

La sindrome, come riconoscerla, i farmaci e l'importanza del monitoraggio

# Mal di testa? Parliamone

*A Mede una serata-dibattito con medici e pazienti*

MEDE - Nello storica cornice del Castello Sangiuliani di Mede, si è svolto l'evento "Che mal di testa! Parliamone insieme, medici e pazienti". L'evento educativo nato dalla sinergia di Rotary Club Mede Aureum, presieduto da Aurelia Boccia, Associazione Volontari Ospedalieri Lomellina Sud Occidentale, rappresentato dalla signora Patricia Weston e Alleanza Cefalalgici (Al.Ce.) ha portato alla cittadinanza informazioni sulla cefalea, come riconoscerla, i farmaci e il monitoraggio. L'educational day è un'esperienza che nasce in seno all'empowerment, il nuovo concetto entrato in Medicina, come insegna il prof Giuseppe Nappi, Presidente dell'University Consortium for Adaptive Disorders and Headaches (UCADH) e Direttore Scientifico dell'IRCCS Fondazione Istituto Neurologico Nazionale C. Mondino di Pavia, che è il processo di crescita dell'individuo e del paziente, basato sull'incremento dell'autoefficacia e dell'autodeterminazione nella gestione consapevole della propria salute.

Dopo il saluto delle Autorità, il prof. Fabio Antonaci, dell'Università di Pavia, specialista in neurologia presso l'Istituto Neurologico Mondino, ha guidato i presenti in un percorso attraverso i vari tipi di mal di testa primari che affliggono la popolazione: l'emicrania, la cefalea di tipo tensivo, la cefalea a grappolo. La dottoressa Marta Allena ha fatto un excursus sulla terapia della cefalea, con i vari



**Relatori e promotori della serata organizzata presso Castello Sangiuliani a Mede**

farmaci, dando particolare rilievo ad una forma di mal di testa, purtroppo diffuso, che è appunto la cefalea da abuso di farmaci. Il paziente è protagonista della gestione del suo mal di testa, così come ha sottolineato la dottoressa Natascia Ghiotto, attraverso la compilazione del diario, che rappresenta lo strumento più utile per il monitoraggio della patologia e che ha subito un'evoluzione nel tempo, diventando da strumento da cartaceo a informatizzato grazie agli ultimissimi supporti digitali. Una interessante parte della serata è stata dedicata dalla dottoressa Marzia Segù, responsabile dello Sportello Al.Ce. Pavia ai rapporti tra la cefalea e il dentista. La serata si è conclusa con l'intervento laico di una paziente volontaria Al.Ce. che ha illustrato tutte le attività dell'as-

sociazione. Alleanza Cefalalgici (Al.Ce. Group - CIRNA Foundation Onlus) è un gruppo operativo costituito da medici, pazienti e loro familiari che lavorano insieme per migliorare la qualità dell'assistenza per le "persone svantaggiate" da mal di testa cronici, comorbidità emozionale, affettiva, comportamentale (ansia, panico; depressione; mal uso, abuso, dipendenza da farmaci attivi sul sistema nervoso). Il gruppo fa parte dell'Alleanza Internazionale Cefalalgici (World Headache Alliance - WHA) sin dal 1999, anno della sua costituzione, ed è socio fondatore della European Headache Alliance (EHA), costituitasi nell'aprile 2006 per meglio sostenere le ragioni dei cefalalgici europei.

Tutte le informazioni e qualcosa in più sul sito [www.cefalea.it](http://www.cefalea.it)