



دردسرهای خطرناک را بشناسید / علت سردرد صبحگاهی

رئیس انجمن سردرد ایران گفت: در صورت پیشرفت سردردهای قدیمی از مصرف مکرر داروهای مسکن پرهیز شود و حتما نیاز است بیمار به پزشک مراجعه کند. مصرف زیاد مسکن علاوه بر عوارض مختلف، باعث تشدید و تداوم سردرد نیز خواهد شد.

رئیس انجمن سردرد ایران گفت: در صورت پیشرفت سردردهای قدیمی از مصرف مکرر داروهای مسکن پرهیز شود و حتما نیاز است بیمار به پزشک مراجعه کند. مصرف زیاد مسکن علاوه بر عوارض مختلف، باعث تشدید و تداوم سردرد نیز خواهد شد.

دکتر منصوره تقاء متخصص مغز و اعصاب، در گفت و گو با جام جم آنلاین بیان کرد: سردرد شدید ناگهانی بدون سابقه مشابه، سردرد به همراه یک نقص عصبی مثل کاهش بینایی یا اختلال تعادلی یا حرکتی، سردردهای تشدید یافته، سردرد پیشرونده در بارداری و یا هفته های اول پس از زایمان، سردرد در سن زیر ۵ سال یا بالای ۵۰ سال، سردرد در کسانی که سابقه بدخیمی در هر جای بدن دارند و یا داروهایی که ایمنی را کاهش می دهند مثل کورتیکواستروئید ها باید جدی گرفته شوند و ممکن است در صورت بی توجهی به آنها به طور بالقوه خطرناک باشند.

وی در ادامه افزود: اگر سردرد جدید یک طرفه در فردی که فاکتورهای خطر قلبی و عروقی دارد بروز نماید ممکن است نشانه تشکیل لخته در جدار یک سرخرگ بزرگ باشد که در روزهای بعد منجر به سکته مغزی شود.

به گفته این متخصص، فاکتورهای خطر قلبی عروقی مواردی مثل فشارخون بالا، کلسترول بالا، دیابت، سابقه بیماری عروق قلب، سکته قلبی یا مغزی را شامل می شود. در کسانی که ابتلا به سکته مغزی یا خونریزی مغزی پیدا می کنند ممکن است علاوه بر نقایص عصبی سردرد نیز داشته باشند. همچنین سردرد شدید در خونریزی در پرده های مغزی نیز وجود دارد.

رئیس انجمن سردرد ایران در پاسخ به این سوال که آیا سردردهای سمت چپ سر خطرناک تر هستند گفت: چنین قانون کلی وجود ندارد. اگر سردرد به دلیل وجود لخته در عروقی که سمت چپ مغز را خونرسانی می کنند حادث شود به دلیل اینکه کنترل سخن گفتن و کنترل حرکتی اندامهای سمت راست در اکثر افراد با نیمکره چپ است، ممکن است خطرناکتر ارزیابی شود.

تقاء اظهار داشت: سردرد های ناگهانی، سردرد در حال افزایش، سردردی که همراه با علائمی همچون ضعف دست و پا، خواب رفتگی آن ها، اختلال تعادل و یا تاری دید باشد نیاز به بررسی متخصص دارد چرا که ممکن است علت مهمی داشته که در صورت بی توجهی می تواند خطرناک باشد.

وی در رابطه با علت سردردهای صبحگاهی به جام جم آنلاین گفت: علل متفاوتی می توانند سردردهای صبحگاهی را ایجاد کنند. آرتروز گردن، فشارخون بالا، ساییدن دندانها بر روی هم در خواب، خر و پف های همراه با وقفه های تنفسی از علل شایع هستند ولی افزایش فشار داخل جمجمه علت مهم و خوشبختانه کم شیوع تر است که ممکن است در زمان بیدار شدن از خواب سردرد بیشتری را باعث شود.

این متخصص در پاسخ به این پرسش که کایروپراکتیک برای درمان انواع سردردها مفید است، گفت: کایروپراکتیک در سردردهای با منشأ گردن ممکن است تاثیر گذار باشد ولی حتما لازم است قبل از انجام هر مانوری بر روی گردن با معاینه و تصویربرداری وضعیت گردن ارزیابی شود و از حرکات آسیب زا پرهیز شود.

وی توصیه کرد: نکته مهم این است که در صورت پیشرفت سردردهای قدیمی از مصرف مکرر داروهای مسکن پرهیز شود و حتما به پزشک مراجعه شود. مصرف زیاد مسکن علاوه بر عوارض مختلف، باعث تشدید و تداوم سردرد نیز خواهد شد.

تقاء متذکر شد: که در صورتی که سردردهای گاه بگاه به سراغتان می آید حتما تاریخ، مدت، شدت و عوامل احتمالی را یادداشت کنید. ثبت اطلاعات سردرد به شما و پزشکتان در کنترل سردرد کمک خواهد کرد.

رئیس انجمن سردرد ایران در پایان خاطرنشان کرد: خوشبختانه اکثر سردردها در عموم مردم سردردهای خوش خیم مثل سردردهای تنشی و میگرنی است که قابل کنترل نیز هستند ولی در صورت تکرار متعدد در هر ماه لازم ست به کمک متخصص درمان شوند.‍

بیتا نروزی-جام جم آنلاین