsäryistä.**

Migreeni on yleinen sairaus. Naisista noin 15 prosenttia ja miehistä noin 5 prosenttia kärsii migreenistä\*. Usein migreeni tunnistetaan jo lapsuudessa tai nuoruudessa, mutta se voi puhjeta missä iässä tahansa.

”Migreenin oireiheys ja oirekuva vaihtelevat paljon yksilöllisesti ja ne voivat vaihdella myös elämän varrella. Esimerkiksi migreenikohtaukset saattavat muuttua aurallisesta aurattomaan tai kohtauspäivien määrä voi vaihdella suurestikin”, Salli Paavonen kertoo.

Auraton migreeni on migreenin yleisin muoto. Siinä pääkipu alkaa ilman auraoiretta, ja siksi etenkin alkava auraton migreenikohtaus voi joskus olla vaikeaa tunnistaa muista päänsäryistä. Samalla henkilöllä voi olla sekä aurattomia että aurallisia migreenikohtauksia.

Aurallisella migreenillä tarkoitetaan migreeniä, joka alkaa auraoireella, tyypillisimmin näköhäiriöllä. Noin 15 prosentilla migreeniä sairastavista migreeniin liittyy auraoire.

### **Voi olla monen päivän kokonaisuus**

Migreenillä on monia yksilöllisiä ilmenemismuotoja. Päänsärky on oireista tunnetuin ja yleisin, muttei suinkaan ainut.

”Migreeni on ihan muuta kuin tavallinen päänsärky. Migreenissä päänsärkykohtauksen aikana ilmenee pahoinvointia tai oksentelua tai valo- ja ääniherkkyyttä. Kipu on tyypillisesti kovaa, toispuoleista, pulssin mukaan sykkivää ja liikkeessä pahenevaa. Riittää kuitenkin, että tietty määrä migreenin kriteereistä täyttyy, jotta se voidaan todeta”, Paavonen avaa.

Paavosen mukaan migreenikohtaus on pitkäkestoisempi kuin monet uskovat, sillä se voi alkaa jo paljon ennen varsinaista kipua.

”Usein ajatellaan, että migreeniä on vain sen kipuvaihe. Todellisuudessa migreeni saattaa olla jopa monen päivän kokonaisuus, jossa on sekä ennakko- että jälkioireita. Tyypillisiä ennakko-oireita ovat esimerkiksi väsymys, mielialaoireet, muistioireet tai makeanhimo. Jälkioireena puolestaan olo on usein väsynyt. Monet käyttävät termiä aivosumu kuvaamaan migreenin jälkeistä oloa”, Paavonen kertoo.

### **Älä jää pääkivun kanssa yksin**

Paavonen korostaa, ettei toistuvan päänsäryn syytä kannata jäädä yksin arvailemaan.

”Mikäli päänsärkypäiviä on useita ja ne haittaavat elämää, kannattaa hakeutua lääkärin vastaanotolle. Migreeniin on tarjolla monia erilaisia estolääkityksiä ja hoitomuotoja, joista pyritään aina löytämään yksilölle parhaat ratkaisut”, hän kertoo.

Migreenille tyypillistä on kipuherkistyminen, eli jos kohtauksia ei hoideta kunnolla, niiden määrä herkästi lisääntyy entisestään.

”Myös särkylääkepäänsäryn riski on olemassa, mikäli pää on usein kipeä ja siihen käytetään kipulääkkeitä. Siksikin on tärkeää selvittää pääkivun syy ja saada siihen oikeanlaista apua”, Paavonen kertoo.

Estolääkkeitä voidaan harkita, mikäli päänsärkypäiviä on kahdesta kolmeen kuukaudessa tai jos päänsäryt haittaavat elämää.

### **Tuntuvatko eri päänsäryt eri puolilla päätä?**

Pääkipu voi tuntua eri puolilla päätä ja olla seurausta monista eri tekijöistä. Vaikka migreeniin on selkeät diagnostiset kriteerit, ei sen tunnistaminen muista päänsäryistä ole aina helppoa. Alla muutamia erilaisia päänsärkyjä.

– **Lihaskäntäjäpäänsärky.** Yleisin päänsäryn muoto on lihaskäntäjäpäänsärky, joka on yleinen etenkin päätöytä tekeillä. Lihaskäntäjästä johtuvalle päänsärylle tyypillistä on se, että kevyt liikunta voi auttaa, toisin kuin migreenissä. Lisäksi lihaskäntäjäpäänsäryssä kipu on lievempää ja usein luonteeltaan vannaista tai puristavaa. Migreenille tyypillistä sykkivää kipua ei yleensä esiinny, mutta kipu voi olla toispuoleista. On tyypillistä, että samalla henkilöllä on yhdistelmä migreeniä ja lihaskäntäjäpäänsärkyä.

– **Särkylääkepäänsärky.** Särkylääkepäänsärky liittyy useimmiten vaikeaan päänsärkytilanteeseen, jossa särkylääkkeitä käytetään paljon kivun hoitoon. Tällöin särkylääkkeiden käyttö alkaa aiheuttaa pääkipua, ja päänsärky alkaa hiipien kipulääkkeen vaikutuksen päättyessä. Sen sijaan, että kipulääkkeitä syödään päänsäryyn jatkuvasti, tulisi Paavosen mukaan kivun syy selvittää ja hoitaa.

– **Sarjoittainen päänsärky.** Sarjoittainen päänsärky tuntuu aina toispuoleisena ja samalla puolella päätä, usein silmän alueella. Siinä kohtaukset ovat lyhyempiä, mutta tyypillisesti hyvin rajuja.

– **Kolmoishermostosärky.** Kolmoishermostosärky paikallistuu kasvojen kolmoishermon alueelle ja ilmenee yleensä lyhyinä, mutta hyvin kivuliaina, säteilevinä hermokipukohtauksina.

Paavosen mukaan päänsäryt saattavat tuntua eri puolilla päätä riippuen kivun aiheuttajasta. Tärkeämpää on kuitenkin arvioida kokonaisuutta kuin sitä, missä kipu tuntuu.

### **Lisätiedot:**

Hanna Viskari, viestintäpäällikkö, Pihlajalinna  
hanna.viskari@pihlajalinna.fi, 040 837 8403

\*Migreeni. Käypä hoito -suositus. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Suomen Neurologinen yhdistys ry:n asettama työryhmä. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, 2024 (viitattu 9/2025). Saatavilla internetissä: [www.kaypahoito.fi](http://www.kaypahoito.fi)

### **Pihlajalinna lyhyesti**

Pihlajalinna on terveydenhuollon uudistaja, joka rakentaa vaikuttavia hoitopolkuja ja toimialan vetovoimaisinta yrityskulttuuria. Pihlajalinna tarjoaa asiakaslähtöisiä ja tuloksellisia palvelumalleja kumppaneilleen: vakuutusyhtiöille, yrityksille ja hyvinvointialueille. Konsernilla on kattavat ja laadukkaat lääkärikeskus-, sairaala- ja etäpalvelut, työterveyspalvelut sekä vaikuttavia sosiaali- ja terveydenhuollon ratkaisuja julkiselle sektorille. Pihlajalinalla

työskentelee noin 6 500 työntekijää ja 2 200 ammatinharjoittajaa. Vuonna 2024 Pihlajalinnan liikevaihto oli 704 miljoonaa euroa. Pihlajalinnan osakkeet on listattu Nasdaq Helsinki Oy:ssä. Lue lisää [www.pihlajalinna.fi](http://www.pihlajalinna.fi).