

# Nhức đầu mà không phải là đau nửa đầu

## Nguyên nhân gì gây ra nhức đầu?

Hầu hết những người bị nhức đầu thường xuyên là do bị đau nửa đầu hoặc nhức căng đầu.

Nếu bạn đã được chẩn đoán là bị đau nửa đầu, vui lòng xem **Tờ Dữ kiện dành cho bệnh nhân bị đau nửa đầu** (Migraine Patient Factsheet).

Đôi khi, nhức đầu có thể bị gây ra do đau yếu liên quan tới răng, mũi hoặc mắt. Trong các trường hợp hiếm, nhức đầu có thể bị gây ra do chứng bệnh ảnh hưởng đến não bộ - kể cả nhiễm trùng, bướu và xuất huyết.

Nhức đầu cũng có thể xảy ra trong khi hoặc sau khi quan hệ tình dục.

Các bệnh thông thường cũng có thể gây ra nhức đầu nhất là khi thức ăn hoặc thức uống không đủ đáp ứng nhu cầu của cơ thể.

## Nhức căng đầu là gì?

Đây là loại nhức đầu thông thường nhất, nhưng mỗi liên kết với sự căng thẳng thì chưa được rõ.

Nhức căng đầu thường ít trầm trọng hơn nhức nửa đầu, và ảnh hưởng cả hai bên đầu. Có cảm giác giống như một dải băng chật hoặc khối nặng ép xuống đầu. Nhức căng đầu có thể đến rồi đi trong khoảng nhiều ngày hoặc nhiều tuần.

## Khi nào tôi nên gặp bác sĩ?

Khi bạn bỗng nhiên bị cơn nhức đầu trầm trọng, phải gặp bác sĩ ngay hoặc đến Khu Cấp cứu, nhất là nếu điều này xảy ra trong lúc tập thể dục.

Nếu bạn bị nhức đầu hơn hai lần trong một tuần, nên đến gặp bác sĩ. Cuộc gặp với bác sĩ có thể giúp ích trong việc chẩn đoán và tìm ra yếu tố khởi phát nào mà bạn cho rằng đã gây ra cơn nhức đầu hoặc đau nửa đầu.

Bạn cần gặp bác sĩ khẩn cấp nếu nhức đầu cùng lúc với nói năng lơ mơ, bị tê hoặc choáng váng, xỉu hoặc nôn mửa liên tục.

Bạn cần gặp bác sĩ nếu bạn trên 50 tuổi mà bắt đầu có những cơn nhức đầu thường xuyên, hoặc chứng nhức đầu trở nên trầm trọng và không bớt.

## Tôi sẽ cần các thử nghiệm nào không?

Thường bác sĩ sẽ biết được nguyên nhân nhức đầu của bạn sau khi khám sơ cho bạn và nghe bạn kể về chứng bệnh.

Có thể bạn cần các thử nghiệm để loại trừ các chứng bệnh khác cũng có thể gây nhức đầu, chẳng hạn như thử nghiệm dò quét (scan) hoặc thử máu nếu bệnh sử của bạn đáng lo ngại.

## Có sẵn các chữa trị nào?

Để trị chứng nhức căng đầu, có thể chỉ cần thuốc giảm đau đơn giản như **ibuprofen** và **paracetamol**. Tất cả các thuốc này đều có thể mua được từ tiệm thuốc tây và cách dùng đã được ghi trong **Tờ dữ kiện cho bệnh nhân để quản chế cơn đau (Pain Management Patient Factsheet)**.

Khi đã tìm ra nguyên nhân của cơn đau thì việc chữa trị bệnh trạng đó và cùng với thuốc giảm đau loại đơn giản sẽ giúp làm giảm nhức đầu.

## Tìm giúp đỡ:



Trong trường hợp khẩn cấp y tế, hãy đến khu cấp cứu gần nhất hoặc điện thoại số 000.

