

راه های درمان میگرن

سردرد میگرنی به راحتی برطرف نمی شود. اگر این سردرد را دارید، بهتر است مواردی را که باعث می شوند سردرد شما بدتر شود...



سردرد میگرنی به راحتی برطرف نمی شود. اگر این سردرد را دارید، بهتر است مواردی را که باعث می شوند سردرد شما بدتر شود، در دفتری یادداشت کنید. همچنین هر موقع که سردرد میگرنی به سراغتان آمد، علائم هشداردهنده و شدت درد را در دفتر خود یادداشت کنید. به این شکل ممکن است از سردرد رهایی یابید.

تشخیص علت

تشخیص اولیه این بیماری توسط علائم است. پزشک برای فهمیدن علت واقعی سردرد، ممکن است از شما اسکن مغز بخواهد.

تومورهای مغزی و یا خونریزی در مغز نیز موجب سردرد می شود.

سی تی اسکن و ام آر آی برای تشخیص علت سردرد استفاده می شوند.

محاسبه سردرد

قبل از درمان، پزشک میزان سردرد و اثر آن بر زندگی شما را بررسی می کند.

سئوالات ساده ای از قبیل: چند بار شما به مدرسه و یا سرکار نرفته اید، و چند بار از فعالیت های دسته جمعی به علت میگرن، کناره گیری نموده اید.

داروهای بدون نسخه

ترکیبی از مسکن ها و داروهای ضد التهاب از قبیل: آسپرین، ناپروکسن، ایبوپروفن و استامینوفن برای تسکین درد استفاده می شود.

این نکته را از یاد نبرید که مصرف بیش از اندازه این داروها موجب بدتر شدن سردرد و یا ایجاد زخم های گوارشی و یا دیگر مشکلات معدی-روده ای می شود.

داروی تریپتان (Triptans)

یکی از انواع داروهای رایج در درمان میگرن، تریپتان می باشد.

افراد دارای فشار خون بالا، بیماری قلبی، سکتة مغزی و دیگر بیماری ها نباید از تریپتان استفاده کنند.

این دارو ممکن است با داروهای ضد افسردگی و ضد تشنج تداخل داشته باشد، لذا قبل از مصرف این دارو با پزشکتان مشورت کنید.

عوارض جانبی این دارو شامل: تهوع، سرگیجه، احساس سوزن سوزن شدن، بی حسی و درد قفسه سینه می باشد.

داروی ارگوتامین (Ergotamines)

این دارو به شکل قرص، اسپری بینی و یا تزریقی می باشد.

این دارو موجب تنگ شدن عروق خونی، تهوع، سرگیجه، درد عضلانی و طعم بد دهان می شوند.

آیا دارو را باید مادام العمر مصرف کرد؟

حداقل دو ساعت از شروع درد، باید دارو را مصرف کنید.

بعد از درمان سردرد، از پزشک خود نظر بخواهید که آیا باید درمان را ادامه دهید یا نه.

کاهش مصرف دارو

زیاد مصرف کردن داروها ممکن است موجب سردرد طولانی مدت شود.

شما نباید داروهای تجویز شده را بیشتر از دو بار در هفته مصرف کنید.

شما با نظر پزشک، با کاهش تدریجی دارو و یا قطع دارو می توانید از شر این سردردهای مزمن نجات یابید.

هنگامی که دیگر داروها نتوانند اثر تسکین دهنده درد خود را داشته باشند، باید از داروهای درد حاوی نارکوتیک (مسکن) استفاده کنید.

جلوگیری از مصرف دارو

اگر سردرد میگرنی شما اغلب اوقات وجود دارد و یا خیلی شدید است، ممکن است هر روز مجبور به استفاده از دارو باشید.

تیمولول (Blocadren)، دیوالپروکس سدیم (Depakote)، پروپارانولول (Inderal) و توپیرامات (Topamax) داروهای پیشگیری کننده میگرن و شایع می باشند.

این داروها برای درمان فشار خون بالا و یا جلوگیری از تشنج نیز به کار می روند.

طب سوزنی

طب سوزنی یکی از انواع درمان های سنتی چینی می باشد.

در این طب، سوزن های باریک را در نقاط خاصی از بدن برای تعادل جریان انرژی قرار می دهند.

برخی محققان دریافته اند که طب سوزنی بر مغز اثر می کند و باعث آزاد شدن مواد شیمیایی در مغز می گردد که این مواد بر درد تاثیر بسزایی دارند.

اما به هر حال، تحقیقات بر روی اثرات طب سوزنی بر میگرن هنوز کامل نشده است.

