

13 Απριλίου 2022

## Σύμφωνα με έρευνα, ο μισός (και βάλε) παγκόσμιος πληθυσμός πάσχει από πονοκεφάλους

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Υγεία και ιατρικά θέματα](#)



Μόλις ήπιαμε δύο παυσίπονα.



Κεντρική Φωτογραφία: Mikael Blomkvist / Pexels

Οι πονοκέφαλοι είναι μία από τις πιο εξαπλωμένες διαταραχές του κόσμου παγκοσμίως σύμφωνα με καινούργια έρευνα.

Συγκεκριμένα, το 52% του παγκόσμιου πληθυσμού, δηλαδή πάνω από ένας στους δύο κατοίκους της Γης, έχουν πονοκεφάλους κάθε χρόνο (το 16% σε καθημερινή βάση), ενώ το 14% ή ο ένας στους επτά περίπου, έχουν ημικρανίες, σύμφωνα με μια νέα διεθνή επιστημονική μελέτη.

Οι ερευνητές του Νορβηγικού Πανεπιστημίου Επιστήμης και Τεχνολογίας, με επικεφαλής τον δρα Λαρς Γιάκομπ Στόβνερ, οι οποίοι έκαναν τη σχετική δημοσίευση στο ιατρικό περιοδικό για θέματα πονοκεφάλων «The Journal of Headache and Pain», αξιολόγησαν στοιχεία από 357 δημοσιευμένες έρευνες της περιόδου 1961-2020, οι οποίες αφορούσαν διάφορες χώρες και άτομα διαφόρων ηλικιών.

Τα ευρήματα έδειξαν πως σχεδόν το 5% των ανθρώπων (ο ένας στους 20) νιώθει πονοκέφαλο για περισσότερες από 15 μέρες τον μήνα, ενώ το 16% του παγκόσμιου πληθυσμού - ο ένας άνθρωπος στους επτά - έχει πονοκέφαλο κάθε μέρα και το 7% ημικρανία.

## **Συχνότερος ο πονοκέφαλος στις γυναίκες**

Όλα τα είδη πονοκεφάλου είναι συχνότερα στις γυναίκες από ό,τι στους άνδρες, ιδίως οι ημικρανίες (το 17% των γυναικών έναντι 8,6% των ανδρών), ενώ το ίδιο συμβαίνει και με τους πονοκεφάλους που διαρκούν για τουλάχιστον 15 μέρες του μήνα (το 6% των γυναικών έναντι σχεδόν 3% των ανδρών).

«Τα στοιχεία δείχνουν ότι οι πονοκέφαλοι και οι ημικρανίες πιθανώς τείνουν να αυξηθούν. Αυτό πάντως που είναι ξεκάθαρο γενικά, είναι ότι οι διαταραχές του πονοκεφάλου είναι άκρως εξαπλωμένες παγκοσμίως», δήλωσε ο Στόβνερ, γι' αυτό όπως είπε, χρειάζονται περισσότερες προσπάθειες πρόληψης και καλύτερης θεραπείας.

**Πηγή:** [city.sigmalive.com](http://city.sigmalive.com)