

18 & 19 Medisch  
Patiënten strijden tegen ALS

# Gezond

& V I T A A L

## ‘Bandana’ tegen migraine

Minder migraine door jezelf dagelijks twintig minuten met een ‘hoofdband’ (Cefaly) elektrische prikkels toe te dienen. Kan dat? Tevreden gebruikers in overvloed. Het wetenschappelijk bewijs is vooralsnog mager, vinden hoofdpijnspecialisten.

door **Marten Dooper** illustratie **Cefaly**

‘Ik heb al jaren last van chronische hoofdpijn, migraine. Toen ik door een kennis werd gewezen op een artikel over de Cefaly werd ik nieuwsgierig. Ik wilde het uitproberen. In het begin deed het wat pijn, maar hoe vaker ik ‘m gebruikte, hoe beter ik het kon verdragen. Nu kan ik het twintig minuten volhouden. Na een paar weken merkte ik dat de hoofdpijn wat milder werd en hoef ik minder medicijnen te gebruiken.’

‘Ik heb al meer dan veertig jaar last van migraine. De aanvallen duren drie tot vier dagen. Een collega, ook met migraine, vertelde me over de Cefaly en hoe het werkt. Ik ben zeer tevreden, ik kan een aanval uitstellen en ze zijn minder heftig. Ik gebruik ‘m elke dag en gebruik minder Imigran.’

Dit zijn twee van de vele positieve getuigenissen die te lezen zijn op de website van Lux Medical, het bedrijf dat in Nederland de Cefaly aan de man brengt. Ook in het blad Hoofdzaken van de Nederlandse Vereniging van Hoofdpijnpatiënten waren vorig jaar enthousiaste reacties te lezen op de Cefaly.

„De Cefaly is een apparaatje dat migraine behandelt via elektrische prikkels”, vertelt Hans Kerssemakers van Lux Medical. „Het in België ontwikkelde apparaat geeft via een plastic ‘hoofdband’ elektrische prikkels af aan een zenuw die betrokken is bij het ontstaan van migraineaanvallen, de zogeheten nervus trigeminus. Het apparaat heeft programma’s voor het behandelen van acute migraineaanvallen en voor het voorkomen van nieuwe aanvallen. Om het twee-

de doel te bereiken, moeten patiënten het apparaat dagelijks twintig minuten gebruiken.”

Dat klinkt bijna te mooi om waar te zijn. Dagelijks twintig minuten een zenuw in je voorhoofd prikkelen en weg is je migraine. Is er, behalve de enthousiaste verhalen van tevreden gebruikers, ook wetenschappelijk bewijs dat het apparaat werkt?

Kerssemakers: „Vorig jaar is in Neurology, een vakblad voor neurologen, een artikel gepubliceerd over een wetenschappelijk onderzoek naar de Cefaly. Hieraan deden 67 migrainepatiënten mee. Zij hadden gemiddeld bijna zeven migraineaanvallen per maand. De helft van de patiënten gebruikte drie maanden de Cefaly, de andere helft een Cefaly die zodanig was ingesteld dat deze de voorhoofdszenuw niet prikkelde. Wel voelden de mensen elektrische prikkels. Na drie maanden was het aantal migraineaanvallen bij de gebruikers van de goed werkende Cefaly gedaald naar iets minder dan vijf dagen per maand. Bij de mensen die een niet-werkende Cefaly had-

den gebruikt, daalde het aantal aanvallen in de eerste maand, waarna het weer steeg naar het oude niveau. Die aanvankelijke daling is waarschijnlijk het bekende placebo-effect. Als mensen aan een nieuwe behandeling beginnen, wat het ook is, zie je vaak tijdelijk enige verbetering. In een andere studie, vorig jaar gepubliceerd in een ander vakblad over hoofdpijn, is ruim 2.000 hoofdpijnpatiënten gevraagd naar hun ervaringen met veertig dagen Cefaly-gebruik. Iets meer dan de helft was tevreden. Op grond van deze twee studies heeft de FDA, de Amerikaanse instelling die oordeelt over de toelating van medicijnen en medische hulpmiddelen, onlangs geoordeeld dat de Cefaly effectief en veilig is. In Europa hoeft je overigens alleen aan te tonen dat het apparaat veilig is.”

„Het klinkt allemaal mooi, maar er zijn enkele kanttekeningen bij te plaatsen”, stelt Gisela Terwindt, neuroloog, bioloog en hoofdpijnspecialist in het Leiden Universitair Medisch Centrum. „Om te beginnen, toont de studie in Neurology weliswaar ef-

fectiviteit en veiligheid aan, maar de patiëntengroep is erg klein. Ook moet je ervoor zorgen dat de mensen niet weten of ze een werkzame behandeling krijgen of een nepbehandeling. Bij een apparaat dat elektrische prikkels afgeeft, is dat erg lastig. Op zich past het elektrisch prikkelen van de nervus trigeminus wel in de theorie over het ontstaan van migraineaanvallen. Het idee is dat deze zenuw bij migrainepatiënten gemakkelijk overprikkeld raakt, waarna een migraineaanval ontstaat. Het kan zijn dat de dagelijkse behandeling met de Cefaly de gevoeligheid van deze zenuw vermindert. Om die reden maakt nader onderzoek naar de Cefaly deel uit van een groot Europees wetenschappelijk project naar hoofdpijn dat binnenkort start.

„We willen daarbij niet alleen weten of het apparaat werkt, maar ook hoe. Dat kan ons namelijk meer leren over migraine. Bijvoorbeeld: wat houdt dat in, het verminderen van de prikkelgevoeligheid van de nervus trigeminus? Wat verandert er dan in die zenuw? En hoe leidt dat tot minder migraineaanvallen? En hoe maken de elektrische prikkels een einde aan de aanval? Kortom, voorlopig is er nog veel onbekend. Als een migrainepatiënt mij vraagt naar de Cefaly, vertel ik dat het apparaat veilig is, maar dat effect en werking nog onbekend zijn.” „Omdat niet iedereen baat heeft bij de Cefaly, laten wij de mensen het apparaat eerst enige tijd uitproberen”, meldt Kerssemakers.

www.cefaly.nl

reageren?  
gezondheid@depersdienst.nl

“ We willen niet alleen weten of het apparaat werkt, maar ook hoe

Gisela Terwindt, neuroloog



■ Cefaly: ‘elektrische hoofdband’. foto Cefaly