

RELATIE BIDIRECTIONALĂ ÎNTRE MIGRENĂ ȘI ANXIETATE

Olga Șveț, Marina Sangheli

Conducător științific: Marina Sangheli

Catedra de neurologie nr.1, USMF „Nicolae Testemițanu”, Chișinău,
Republica Moldova

Introducere. Migrena este o tulburare neurologică cronică cu episoade recurente de cefalee, adesea unilaterală și pulsatilă, însoțită de fotofobie, fonofobie și osmofobie. Este una dintre cele trei mai frecvente cauze de dizabilitate neurologică. Anxietatea, frecvent comorbidă, agravează prognosticul și evoluția bolii. **Scop.** Studiarea relației dintre migrenă și anxietate, cu accent pe comorbiditate și influența anxietății asupra evoluției clinice, severității bolii și progresiei migrenei în timp. **Material și metode.** A fost realizată o revizuire narativă a literaturii utilizând 11 articole publicate între anii 2020-2025, accesate din bazele de date PubMed, Springer, IASP și Asociația Tulburărilor de Migrenă. Studiile au fost selectate în funcție de relevanța pentru comorbiditatea migrenă - anxietate și implicațiile clinice ale acesteia. **Rezultate.** Migrena și anxietatea sunt legate bidirecțional, având factori comuni genetici, de mediu, disfuncții ale neurotransmițătorilor (în special serotonină). Fluctuațiile hormonale și dereglările axei hipotalamo - hipofizo - suprarenale contribuie, de asemenea. Ambele afecțiuni implică disfuncția autonomă, intensificând durerea și dizabilitatea. Anxietatea scade pragul durerii prin modificări ale sistemului neurolimbic. Migrena comorbidă cu anxietate poate include cefalalgofobie (administrarea analgezicelor în absența durerii), cognifobie (evitarea efortului mental) și kineziofobie (evitarea activității fizice), crescând riscul de cronicizare. **Concluzii.** Anxietatea contribuie la agravarea migrenei și reprezintă un factor de risc major pentru transformarea migrenei episodice în migrenă cronică, în timp ce migrena intensifică simptomele de anxietate, sugerând o interacțiune reciprocă cu impact negativ asupra calității vieții. **Cuvinte-cheie:** migrenă, anxietate, durere, fobii, dizabilitate neurologică.

BIDIRECTIONAL RELATIONSHIP BETWEEN MIGRAINE AND ANXIETY

Olga Șveț, Marina Sangheli

Scientific adviser: Marina Sangheli

Neurology Department no.1, *Nicolae Testemițanu* University, Chișinău,
Republic of Moldova

Introduction. Migraine is a chronic neurological disorder with recurrent, often unilateral, pulsatile headaches, accompanied by photophobia, phonophobia, and osmophobia. It ranks among the top three causes of neurological disability. Anxiety, a frequent comorbidity, worsens prognosis and contributes to disease progression. **Objective.** To study the relationship between migraine and anxiety, with a focus on their comorbidity and the impact of anxiety on the clinical course, severity, and long-term progression of migraine. **Material and methods.** A narrative literature review was conducted based on 11 articles published between 2020-2025, accessed through databases such as PubMed, Springer, the International Association for the Study of Pain and the Association of Migraine Disorders. The studies were selected for their relevance to migraine-anxiety comorbidity and its clinical implications. **Results.** Migraine and anxiety are bidirectionally linked, sharing common genetic, environmental factors, and neurotransmitter dysfunctions (especially serotonin), fluctuations in ovarian hormones and dysregulation hypothalamic – pituitary – adrenal axis. Both involve autonomic dysfunction, heightening pain and disability. Anxiety lowers pain threshold through changes in the neurolimbic system. Migraine with anxiety may present with cephalalgophobia (the administration of analgesics in the absence of migraine), cogniphobia (avoidance of cognitive effort), and kinesiphobia (avoidance of physical activity), increasing the risk of chronicization. **Conclusion.** Anxiety contributes to migraine worsening and represents a major risk factor for the transformation of episodic migraine into chronic migraine, while migraine exacerbates anxiety and symptoms, suggesting a reciprocal interaction with a negative impact on quality of life. **Keywords:** migraine, anxiety, pain, phobias, neurological disability.