

بهترین راه درمان میگرن

از جمله بیماری‌های فراگیر در میان مردم، می‌توان به میگرن اشاره کرد. سردرد میگرنی، یک مشکل نورولوژیک می‌باشد. این نوع سردردها، شدت بسیاری دارد. بطوریکه برخی از افراد بر اثر میگرن، دچار حالت تهوع و سرگیجه نیز می‌شوند.

طبق تحقیقات انجام شده، میگرن سومین بیماری شایع در جهان محسوب می‌گردد. درمان میگرن، توسط برخی از داروها امکان‌پذیر خواهد بود. البته تنها نوع دارو نمی‌تواند کاملاً موجبات بهبود شخص را فراهم کند. زیرا علاوه بر دارو درمانی، باید تغییر سبک زندگی نیز صورت گیرد. بدین جهت در ادامه مطلب به بررسی بیماری میگرن و راه‌های رهایی از آن به صورت کامل می‌پردازیم.

میگرن چیست؟

همانگونه که گفته شد، میگرن یک بیماری شایع عصبی به شمار می‌رود. در نتیجه این بیماری، حملات متداول که به عنوان سردرد میگرنی شناخته می‌شود، به طور متداول بروز خواهند کرد. در نتیجه، یکی از نیم‌کره‌های سر، دچار درد فراوان خواهد شد.

سردرد میگرنی می‌تواند همراه با انواع سرگیجه، حالت تهوع و حساسیت باشد. در نتیجه شخصی که دچار میگرن شده است، باید از صدا و نور دوری کند. این دو عامل، عوامل محرک برای میگرن می‌باشند و در صورتی که میگرن داشته باشید این دو عامل می‌تواند باعث تشدید حملات گردند.

بیماری میگرن ممکن است تا چندین روز ادامه داشته باشد! بدین جهت، باید از انواع محرک‌های تشدیدکننده دوری شود و راه‌های درمان میگرن عملی گردد. برای مثال، از جمله عواملی که موجب تشدید میگرن می‌گردد، قرارگیری در محیط آلوده از دود، حذف یک وعده غذایی، تغییر هورمون‌ها و... اشاره کرد.

از جمله علت میگرن در خانم‌ها، می‌توان به دوره قاعدگی اشاره کرد. بدین منظور، تغییرات هورمونی موجبات افزایش درد میگرن را فراهم می‌کند. در نتیجه باید به دنبال درمان میگرن بود. در ادامه به توضیح و بررسی بیشتر این نوع بیماری نیز خواهیم پرداخت.



بروز میگرن در خانم‌ها

تفاوت میگرن و سردرد

میگرن از جمله بیماری‌هایی است که با سردردهای مکرر همراه می‌باشد. بدین منظور، مهم‌ترین مشکلی که میگرن برای بیمار ایجاد می‌کند، سردرد شدید است. لازم به ذکر است علائم میگرن، تنها به سردرد محدود نشده، بلکه شامل انواع حالت تهوع، سرگیجه و... می‌شود. علاوه بر آن، میگرن تا چندین روز ادامه خواهد داشت و شخص را از روال عادی زندگی دور خواهد کرد اما سردردها، معمولا موقتی هستند و پس از چندساعت، به طور دائم از بین خواهند رفت.

برای تشخیص میگرن و تفاوت آن با انواع سردرد، باید با علائم میگرن و هریک از مراحل آن آشنایی بیابید. زیرا نحوه درمان میگرن نیز، با سردردهای مختلف، متفاوت است. بدین منظور در ادامه مطلب، به بررسی انواع علائم میگرن خواهیم پرداخت.

علائم میگرن چیست؟

شاید برای شما سوال باشد که میگرن چه علائمی دارد؟

از جمله راه‌های تشخیص و درمان میگرن، آشنایی با انواع علائم میگرن می‌باشد. بدین منظور، تمامی علائم میگرن به صورت کاملا واضح در اختیار شما قرار خواهد گرفت.

اختلال در بینایی

از جمله علائم میگرن، می‌توان به اختلال در بینایی اشاره کرد. بدین منظور، شخص دچار میگرن، نورهای محیط اطراف خود را به صورت نقطه نقطه خواهد دید. همچنین ممکن است شخص نورها را به شکل زیگزاگی ببیند. هریک از اختلالات بصری، می‌تواند به طور متداول تا ساعت‌ها ادامه‌دار باشد. پس از پایان اختلالات مطرح شده، سردردهای شدیدی به شخص بیمار وارد خواهد شد که می‌تواند زندگی فرد را مختل کند.

سرگیجه

سرگیجه از نشانه‌های بارز انواع میگرن می‌باشد. بدین منظور شخص به دلیل برخورداری از سردردهای شدید، دچار سرگیجه نیز می‌شود. در نتیجه، تعادل خود را از دست داده و توانایی راه رفتن نیز نخواهد داشت. لازم به ذکر است میزان سرگیجه، با سردرد رابطه مستقیم دارد. به گونه‌ای که به هر میزان سردرد اشخاص بیشتر باشد، سرگیجه نیز افزایش خواهد یافت.



خستگی و سرگیجه از جمله علائم بیماری میگرن

ضعف جسمانی

از جمله علائم بارز میگرن، می‌توان به انواع ضعف جسمانی اشاره کرد. بدین منظور ممکن است شخص بیمار، در یک قسمت از بدن خود احساس ضعف کرده و حس لامسه خود را به طور کامل از دست دهد. برای مثال، ممکن است شخص در اثر میگرن زیاد، در طرف راست بدن خود حس نداشته باشد و دست و پاها، حالت فلجی موقت به خود گیرند!

حساسیت به انواع محرک‌های بیرونی

در نتیجه بیماری میگرن، شخص به انواع نور، صدا و بو حساسیت خواهد داشت. به گونه‌ای که هریک از محرک‌های نام برده شده، موجبات شدت سردردهای میگرنی را فراهم خواهند کرد. بدین منظور توصیه می‌گردد در هنگام بروز علائم میگرن، شخص در محیطی آرام و به دور از دود قرار گیرد تا از سردردهای شدیدتر جلوگیری شود.

حالت تهوع

از جمله علائم بیماری میگرن، انواع حالت تهوع و استفراغ می‌باشد. در نتیجه این بیماری نورولوژیک، ممکن است شخص دچار حالت تهوع گردد. البته شدت میگرن، در بروز حالت تهوع و استفراغ تاثیر مستقیمی خواهد داشت.

عدم توانایی تکلم

عدم توانایی درست صحبت کردن، یکی از علائم بیماری میگرن می‌باشد. البته این نوع علامت، به ندرت در بیماران میگرنی رخ خواهد داد. بدین جهت اگر توانایی تکلم خود را از دست دادید، سریعاً به پزشک مراجعه کنید. زیرا این نشانه، رابطه مستقیمی با انواع سکته‌های مغزی نیز دارد!

خمیازه‌های متداول

برخی از افراد خمیازه‌های مکرر را به نشانه خستگی تلقی می‌کنند. این تفکر تا حدودی درست است. اما در برخی از موارد، خمیازه‌های پی در پی، می‌تواند از نشانه‌های بروز انواع سردردهای میگرنی باشد! البته لازم به ذکر است که این نوع علامت، از جمله علائم شایع و رایج در میان بیماران میگرنی نیست! بلکه به ندرت گروهی از افراد، دچار این نوع علائم میگرنی هستند.

ادراک به صورت غیرعادی

برخی از افراد قبل از شروع پروسه سردردهای میگرنی، به طور متداول به دستشویی می‌روند. این مرحله توسط پزشکان حاذق، مرحله اورا نام دارد. بنابراین نظر پزشکان، شخصی که مرحله اورا را می‌گذراند، پس از 1 الی 2 ساعت، دچار سردردهای شدید میگرنی خواهد شد.

درد در نواحی مختلف بدن

بیماری میگرن همراه با عارضه و علائم متفاوتی همراه است. این بیماری می‌تواند پیش از بروز خود، زمینه درد در ناحیه گردن و چشم را فراهم کند! به گونه‌ای که شخص در قسمت پشت گردن و چشم خود احساس ناراحتی کرده و فعالیت بدنی او مختل می‌گردد. علاوه بر آن، انواع ضربات پی در پی در ناحیه سر، نشان‌دهنده علائم اولیه میگرن می‌باشد!

در ادامه مطلب به بررسی انواع مراحل میگرن می‌پردازیم. سپس با توجه به نظر متخصصین در این زمینه، بهترین راه درمان میگرن را ارائه خواهیم داد!

مراحل میگرن

شروع بیماری میگرن، با بروز علائم اولیه می‌باشد. از جمله نشانه‌های بروز این بیماری، می‌توان به افسردگی، خستگی، عدم تمرکز، درد در ناحیه گردن و چشم، حساسیت به نور و صدا، خمیازه و... اشاره کرد. این نوع علائم اولیه، در پیش از بروز سردرد میگرنی آغاز می‌شود. لازم به ذکر است مدت زمان نشانه‌های میگرن از 1 تا 3 روز به طول می‌انجامد.

مرحله دوم از بیماری میگرن، به صورت انواع اختلالات بصری در 30 الی 60 دقیقه قبل از سردرد میگرنی آغاز می‌گردد. بدین منظور شخص بیمار، در دید خود دچار مشکل شده و انواع نور در محیط اطراف، به شکل نقاطی سیاه دیده می‌شوند. علائم میگرن در مرحله دوم، تنها به تاری دید محدود نشده، بلکه شامل انواع اختلالات حسی و لامسه نیز می‌گردد. همچنین ممکن است شخص بیمار، دچار ضعف در اندام‌های بدن نیز گردد.

مرحله سوم میگرن، به سردردهای شدید میگرنی معروف است. در این مرحله، یک قسمت از سر، دچار انواع ضربات تپش مانند شده و درد شدیدی متوجه شخص بیمار خواهد شد. این نوع سردرد تقریباً تا 4 ساعت طول خواهد کشید. البته در این مرحله تنها سردرد متوجه شخص نخواهد بود! بلکه انواع سرگیجه، حالت تهوع، حساسیت‌ها و... گریبان‌گیر شخص بیمار نیز می‌گردد.

مرحله چهارم و یا مرحله آخر میگرن، به فاز نهایی میگرن شناخته شده است. در این مرحله، سردرد میگرنی کاهش یافته و عوارض مضر بیماری میگرن در بدن انسان نمایان خواهد شد. این مرحله ممکن است 1 الی 2 روز به طول انجامد. از جمله علائم پایانی بیماری میگرن می‌توان به افسردگی، بدن درد، خستگی، عدم تمرکز و... اشاره کرد. البته لازم به ذکر است که علائم گفته شده، در هر فرد متفاوت خواهد بود.

در ادامه مطلب، به بررسی انواع روش‌های درمان میگرن می‌پردازیم. سپس بهترین قرص برای درمان میگرن را معرفی خواهیم کرد تا بتوانید این نوع بیماری را به طور کامل بهبود بخشید.



مراحل بیماری میگرن

روش‌های درمان میگرن

روش‌های درمان میگرن در افراد به صورت متفاوت خواهد بود. اما بطور کلی می‌توان از روش‌های درمان میگرن به مصرف دارو و تغییر شیوه زندگی اشخاص اشاره کرد.

اگر به دنبال درمان میگرن از طریق تغییر شیوه و روش سبک زندگی خود هستید، باید بدانید نکات متنوعی هست که باید در طی فرایند روزانه خود رعایت کنید. برای مثال، دوری از انواع استرس و محیط‌های استرس‌زا می‌تواند در کاهش میگرن موثر باشد.

همچنین دوری از انواع محیط‌های آلوده و پر دود، در کاهش دردهای میگرنی موثر است. علاوه بر آن، میزان خواب و کیفیت خواب در بروز میگرن تاثیر مستقیم خواهد داشت. بنابراین لازم است برای جلوگیری از میگرن، برنامه خواب منظمی داشته باشید.

در هنگام بروز علائم اولیه میگرن، بهتر است به مکانی تاریک رفته و استراحت کنید. استفاده از حوله‌ای سرد بر روی پیشانی، می‌تواند در کاهش میزان سردرد موثر باشد.

شاید برای شما سوال باشد که برای درمان میگرن چه بخوریم؟ استفاده از مواد غذایی مناسب در میان وعده‌ها، می‌تواند در درمان و جلوگیری از میگرن موثر واقع گردد. بدین جهت، مصرف آب می‌تواند در کاهش درد میگرنی تاثیرگذار باشد.

انواع ورزش‌های منظم در کاهش بروز دفعات رویداد میگرن تاثیر مثبتی خواهد داشت. بدین منظور پیشنهاد می‌گردد در برنامه روزانه حتما پیاده‌روی لحاظ گردد. در ادامه به بررسی بهترین قرص برای درمان میگرن می‌پردازیم.

بهترین روش درمان دارویی برای بهبود میگرن

اگر به دنبال درمانی مطمئن برای بیماری میگرن خود هستید، قرص مگافن اکسترا به شما پیشنهاد می‌گردد. این قرص تلفیقی از مواد اولیه استامینوفن و کافئین می‌باشد. بدین منظور در جهت کاهش دردهای شدید میگرنی، موثر خواهد بود.

قرص مگافن، در درمان علائم میگرن نیز تاثیرگذار است. به گونه‌ای که شخص پس از مصرف، دچار هیچ یک از نشانه‌های ضعف، خستگی، سردرد، حالت تهوع، سرگیجه و... نخواهد بود. بدین جهت، مصرف قرص مگافن اکسترا در طول زمان، در کیفیت زندگی تاثیر مثبت می‌گذارد و اجازه نمی‌دهد دردهای وقت و بی‌وقت مانع گذران زندگی شود.

برخی از افراد تصور می‌کنند که بیماری میگرن خطرناک است! اما با توجه به مطالب گفته شده، بیماری میگرن از جمله بیماری‌های رایج و شایع در جهان می‌باشد. بدین جهت، بیماری میگرن کشنده نیست و قابل کنترل خواهد بود. اما باید در کنترل بیماری و روش‌های درمان آن دقت کرد. زیرا اگر به نکات گفته شده توجه نگردد، علائم و سردردهای میگرنی افزایش خواهند یافت و زندگی روزانه شخص مختل می‌گردد.

برخی از افراد تصور می‌کنند طب سوزنی نیز می‌تواند در درمان میگرن تاثیرگذار باشد. این تفکر تا حدودی درست است. اما برای برخی از افراد، روش طب سوزنی جواب‌دهنده نخواهد بود. بطور کلی، استفاده از بهترین قرص‌ها برای درمان میگرن، پیشنهاد می‌گردد. قرص مگافن اکسترا از برترین داروهای درمان‌کننده میگرن می‌باشد. در نتیجه، مصرف درست این نوع قرص، می‌تواند زندگی‌ای دوباره به بیماران میگرنی ببخشد!



غذاهای سالم می‌توانند در جلوگیری از میگرن تاثیرگذار باشد

Kishmedic