



# Digital neurologiklinik kan behandla tusentals svenskar med kronisk migrän

☛ **Är du en av de drygt 200 000 svenskar som lider av kronisk migrän men inte har fått hjälp i den allmänna vården? Eller är osäker på du verkligen lider av kronisk migrän? Nu kan du få hjälp på migranhjalpen.se, en digital tjänst som fungerar som en lättillgänglig neurologimottagning i mobilen eller på din dator.**

Kronisk migrän är en folksjukdom som orsakar samhället och individen stora besvär och kostnader. Trots detta förblir den ofta obehandlad. Det finns cirka 200 000 personer i Sverige som lider av kronisk migrän, men endast cirka 10 procent av dem får hjälp av sjukvården. Det beror bland annat på att det är en stor brist på specialistutbildade läkare inom detta område. Det finns exempel på sjukhus där man inte ens tar emot den här patientgruppen.

Johan Nyberg, som sedan drygt 10 år driver en neurologiklinik i Helsingborg, insåg för några år sedan att många fler skulle kunna få hjälp om migränvården digitaliserades. 2020 startades Migränhjälpen, som fungerar som en digital neurologiklinik.

– Vi gör vården av migränpatienter snabbare, smidigare och mer jämlik med hjälp av digitala verktyg. Oavsett vilken region man bor i kommer man via oss i kontakt med en neurolog inom tre dagar.

Kriteriet för att kronisk migrän innebär minst 15 huvudvärksdagar varav minst 8 migrän per månad under minst 3 månaders tid. För att

avgöra vem som kan bli hjälpt av behandling krävs det diagnostik och att graden av besvär dokumenteras. Det är bland annat den patientresan Migränhjälpen har digitaliserat. Johan berättar hur det går till:

– På migranhjalpen.se finns ett ganska omfattande elektroniskt formulär. Genom patientsvaren kan vi ställa diagnos och avgöra om besvären är av sådan karaktär att de lämpar sig för förebyggande behandling. I nästa steg får patienten prata med en specialistläkare via chatt, videosamtal eller telefon.

Johan berättar att just migrän är en sjukdom som lämpar sig extra väl för de digitala verktygen.

– Diagnosen bygger ju helt på sjukdomshistorien och symptomen. Vid både diagnos och den löpande behandlingen mäts lidandet i antalet huvudvärksdagar och smärtintensitet. Med den digitala tekniken håller man koll på detta på ett säkert och effektivt sätt.

Om du blir diagnosticerad med kronisk migrän på Migränhjälpen får du fylla i en elektronisk dagbok via appen. Du går också löpande



Johan Nyberg, medgrundare av Migränhjälpen

på digitala läkarbesök – via mobil, läsplatta eller dator. Vid kronisk migrän ordinerar förebyggande läkemedel. Behandlingarna följs sedan upp och optimeras med utgångspunkt i patientens noteringar i den elektroniska dagboken och andra hälsoformulär.

Den moderna behandlingen mot kronisk migrän är något som Johan Nyberg gärna vill lyfta fram.

– De senaste åren har det kommit flera specialdesignade läkemedel med få biverkningar och god effekt. De flesta ges genom att patienten själv injicerar medicinen en gång i månaden.

Johan är väldigt nöjd över att han tog steget och startade Migränhjälpen, som är världens första digitala migränklinik.

– Vi har fått så många positiva reaktioner, det känns verkligen bra att kunna hjälpa fler patienter till ett bättre liv.

Maria Ahlström berättar att hon aktivt sökte hjälp i över tio år utan större framgång innan hon hittade Migränhjälpen.

– Jag läste av en slump om tjänsten i tidningen Doktorn och tog sedan kontakt ganska omgående via deras app. Jag är väldigt nöjd med den snabba och professionella vården. Jag är i dagsläget är inne på min tredje behandlingsmånad med Aimovig och har fått ett fantastiskt bra behandlingsresultat. Behandlingen har reducerat antalet migränanfall med uppskattningsvis 80 %."

## FAKTA

- Hela 2 procent av Sveriges befolkning beräknas lida av kronisk migrän. Det medför att cirka 200 000 personer är drabbade.
- Kronisk migrän är en sjukdom som orsakar ett stort lidande. Den är också väldigt handikappande för dem som drabbas. Migrän kommer på tredje plats över de sjukdomar i världen som orsakar mest funktionsbortfall.
- Migränhjälpen är en digital specialistklinik för patienter med svår huvudvärk och migrän. Du får snabbt kontakt med en neurolog oavsett var du bor i landet du bor. Över 2 500 patienter har redan sökt till Migränhjälpen.