المستشفى:

الشقيقة (الصداع النصفي)

الشقيقة يمكن أن تكون موهنة للعزيمة

تحدث الشقيقة على شكل حالات من الصداع ضمن نطاقٍ من الخفيف إلى الحاد. ويكون تشخيصها على أساس وجود نمط مميّز لها، وعلى أساس ماضيك وماضي عائلتك من حيث وجود حالات شقيقة.

يمكن أن تستمر الشقيقة لما بين عدة ساعات وعدة أيام.

والشقيقة تصيب النساء أكثر من الرجال وتؤثر على 1 من كل 10 أشخاص عموماً. ويتناقص تواتر الشقيقة وحدّتها مع التقدّم في السن.

ولا تشير الشقيقة عادةً إلى وجود مرض أشد خطورة خلفها.

لماذا أصابُ بالشقيقة؟

إن أسباب الشقيقة ليست مفهومة تماماً لكنها تتعلق بتغييرات في الأوعية الدموية. وقد يشير إليها الأطباء بحالات صداع وعائية.

يمكن أن يؤدي عددٌ من المواد الكيميائية أو المثيرات إلى تغييرات في الأوعية الدموية هذه. فيما يلي بعض المثيرات المحتملة للشقيقة:

- الكحول، خصوصاً النبيذ الأحمر
- الشوكولاتة والقهوة والجبن وبعض المواد الحافظة للمأكولات
- شدّة الجوع
- المواد المتطايرة كالبترول ورشاش الجسم وسوائل التنظيف
- التمارين أو الإثارة أو الاسترخاء أو التعب الشديد
- الهورمونات أو الدورات الشهرية أو انقطاع الحيض
- الأدوية
- المؤثرات البيئية كالأضواء القوية أو الوامضة والضجيج والتلفزيون والكمبيوتر

يكون للشقيقة غالباً نمط معين ويمكن أن تحدث على فترات متباعدة أو متقاربة، كما يمكن أن تكون موهنة للعزيمة لدى البعض. ولا يمكن دائماً معرفة السبب الرئيسي.

ما هي الأعراض؟

يبدأ ألم الشقيقة في الغالب في أحد الجانبين ويمكن أن ينتشر في الرأس كله، وهو يشتد عادة مع الحركة. ومن الشائع وجود أعراض مصاحبة كالغثيان والحساسية تجاه الأضواء القوية والضجيج.

يكون الألم نابضاً وقد تشعر بضغط أو انقباض في رأسك. وهو يزداد عادةً مع الحركة.

يشعر بعض الناس بهالة أو بأحاسيس معيّنة قبل الصداع، منها:

- أضواء متراقصة
- ضبابية الرؤية
- خدَر أو تنميل
- روائح غريبة
- غثيان أو تقيؤ

في المستشفى

إذا كانت هذه أول نوبة شقيقة أو إذا فشل علاجك في المنزل، يجرّب طبيبك عدة إستراتيجيات. وكقاعدة، فإن بدء العلاج بأدويتك في أبكر وقت ممكن هو مفتاح الحل.

إذا كانت أعراضك خفيفة و/أو مبكرة قد يتم إعطاؤك مسكّنات ألم بسيطة مثل الأسبيرين والنيروفين والباراسيتامول بالإضافة إلى دواء مضاد للغثيان مثل مكسالون. وإذا كانت لديك حساسية ضد أي دواء يجب أن تخبر طبيبك أو ممرّضك فوراً.

تشمل العلاجات الأقوى التي تُستخدم في المستشفى أدوية مختلفة وسوائل عبر الوريد. وقد تبيّن أن Largactil (chlorpromazine) هو أشد الأدوية فعالية التي تُعطى مع السوائل عبر الوريد في إستراتيجيات مختلفة.

أما الأدوية المخدّرة كالمورفين والبثيدين فقد توقف استخدامها للشقيقة نظراً لتوافر أدوية أخرى أكثر فعالية.

إذا كنت تعاني من الشقيقة العادية أو الشائعة لا يكون من الضروري في الغالب إجراء استقصاءات إضافية. أما إذا كانت هناك عناصر مُريبة في الصّداع الذي تعاني منه فقد يتم إجراء اختبارات.

أعدّت هذه النشرة ECI في شباط/فبراير 2012 على أساس معلومات مجموعة شبكة العلاج الفيزيائي المنبثقة من أقسام الطوارئ في نيو ساوث ويلز.
وهي متوافرة أيضاً في الموقع www.ecinsw.com.au.
Arabic

الشقيقة (الصداع النصفي)

إذا أصبت بحالة شقيقة أخرى

استخدم أي دواء تم وصفه لك مباشرة حيث سيكون له أفضل تأثير إذا استُخدم في مرحلة مبكرة.

إذا لم يكن هناك دواء تم وصفه لك فعليك بأخذ الباراسيتامول (قرصان للبالغ) ونيوروفين (400 ملغ للبالغ). وعليك

- التوقف عن العمل
- الاستلقاء في غرفة مظلمة
- عدم القراءة أو مشاهدة التلفزيون
- تجنّب الإثارة
- تجنّب الكحول والشاي والقهوة وعصير البرتقال ومأكولات أخرى كالشوكولاتة والجبن

متى يجب أن أقلق

- إذا كان لديك أي ضعف أو شعرت بالإغماء فعليك استشارة طبيبك أو الاتصال بالإسعاف
- إذا حدث الصداع فجأة أو هكذا بدون سبب فعليك التوجّه إلى قسم الطوارئ فوراً
- إذا كانت الشقيقة التي أصابتك مختلفة جداً عن الشقيقة التي تُصاب بها عادةً فعليك استشارة طبيبك
- إذا كانت لديك أحاسيس غريبة ومستمرة غير الهالة التي تحدث عادةً استشر طبيبك
- قد يكون أي عارض شديد ناتجاً عن الشقيقة التي أصابتك، لكنه قد يشير إلى شيء خطير. إذا لم تكن متأكّداً اسأل طبيبك.

هل تسبّب لي حالات الشقيقة ضرراً؟

يعالج المرضى حالات الشقيقة التي تصيبهم بأنفسهم في المنزل وتزول تماماً. لكن حتى حالات الشقيقة الحادة لا تسبّب أي ضرر دائم. لكنها قد تؤثر كثيراً على حياتك، وإذا كان هذا هو الحال عليك بطلب المساعدة من اختصاصي يستطيع طبيبك العام إحالتك إليه.

ملاحظة: إذا أمكن، تعرّف على ما يثير حالات الشقيقة لديك وحاول تجنّبه، واستخدم الأدوية في مرحلة مبكرة إذا كنت تعرف هذه المثيرات، وتحدث مع طبيبك إذا كان صداعك مختلفاً.

تعليمات:

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

طلب المساعدة:

في حال وجود طارئ طبي توجّه إلى أقرب قسم للطوارئ أو اتصل على الرقم 000.

Emergency Care Institute
NEW SOUTH WALES

Published Oct 2017. Next Review 2025. © State of NSW (Agency for Clinical Innovation)

إبراء من المسؤولية: هذه المعلومات الصحيّة هي لأغراض التوعية العامة فقط. استشر طبيبك أو المحترف الصحي الآخر الذي يقوم برعايتك للتأكّد من أن هذه المعلومات مناسبة لك.