

Ημικρανία

Τι είναι

Η ημικρανία είναι μια πολυπαραγοντική, χρόνια διαταραχή του κεντρικού νευρικού συστήματος, η οποία χαρακτηρίζεται από υποτροπιάζουσες κρίσεις μέτριων έως σοβαρών πονοκεφάλων, διάρκειας 4-72 ωρών.

Τι την προκαλεί

Η αιτία είναι άγνωστη, αλλά το 60% με 80% των ανθρώπων κληρονομούν την τάση για ημικρανία. Ο ακριβής μηχανισμός εκδήλωσής της είναι άγνωστος, αλλά πιστεύεται ότι τα αιμοφόρα αγγεία στο κρανίο και στον εγκέφαλο στενεύουν και μετά διευρύνονται. Η ημικρανία μπορεί να έχει σχέση με το αλκοόλ (κόκκινο κρασί), την παράλειψη γευμάτων, τις τροφές που περιέχουν νατρίουχο άλας του γλουταμικού οξέος, τα νιτρικά (κονσερβοποιημένα κρέατα), την τυραμίνη (ώριμο τυρί, καπνιστό ψάρι), την κόπωση και τις αλλαγές του καιρού. Άλλα εναύσματα είναι η πίεση, ο λίγος ή ο υπερβολικός ύπνος, τα φάρμακα, η έμμηνος ρύση, η εγκυμοσύνη και τα αντισυλληπτικά χάπια.

Συμπτώματα

Στην κλασική ημικρανία, ώρες έως ημέρες πριν από έναν πονοκέφαλο, οι άνθρωποι έχουν ένα σύμπτωμα (πρόδρομο) που τους προειδοποιεί ότι ξεκινά ο πονοκέφαλος. Στα συμπτώματα αυτά συγκαταλέγονται οι αλλαγές στη διάθεση, η ευαισθησία στο φως (φωτοευαισθησία), η ευαισθησία στον ήχο (φωνοευαισθησία), η υπερδραστηριότητα, η νωθρότητα, η κόπωση, οι αλλαγές στην όρεξη και η ναυτία. Οι αύρες (προσωρινή διαταραχή των αισθήσεων ή των μυών) έρχονται πριν τον πονοκέφαλο. Συνήθως διαρκούν 10 με 30 λεπτά και στη συνέχεια ξεκινά ο πονοκέφαλος και τα συμπτώματα της αύρας υποχωρούν. Τα συμπτώματα της αύρας είναι τα προβλήματα όρασης και ακοής (εκλάμψεις φωτός, φώτα που τρεμοπαίζουν, τυφλές κηλίδες). Ο αμβλύς πόνος στη μια πλευρά του κεφαλιού μπορεί να γίνει έντονος και επαναλαμβανόμενος. Μπορεί επίσης εμφανιστούν ναυτία και εμετός.

Σε μια κοινή ημικρανία, οι άνθρωποι δεν έχουν αύρα και ο πόνος συνήθως υφίσταται και στις δύο πλευρές του κεφαλιού. Συνήθως παρουσιάζουν ναυτία και μερικές φορές μούδιασμα ή αδυναμία. Ορισμένοι άνθρωποι έχουν προβλήματα όρασης ή στο στομάχι χωρίς τον πονοκέφαλο.

Διάγνωση

Ο γιατρός θέτει τη διάγνωση από το ιατρικό σας ιστορικό και με μια φυσική εξέταση. Μπορεί επίσης να σας ζητήσει να κάνετε αξονική τομογραφία (CT) ή απεικόνιση μαγνητικού συντονισμού (MRI) για να αποκλείσει άλλες διαταραχές που μπορεί να προκαλούν παρόμοια συμπτώματα.

