

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Migrena u mężczyzn rzadsza

Choć migrena trzy razy częściej dotyka kobiet, mężczyźni cierpią z jej powodu bardziej, rzadziej zgłaszają się po pomoc i częściej nadużywają leków - wynika z ogólnopolskiego badania „Migrena w Polsce”. Najnowsza analiza wyników została poświęcona wyłącznie mężczyznom.

- Wbrew obiegu opinii, że migrena to choroba kobieca, dotyka ona również mężczyzn, u których jej przebieg może być cięższy. Panowie rzadziej i później zgłaszają się do lekarzy, nadużywają leków bez recepty oraz - co ciekawe - suplementów, ich napady trwają dłużej i częściej prowadzą do przewlekłej postaci choroby. Do tego mężczyźni czują się stygmatyzowani i zawstydzeni - powiedziała PAP główna autorka badania, neurolog dr hab. Marta Waliszewska-Prosół z Kliniki Neurologii Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu.

Wraz z zespołem przeprowadziła największą dotąd analizę dotyczącą migreny w populacji polskiej. Projekt objął ponad 3,2 tys. osób (w tym 599 mężczyzn) w wieku od 13 do 80 lat i był realizowany w formie ankiety internetowej. Zebrane odpowiedzi posłużyły do oceny różnic płciowych w przebiegu choroby, sposobach leczenia i korzystaniu z opieki zdrowotnej.

Jak podkreśliła dr hab. Waliszewska-Prosół, temat męskiej migreny jest w światowej literaturze naukowej marginalizowany. - W zdecydowanej większości badań obserwacyjnych i klinicznych grupa badana w 80-90 proc. składa się z kobiet. Mężczyźni są zwykle nieistotnym komparatorem nieuwzględnianym w analizach porównawczych, a same badania skupiają się jedynie na kobiecej perspektywie. Dlatego istnieje ogromna luka w wiedzy na temat przebiegu choroby u mężczyzn, a oni sami pozostają bardzo słabo zaopiekowani przez system ochrony zdrowia. Mamy nadzieję, że nasza analiza to zmieni i zwróci uwagę na mężczyzn chorujących na migrenę - podkreśliła.

Jak pokazały wyniki, mężczyźni rzadziej niż kobiety zgłaszają objawy aury wzrokowej i sensorycznej w przebiegu migreny, ale częściej deklarują występowanie innych objawów poprzedzających atak (prodromalnych), np. lęku, zmęczenia czy rozdrażnienia. Faza ponapadowa, czyli czas powrotu do normalnego funkcjonowania po napadzie bólu, jest u nich istotnie dłuższy - wynosi średnio 24 godziny, podczas gdy u kobiet 10 godzin.

- Oznacza to, że napady u mężczyzn są dłuższe i często silniejsze, co było dla nas pewnym zaskoczeniem, bo do tej pory nie było to opisywane. Bardzo rzadko słyszy się, nawet w gabinetach lekarskich, aby panowie wprost skarżyli się na bóle głowy oraz objawy towarzyszące napadom, które tak mocno utrudniają im codzienne funkcjonowanie - zaznaczyła neurołożka.

Badanie ujawniło, że mężczyźni znacznie częściej stosowali leki w trakcie napadów, natomiast znacznie rzadziej leczenie profilaktyczne. Środki przeciwbólowe przepisane przez lekarza zażywało ponad 80 proc. z nich (w porównaniu do 69 proc. kobiet), leki dostępne bez recepty 77 proc. (52 proc. kobiet), a preparaty naturalne lub alternatywne 43 proc. (15 proc. kobiet). Po profilaktykę migrenową sięgało zaledwie 21 proc. panów, podczas gdy u kobiet odsetek ten wynosi 38 proc.

Co niepokojące, prawie 30 proc. mężczyzn spełniało kryteria nadużywania leków przeciwbólowych wobec 22 proc. kobiet. - Nie można ich jednak za to winić. Wielu z nich przez lata nie otrzymało żadnej propozycji leczenia poza kolejną tabletką przeciwbólową. Nasi ankietowani byli zaskoczeni, że istnieją leki, które można przyjmować regularnie w celu zapobiegania napadom i przede wszystkim, że migrenę można leczyć - zaznaczyła dr hab. Waliszewska-Prosół.

Mężczyźni deklarowali też dwukrotnie wyższe miesięczne wydatki na leki - 200 zł w stosunku do 100 zł u kobiet.

Istotnie częściej u mężczyzn rozpoznawano migrenę przewlekłą (10 proc. w stosunku do 6,5 proc. u kobiet). To najtrudniejsza do leczenia postać migreny, którą rozpoznaje się, gdy bóle głowy pojawiają się przez co najmniej 15 dni w miesiącu, w tym przynajmniej przez 8 dni występuje migrena, a stan taki utrzymuje się przez trzy miesiące lub dłużej. Ale, co zaznaczyła dr hab. Waliszewska-Prosół, 15 dni to tylko umowna granica - najczęściej pacjent chorujący na migrenę przewlekłą ma 20, 25, a nawet 30 dni z bólem głowy w każdym miesiącu.

- U mężczyzn obserwujemy szybsze przechodzenie z migreny epizodycznej do przewlekłej, czyli tak zwaną chronifikację choroby. Poza czynnikami ryzyka wspólnymi dla obu płci wynika to także m.in. z wieloletniego zaniedbywania choroby i braku właściwego leczenia - wskazała.

Różnice między płciami są widoczne również w zakresie zaburzeń psychicznych i wpływu migreny na codzienne funkcjonowanie. U kobiet częściej prowadzi ona do zaburzeń depresyjnych oraz rezygnacji z obowiązków domowych i spotkań towarzyskich. Mężczyźni za to częściej opuszczają pracę z powodu napadów i są w niej mniej efektywni.

Zdaniem dr hab. Waliszewskiej-Prosół jednym z najważniejszych wniosków z badania jest to, że migrena u mężczyzn różni się od kobiecej nie tylko pod względem przebiegu i rokowania, ale także uwarunkowań społecznych.

- Mężczyźni wstydzą się swojej choroby, co wynika ze stereotypowego postrzegania męskości, w którym nie ma miejsca na słabość, za jaką uważa się ból głowy. Przecież „przypadłość pań z wyższych sfer i globus” nie mogą dotyczyć mężczyzny. Dlatego w gabinecie panowie zjawiają się często po wielu latach, kiedy już zupełnie nie radzą sobie z codziennym funkcjonowaniem. A wtedy ich leczenie jest dużo większym wyzwaniem, bo z jednej strony choroba jest zaawansowana i mózg funkcjonuje inaczej, a z drugiej istnieje już najczęściej problem nadużywania leków przeciwbólowych, które nasilają błędne koło bólu - przyznała autorka badania.

Zwróciła uwagę, że sytuację dodatkowo komplikuje to, jak migrena jest odbierana przez część lekarzy. - Zdarza się, że jest bagatelizowana, nazywana przypadłością, „taką urodą”, a nie chorobą. Pacjent dostaje zalecenie, żeby zażyć tabletkę i jest odsyłany do domu. Kiedy mężczyzna usłyszy coś takiego, już nie wróci, właśnie ze względów psychospołecznych. Kobiety są bardziej zdeterminowane, dlatego nie zaprzestają poszukiwań i pukają do drzwi kolejnych specjalistów. Z tego mogą wynikać różnice w leczeniu, które zaobserwowaliśmy - wyjaśniła badaczka.

W jej opinii migrena jest chorobą marginalizowaną u obu płci (zarówno przez system, jak i przez decydentów) co należy podkreślać i starać się zmienić, ale w przypadku mężczyzn spotyka się ona z jeszcze mniejszym zrozumieniem i akceptacją. - Wciąż brakuje świadomości, że to przewlekła, neurologiczna choroba wymagająca systemowego leczenia. Dopóki całe środowisko medyczne nie będzie tak o niej mówić, społeczeństwo nie zmieni podejścia - powiedziała.

- A przypomnijmy, że w Polsce na migrenę może chorować nawet 6 milionów osób - dodała.

Dlatego według niej konieczne są działania edukacyjne, szczególnie skierowane do mężczyzn, w celu zmniejszenia stygmatyzacji choroby i przyspieszenia wdrażania odpowiedniego leczenia. - Warto też kontynuować badania takie jak nasze, aby ustalić, czy różny przebieg choroby u obu płci powinien wpływać również na decyzje terapeutyczne - powiedziała.

- Chciałabym, aby nasza praca sprawiła, że przestanie się mówić o migrenie jako chorobie kobiecej. To nieprawda, bo migrena dotyczy obu płci. I choć kobiety chorują częściej, to mężczyźni często chorują ciężiej - podsumowała ekspertka.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/32558.html>



13-04-2026

[Mity na temat epilepsji](#)

Atak epilepsji nie zawsze przebiega tak samo.



13-04-2026

[Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#)

Wynika z danych naukowców unijnego programu obserwacji Ziemi Copernicus.



13-04-2026

[Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#)

Może trzykrotnie zwiększać ryzyko uszkodzenia wątroby.



13-04-2026

[W nagłych przypadkach ChatGPT Health](#)

[często uspokaja](#)

Zamiast zalecać szukanie pomocy.



13-04-2026

[Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u...](#)

Sugerują badania opublikowane przez pismo „Neurology”.



13-04-2026

[Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne](#)

Naukowiec przewiduje, czy w przyszłości uda się utrudnić kradzieże.



13-04-2026

[Ruszyła Akademia Energii Jądrowej](#)

Pilotażowy program edukacyjny Polskich Elektrowni Jądrowych.



13-04-2026

Neurolog w Światowym Dniu Choroby Parkinsona

Chorych będzie coraz więcej

Informacje dnia: [Mity na temat epilepsji](#) [Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#) [Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#) [W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja](#) [Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u seniorów](#) [Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne](#) [Mity na temat epilepsji](#) [Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#) [Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#) [W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja](#) [Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u seniorów](#) [Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne](#) [Mity na temat epilepsji](#) [Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#) [Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#) [W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja](#) [Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u seniorów](#) [Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne](#)

Partnerzy