

อ. พญ.ธนันท์ ธรรมมงคลชัย
สาขาวิชาประสาทวิทยา ภาควิชาอายุรศาสตร์
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี
มหาวิทยาลัยมหิดล

ปวดหัวข้างเดียว = ไมเกรน

จริงหรือมั่ว ?



ความเชื่อนี้ไม่จริง ปวดไมเกรนมีลักษณะจำเพาะหลายอย่าง การปวดหัวข้างเดียว เป็นเพียงหนึ่งในอาการของไมเกรนเท่านั้น แต่คนไข้ยังต้องมีอาการอื่น ๆ อีกถึงจะเรียกได้ว่าเป็นโรคไมเกรนจริง ๆ โรคนี้ส่วนใหญ่พบในวัยนักศึกษา วัยทำงาน แต่หากมีอายุ 40 ปี ขึ้นไป แล้วไม่เคยปวดหัวมาก่อน มักไม่ใช่อาการของไมเกรน



ปวดหัวตุ๊บ ๆ

ลักษณะของการปวดหัวไมเกรน

1. ปวดหัวตุ๊บ ๆ เหมือนเส้นเลือดกำลังเต้นอยู่บนศีรษะ
2. ปวดหัวข้างเดียว อาจสลับข้างได้หรือปวดหัวทั้ง 2 ข้างได้
3. มีอาการปวดหัวอยู่ระยะเวลาหนึ่ง เช่น ปวดเป็นชั่วโมง และปวดรุนแรงถึงขั้นรบกวนการใช้ชีวิตประจำวัน ทำงานไม่ไหว เป็นต้น
4. เมื่อปวดหัวรุนแรงระดับหนึ่ง คนไข้มักมีอาการคลื่นไส้
5. มีอาการแพ้แสง แพ้เสียง เมื่อเจอแสงจ้า เสียงดัง ๆ หรือได้กลิ่นฉุน เช่น น้ำหอม ควีน จะปวดหัวมากขึ้น

อาการปวดหัวที่ต้องระวัง

อาการปวดหัวแบบไหนที่ไม่ใช่การปวดแบบทั่วไป อาจเป็นสัญญาณอันตรายของโรคบางอย่างได้

1. ปวดหัวร่วมกับอาการคลื่นไส้ อาเจียน
2. ปวดหัวตอนกลางคืนจนทำให้ตื่น
3. ปวดหัวแบบมีอาการทางระบบประสาทร่วมด้วย เช่น ชาครึ่งซีก ปากเบี้ยว อ่อนแรงครึ่งซีก ซึม รู้สึกตัวน้อยลง ชัก

คำแนะนำสำหรับคนปวดหัวบ่อย

แม้การกินยาเมื่อเริ่มมีอาการปวดหัวไมเกรนจะเป็นหนึ่งในวิธีการรักษาโรคนี้ แต่ปัจจุบันยังมีการรักษาอีกแบบเป็นการรักษาแบบป้องกัน โดยแพทย์จะให้ยาที่ช่วยลดความเสี่ยงของการเกิดอาการปวดหัว ทำให้คนไข้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น อาการปวดหัว เป็นอาการที่พบได้ทั่วไป แต่หากปวดหัวบ่อยและรุนแรง หรือรบกวนการใช้ชีวิตประจำวัน แนะนำให้มาพบแพทย์เพื่อวินิจฉัย และรับการรักษาที่ถูกต้องต่อไป