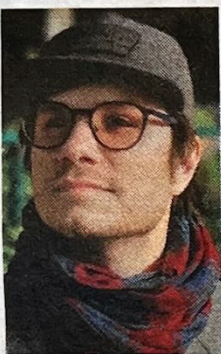


Kronisk migrän – en dag i taget

Gustav Hadin vet hur det är att leva med kronisk migrän. Han vet också hur bra det känns när behandlingen mot migränanfallen fungerar och när vården är personcentrerad. Gustav har gått från att föra en snårig kamp mot vården till att idag ha erövrat kontrollen över migränen och blickar hoppfullt framåt.

Text Susanne de Mello



Gustav Hadin

Gustav fick migrändiagnosen relativt snabbt vid sju års ålder. Från att han upplevde de första symtomen som sexåring tills han hamnade på neurologmottagningen för barn. Det som fungerade mindre bra var hans övergång från barn- till vuxenvården.

– Jag fick inget gehör från vården under fyra års tid. Jag bad om att bli remitterad till en neurolog, men de lyssnade inte på mina önskemål. Känslan de förmedlade var att "migrän är bara lite huvudvärk", säger Gustav.

När han var 23 år blev besvären värre. Från att ha haft relativt lindriga migränanfall någon gång i månaden, så kom de allt tätare och han tvingades vara borta från sitt arbete flera dagar i veckan. Gustav kände stor frustration över att inte få den hjälp från vården som han behövde. Han vände sig därför till Huvudvärksförbundet och fick tipset att byta vårdcentral.

Tillgång till rätt vård

– Äntligen lyssnade vården och remitterade mig till en neurolog. Jag fick testa olika medicineringar och sedan 2014 har jag fått förebyggande injektionsbehandling. Det förändrade

min förmåga att hantera anfallen och jag känner mig mindre begränsad av min migrän. Olika avslappningsövningar är också bra och fungerar i stunden och har gjort migränen mindre segdragen, säger Gustav.

Tidigare i livet var han väldigt aktiv och tränade mycket. Ju värre migränen blev desto mindre ansträngningar kunde han utsätta sig för. Numera kan han utöva vardagsmotion, vilket är en bidragande orsak till att han idag mår bättre och har mildare migränanfall överlag.

Den ständigt närvarande migränen

– Det finns en stor ovisshet dagligen, även om jag aldrig mått så bra som jag gör just nu. Om jag till exempel ska gå på fest, så vet jag inte vad som gäller just då. Jag måste alltid vara förberedd och ha med mig anfallsmediciner. Helst ska det finnas en lugn och sval plats. Det har även varit svårt att behålla längre anställningar på grund av sjukfrånvaro. Jag har blivit misstänkliggjord på grund av migränen av chefer och kollegor, menar han. Trots det är han hoppfull inför framtiden för migrän- och huvudvärksdrabbade. Med tillgång till rätt behandling och stöd för att hantera sjukdomen kommer fler kunna leva ett fungerande och bra liv. ■

Denna artikel är gjord i samarbete med **AbbVie**.

abbvie