

سر درد

سر درد یکی از شایع ترین شکایت هادر تمام جوامع است که در بیشتر موارد خوش خیم است و احتیاج به درمان خاصی جز علامت درمانی ندارد. ولی در بعضی از موارد بسیار شدید و غیر قابل تحمل بوده و یا نشانه بیماری های خطرناک مانند تومور مغزی است.

انواع سر درد

سر درد به دو دسته اولیه و ثانویه تقسیم می شود :

سر دردهای اولیه ی شایع عبارتند از : میگرن،

سر درد خوشه ای و سر درد تنشی

سر دردهای ثانویه علل متعددی دارند و ممکن است به دنبال تغییرات فشارمغز، مشکلات عروق مغز، عفونت ها، تومورها، بیماریهای سینوس، دندان، گوش، چشم، مشکلات گردنی، مصرف داروها یا اختلالات روانپزشکی رخ دهند.

سر دردهای شایع

• میگرن

یکی از شایعترین انواع سر درد بوده، عمدتاً به صورت تدریجی شروع می شود، معمولاً یک طرفه و ضرباندار است و ۴ تا ۷۲ ساعت طول می کشد. همراه با سر درد، تهوع ، استفراغ یا حساسیت به نور و صدا وجود دارد.

• سر درد تنشی

شایعترین نوع سر درد است، خطرناک نیست ممکن است مکرراً رخ دهد در بسیاری از موارد استرس و فشارهای عاطفی و عصبی در بروز آن نقش اساسی دارند. بیشتر بالغین این نوع سر درد را تجربه کرده اند

• سر درد مربوط به سینوسها

معمولاً یک سر درد با شدت متوسط است که عموماً در صورت، پل بینی یا در گونه ها احساس می شود و ممکن است همراه با احتقان و یا آبریزش از بینی و یا ترشح

پشت حلق باشد. در همه سنین افراد را گرفتار می کند و به نظر می رسد که افرادی که آلرژی دارند مستعد تر هستند . این سر درد ممکن است روزها طول بکشد و اغلب به دنبال سرماخوردگی ایجاد می شود. دوره آن محدود می باشد و با درمان بهبود می یابد.

روشهای تشخیصی

در سر دردهای میگرنی و تنشی نیاز به تصویربرداری نیست.

در سر دردهای ثانویه بر حسب مورد ممکن است نیاز به MRI یا روش تصویربرداری دیگری باشد.

درمان سر درد

در سر دردهای میگرنی یا تنشی با مسکن سر درد رفع می گردد.

در سر دردهای ثانویه، درمان سر درد بستگی به عامل ایجاد کننده سر درد دارد. مثل درمان فشار مغز، تومور، عفونت یا کنترل و تعدیل داروهای که از عوارضشان سر درد میباشد.

سر درد



- در صورتی که با مصرف داروی تجویز شده دچار علائم حساسیت پوستی، درد یا قرمزی چشم، خواب آلودگی شدید، از مصرف آن پرهیز نمایید و به پزشک خود اطلاع دهید.
- از مصرف داروهای مسکن بیش از ۲ روز در هفته به شدت پرهیز کنید.
- اگر بیش از ۸ روز در ماه سر درد دارید، حتما به پزشک خود برای درمان مناسب اطلاع دهید.
- اگر درمان پیشگیرانه برای شما شروع شده است، برای مشاهده تاثیر دارو باید حداقل ۲ ماه دارو را با دوز کافی به طور منظم استفاده کنید.

توصیه های مهم

- از یک برنامه غذایی منظم پیروی کنید. از مصرف غذاهایی که به تجربه به شما ثابت کرده است که با مصرف آنها سردرد شروع میشود، پرهیز کنید. از پر خوری پرهیزید.
- اگر علت سر درد مصرف داروی خاصی (داروهای ضد بارداری یا داروهای کاهنده فشار خون) می باشد، حتما به پزشک خود اطلاع دهید.
- از مصرف داروهای بدون نسخه اجتناب کنید.
- هیچگاه داروی مصرفی را سر خود و ناگهانی قطع نکنید.
- چنانچه از عوارض داروی مصرفی شما خشکی دهان میباشد، از عصاره لیمو ترش، نعنا و یا دهان شویه های مجاز استفاده کنید.