

# Chứng đau nửa đầu

## Chứng đau nửa đầu có thể làm cho quý vị bị suy nhược

Chứng đau nửa đầu xảy ra ở mức độ từ bị nhức đầu nhẹ tới rất nặng. Bác sĩ chẩn đoán chứng bệnh này bằng cách xem xét những kiểu dạng đặc thù, lịch sử bị chứng đau nửa đầu của quý vị và của gia đình.

Chứng đau nửa đầu có thể kéo dài từ một vài giờ đồng hồ tới mấy ngày.

Phụ nữ thường bị chứng đau nửa đầu hơn so với phái nam và nói chung cứ 10 người thì có 1 người bị chứng đau nửa đầu này. Tần suất và mức độ nặng nhẹ sẽ giảm khi quý vị lớn tuổi dần.

Chứng đau nửa đầu thông thường không biểu hiện bệnh tật gì khác nguy hiểm hơn.

## Vì sao tôi bị chứng đau nửa đầu?

Cho tới giờ người ta vẫn chưa hiểu rõ nguyên nhân gây ra chứng đau nửa đầu nhưng biết rằng nó có liên quan tới sự thay đổi của mạch máu. Có khi Bác sĩ gọi chứng bệnh này là nhức đầu do mạch máu não.

Một số hóa chất hoặc yếu tố phát khởi có thể làm cho những mạch máu này thay đổi. Một số yếu tố phát khởi có thể làm cho quý vị bị chứng đau nửa đầu gồm có:

- Rượu bia, đặc biệt là rượu vang đỏ
- Sôcôla, cà phê, pho-mát, một số chất bảo quản thực phẩm
- Đói
- Những chất dễ bay hơi như xăng, thuốc thơm xịt người, chất chùi rửa
- Tập thể dục, phấn khích, thư giãn hoặc mệt mỏi
- Nội tiết tố (hoóc-môn), kinh nguyệt hoặc mãn kinh
- Thuốc men
- Những yếu tố phát khởi trong môi trường xung quanh như đèn sáng hoặc đèn lập lòe, tiếng ồn, TV, máy vi tính

Thông thường, chứng đau nửa đầu có khuôn mẫu nhất định và có thể xảy ra thỉnh thoảng hoặc thường xuyên. Chứng đau nửa đầu có thể làm cho một số người bị suy nhược. Nguyên nhân gây ra chứng đau nửa đầu có khi không xác định được hoặc không biết.

## Bệnh có những triệu chứng gì?

Cơn đau của chứng đau nửa đầu thường bắt đầu ở một bên này hay bên kia và có thể lan ra hết cả đầu. Thông thường cơn đau này sẽ nặng hơn khi người bệnh chuyển động. Những triệu chứng đi kèm thường gặp gồm có buồn nôn, thấy khó chịu vì ánh sáng chói và tiếng ồn.

Quý vị bị đau từng nhịp co bóp và đầu có khi cảm thấy căng hoặc bóp thắt lại. Thông thường cơn đau sẽ nặng hơn khi chuyển động.

Trước khi bị nhức đầu, một số người thấy có hiện tượng thoáng qua hoặc cảm giác dưới đây:

- Ánh sáng lung linh
- Mất bị mờ
- Bị tê hoặc ngứa ran
- Có mùi lạ
- Buồn nôn hoặc nôn ói

## Trong bệnh viện

Nếu đây là lần đầu tiên quý vị bị chứng đau nửa đầu hoặc những cách chữa trị ở nhà không mang lại kết quả, Bác sĩ sẽ thử một vài phương thức khác nhau. Theo nguyên tắc, yếu tố then chốt là bắt đầu điều trị càng sớm càng tốt bằng thuốc men.

Nếu bị triệu chứng nhẹ và/hay bị sớm thì quý vị có thể được cho uống thuốc giảm đau thông thường như aspirin, nurofen và paracetamol cộng với thuốc chống buồn nôn như maxalon. Nếu bị dị ứng với thuốc, quý vị phải báo cho Bác sĩ hoặc y tá biết ngay.

Những cách điều trị mạnh hơn được áp dụng trong bệnh viện gồm có nhiều loại thuốc men và chất lỏng truyền tĩnh mạch. Được biết Largactil (chlorpromazine) có công hiệu nhất khi sử dụng bằng những phương thức khác nhau chung với chất lỏng truyền tĩnh mạch.

Thuốc có ma túy chẳng hạn như morphine và pethidine không còn được sử dụng để trị chứng đau nửa đầu nữa vì đã có những loại thuốc khác hiệu quả hơn.

Nếu quý vị bị chứng đau nửa đầu tiêu biểu hoặc thông thường thì không cần phải tìm hiểu gì thêm nữa. Nếu cơn nhức đầu có những yếu tố đáng nghi ngờ thì có thể sẽ phải làm xét nghiệm.

# Chứng đau nửa đầu

## Nếu quý vị bị chứng đau nửa đầu lần nữa

Uống bất kỳ thuốc men nào bác sĩ đã kê toa cho quý vị ngay vì nếu uống sớm, thuốc sẽ công hiệu hơn.

Nếu không có sẵn thuốc men nào bác sĩ đã kê toa cho quý vị, quý vị nên uống paracetamol (người lớn uống 2 viên) và nurofen (người lớn uống 400mg). Quý vị nên:

- Ngưng làm việc
- Nằm trong phòng tối
- Đứng đọc sách hay xem TV
- Tránh mọi yếu tố kích thích
- Tránh uống rượu bia, trà, cà phê, nước cam và thức ăn như sôcôla, pho-mát.

## Lúc nào thì tôi nên lo ngại?

- Nếu cảm thấy yếu sức hoặc bị xây xẩm, quý vị nên đi Bác sĩ hoặc gọi xe cứu thương
- Nếu cơn nhức đầu xảy ra đột ngột hoặc bất ngờ, quý vị nên đi tới Khoa Cấp cứu ngay
- Nếu cơn nhức đầu rất khác với chứng đau nửa đầu thường lệ, quý vị nên đi Bác sĩ
- Nếu quý vị có những cảm giác lạ không bắt ngoài những hiện tượng thoáng qua thường lệ, quý vị nên đi Bác sĩ
- Bất cứ triệu chứng đáng kể nào khác có thể là do chứng đau nửa đầu nhưng cũng có thể biểu hiện những vấn đề nghiêm trọng khác. Nếu không chắc, quý vị nên hỏi Bác sĩ.

## Chứng đau nửa đầu có gây tổn hại cho tôi hay không?

Hầu hết chứng đau nửa đầu đều do bệnh nhân tự chữa trị tại nhà và hết hẳn. Ngay cả chứng đau nửa đầu nặng cũng không gây tổn hại vĩnh viễn. Thế nhưng chứng đau nửa đầu có thể ảnh hưởng tới cuộc sống của quý vị và nếu chuyện này xảy ra quý vị nên nhờ Bác sĩ chuyên khoa giúp đỡ. Bác sĩ Gia đình (GP) có thể giới thiệu quý vị tới Bác sĩ chuyên khoa.

**Lưu ý:** Nếu được, quý vị hãy xác định yếu tố nào gây ra chứng đau nửa đầu và cố gắng tránh nó, uống thuốc sớm nếu quý vị rồi cũng sẽ phải uống thuốc và nói chuyện với Bác sĩ nếu bị nhức đầu khác thường.

## Chỉ dẫn:

---

---

---

---

---

---


---

---

---

---

## Nhờ giúp đỡ:

 Trong trường hợp cấp cứu y khoa, hãy đi tới khoa cấp cứu gần nhất hoặc gọi 000.



Emergency  
Care Institute  
NEW SOUTH WALES