



## Hodepine og nervesmerte

**Spørsmål:** Jeg har i mange år vært plaget med "smell" i den venstre siden av bakhodet. Smerten skyter framover og ender bak øyet. Kan denne type smerte komme fra nakken? Jeg hadde et uhell for åtte år siden, da en person landet oppå meg slik at jeg fikk slått hodet kraftig i bakken og vridd det hardt mot siden. Jeg kunne ikke røre nakken på tre uker, men jeg gikk aldri til lege med dette. Jeg er også ganske stiv i nakken og ryggen nå på grunn av en stillesittende jobb foran PC.

**Svar:** Symptomene du beskriver kan skyldes trykk mot en nerve som har sine røtter i nakken. Nerven kalles nervus occipitalis major og kan bli irritert etter en skade, stramme nakkemusklener eller forkalkninger i nakken som følge av normal aldring. Nerven formidler signaler til og fra hud og muskler i hodebunnen. Typiske symptomer er smerter som skyter opp fra bakhodet og framover mot øyet, vanligvis på den ene siden av hodet. I tillegg til de støtvide smertene, kan man ha en bankende eller mer jevn smerte i det samme området. Mange merker også en prikkende eller nummen følelse.

En undersøkelse av nakken med røntgen og eventuelt MR kan avsløre hva som irriterer nerverøttene og utelukke andre tilstander som kan gi lignende plager. For å stille diagnosen er det ofte nyttig å midlertidig lamme nerven ved å injisere et lokalbedøvende middel. Hvis dette fører til at smertene forsvinner, så bekrefter dette langt på vei diagnosen. Man kan eventuelt samtidig sprøyte inn en liten dose kortison. Det kan dempe ned irritasjonen i nerven og løsne litt på vevet som omgir den. Fysioterapi kan også gi god lindring. Det samme kan beetennelsesdempende legemiddelet Indocid og tabletter som forebygger nervesmerter. Eksempler på slike medikamenter er Sarotex, Tegretol, Neurontin og Lyrica.