

Fejfájás

A fejfájásnak gyermekkorban gyakran banális okai vannak, amelyek nyugalommal (televízió, konzol játékok, számítógép mellőzése) javulnak, bő folyadékfogyasztás esetén spontán is megszűnnek. Láz vagy betegség kapcsán gyakran jelentkeznek mellékes tünetként fejfájás, esetleg ízületi és izom fájdalom, ez a láz csillapításával általában megszűnik. Önmagában megjelenő fejfájás, amennyiben alább leírt tünetek sincsenek és trauma sem érte, akkor fájdalomcsillapító testsúlynak megfelelő mennyiségben alkalmazandó (40kg feletti gyermekben felnőtt dózis adandó). Amennyiben a tünet visszatérő, akkor a kiváltó okot kell felderíteni és kezelni.



Fejfájás típusa és helye

Megkülönböztetünk Tenziós, Migrénes, Szinuszos, Clusteres fejfájásokat.

Fejfájás a fejen bárhol elhelyezkedhet, de lokáció esetleg támpontot adhat nagyobb gyerekeknél, így annak meghatározási is segítség

01

Más tünet jelenléte?

Betegségek esetén a fejfájás kísérő tünet lehet, ami a betegség megszűnésével elmúlik.

A többi tünet jelenléte sokat segít a feltételezhető ok felderítésében (pl. láz, torok-, fülfájás stb.) és kezelésében.

Vérnyomás eltérések tudnak fejfájást okozni, ezért javasolt vérnyomás méréseket végezni és naplózni.

02



Napló vezetése

A fejfájásokról vezetett napló sok információt nyújthat orvosának, így mindenképpen javasoljuk a napló funkció használatát, itt az alkalmazott gyógyszereket és a mért vérnyomás értékeket is rögzíthetik.

Amennyiben fejfájás betegségben szenved a páciens javasoljuk a kifejezetten erre a célra készült MigraineManeger alkalmazás használatát

03

Okok felderítése

Éppen zajló fertőzőesés vagy más betegség esetén feltételezhetően az lehet a kiváltó ok.

Ha visszatérő, elhúzódó a fejfájás, további kivizsgálásokra lehet szükség, amelyet orvosa fog javasolni.

Ha afejfájás akadályozza a gyermeket mindennapi aktivitásában, akár tanulmányi eredménye romlik kivizsgálásra feltétlen szükségesvan.

04



Kezelés

Alkalomszerű fejfájás általánosságban non-szteroid gyulladás csökkentőkkel kezelhető amíg orvosával egyeztet a továbbiakról.

Amennyiben tartós fejfájás van és már rendelkezik egyéb beállított terápiával azt alkalmazza.

05

Elsődleges fejfájás betegség (amikor kiváltó okát nem találjuk) kezelésekor lehetőség van gyógyszeres és nem gyógyszeres terápiás stratégiák alkalmazására. A nem gyógyszeres terápia körébe tartozik az életvezetési tanácsadás, pszichoterápia, bio-feedback, illetve gyógytornász bevonásával a fizioterápia. Fontos szem előtt tartani, hogy a gyógyszeres és a nem gyógyszeres terápiás opciók egymást egészítik ki.



Azonnal mentő hívása szükséges

- Koponya traumát követően jelentkező fejfájás, melyhez szédülés, hányinger, hányás, aluszékonyság, eszméletvesztés társul.
- Magas láz, tudatzavar, nyak merevsége, hányás, epilepsziás roham társul a fejfájáshoz.
- Fejfájáshoz egyértelműen megváltozott viselkedés, fénykerülés társul.
- Hirtelen jelentkező erős fejfájás, melyhez bénulás, érzészavar, kettőslátás társul.