



## Il mal di testa non è solo una scusa per non fare sesso, parla l'esperto: "l'emicrania è 4 volte più presente nelle donne che negli uomini"

29 Maggio 2019 09:00 | Danilo Loria

**Il Prof. Giovanni Battista Allais**, Centro Cefalee Donna – Università di Torino, è intervenuto questa mattina nel corso del programma Genetica Oggicondotto da Andrea Lupoli su Radio Cusano Campus.

"Non solo una scusa per non avere rapporti con il proprio partner, il mal di testa è epidemiologicamente molto più presente nella donna con grande familiarità dove troviamo nonne, mamme e figlie colpite da mal di testa e mai nonni, padri e figli perché la linea femminile è quella più colpita sempre."

"Il mal di testa femminile presenta alcune diversità rispetto al mal di testa maschile. La prima differenza è nell'incidenza, le donne sono più colpite dall'emicrania rispetto agli uomini. Quando si arriva intorno ai 35-40 anni il rapporto è 4 donne a 1 uomo. Questa maggiore incidenza è legata al ruolo importantissimo degli ormoni sessuali femminili e alle loro fluttuazioni. Per cui se la donna ha le mestruazioni ha mal di testa, se prende la pillola ha in alcuni casi mal di testa, quando entra in menopausa nel periodo preclimaterico ne ha di più, esistono dunque tutta una serie di situazioni importanti che aumentano la frequenza del mal di testa nelle donne."

"Bisogna perdere coscienza che ci sono molti farmaci efficaci contro l'emicrania a partire dai triptani e che molti emicranici non usano ancora nonostante siano disponibili da oltre 25 anni. Questo poi è un anno importantissimo perché stanno per arrivare in commercio nuovi farmaci che agiscono sui neurotrasmettitori che inducono l'emicrania. Il metodo di somministrazione di questi farmaci è molto particolare perché funzionano con una sola iniezione sottocutanea una sola volta al mese e svolgono una azione di profilassi. Hanno pochi effetti collaterali e sono molto interessanti. Stanno arrivando sul mercato ma si attende l'ok dell'Aifa (Agenzia Italiana del Farmaco) per prenderli con la mutuabilità." "Riguardo gli alimenti che possono indurre o alleviare l'emicrania possiamo dire che il caffè può aiutare nel momento in cui c'è l'attacco acuto, la caffeina allevia il dolore pulsante perché è un vasocostrittore. Molti farmaci hanno la caffeina al loro interno. Assumere del caffè quindi quando c'è del mal di testa può essere utile, prendere 20-30 tazze di caffè al giorno, abusare dell'assunzione di caffeina genera invece il mal di testa. In generale ci sono alcuni alimenti come la cioccolata, i formaggi fermentati, il cibo cinese o dei crostacei, che possono indurre un attacco di emicrania nei pazienti. Le persone che quando mangiano cioccolato o mangiano al ristorante cinese hanno subito un attacco di emicrania devono sospendere queste attività, non possono fare diversamente."