

Ako patite od migrene, ovo svakako morate znati!

Udruga Migrena Hrvatska pokrenula je nacionalnu kampanju Pričajmo o migreni, u sklopu koje je lansirana i migrena.hr – prva hrvatska sveobuhvatna online platforma posvećena toj bolesti

Hrvatska je dobila prvu udruhu posvećenu migreni, neurološkoj bolesti koja pogađa svaku sedmu osobu u svijetu. Zbog uvriježenog mišljenja da se radi „samo“ o jakoj glavobolji, udruga Migrena Hrvatska provodi nacionalnu kampanju **Pričajmo o migreni**, čiji je cilj podizanje svijesti javnosti o migrenskim poremećajima. Kampanja je aktivna i na službenom [Facebooku](#) i [Instagramu](#) udruge, gdje se mogu pronaći i informacije o uključivanju u njezin rad.

U sklopu kampanje pokrenuta je i prva sveobuhvatna internetska stranica [migrena.hr](#). Posebnost su te online platforme besplatni i iznimno korisni alati, poput procjene utjecaja migrene na svakodnevni život, vodiča za razgovor s liječnikom ili aplikacije Migraine Buddy, koja pomaže korisnicima da zabilježe i prepoznaju okidače, simptome, učestalost i trajanje te intenzitet bola i lokaciju svojih migrena.

„Kampanja Pričajmo o migreni pokrenuta je kako bi oboljelima omogućila da se čuje i njihov glas te im pomogla da podijele svoje priče i pokažu kakav utjecaj migrena ima na njihove živote. Sretni smo što smo već u prvom tjednu aktivnosti na društvenim mrežama udruge zabilježili izvrsne rezultate i primili mnogobrojne poruke osoba kojima je migrena sastavni dio života. To je potvrda da je ova kampanja bila prijeko potrebna i da je vrijeme da jasno kažemo da migrena nije samo bol nego i bolest.“, izjavila je Krunčica Rakić, predsjednica udruge Migrena Hrvatska. Ona je također pozvala sve oboljele i one koji sumnjaju na bolest da se uključe u rad udruge te podijele svoja iskustva putem službenih kontakata udruge ili putem ključne riječi [#pricajmoomigreni](#).

Pokretanje udruge i kampanje pozdravila je i prof. prim. dr. sc. Darija Mahović Lakušić, dr. med., spec. neurologije iz Klinike za neurologiju Medicinskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu i KBC-a Zagreb, te kazala: „Iznimno je važno informiranje javnosti o tome što je uopće migrena. Potrebno je educirati o simptomima bolesti kako bi što više osoba koje žive s migrenskim poremećajima odlučilo potražiti liječničku pomoć i kako bi se

postavila brža dijagnoza te, naposljetku, pružila najbolja moguća terapija i olakšao svakodnevni život.“

Udruga će uz pomoć društvenih mreža i online platforme migrena.hr približiti tu bolest široj javnosti, trajno raditi na destigmatizaciji oboljelih te nuditi alate i resurse koji će olakšati razgovor o migreni s liječnicima, prijateljima, obitelji i kolegama – jer su skrb i potpora moguće tek uz istinsko razumijevanje osoba koje žive s migrenom.

Članci o migreni:

[Migrena - pobijedite je pravim čajem i oblozima](#)

[Prehrana protiv migrene](#)

[Aromaterapija protiv migrene](#)