

## \* سردردهای عصبی \*

دکتر شکرانه طریقی \*\*

مجله علمی نظام پزشکی

سال ۲، شماره ۱-۲، صفحه ۹۲، ۱۳۵۰

- ۱- درد بیشتر در عضلات گردن و یا ناحیه پس سر است.
- ۲- خصوصیات سردرد، در هر دفعه که بروز میکند، با دفعه قبل مشابه میباشد.
- ۳- معمولاً در دو طرفه است ولی ممکن است یک طرفه هم شروع شود.
- ۴- درد ممکن است بصورت فشاریک باشد باشد که محکم بسیر بیمار بسته اند و یا اینکه بیمار احساس سنگینی و فشارشیده در سر خود میکند.
- ۵- اکثر احساس درد همراه درد مخصوصی در عضلات پوست و موی سر نیز میباشد که با دست زدن به سر بیمار سردرد شدیدتر میشود.

رابطه اضطراب و سردردهای عصبی - در شرح حال بیماران مبتلا به سردردهای عصبی، اکثر آن رابطه مستقیم بین حالات اضطرابی کوتاه یا طولانی و شروع سردرد، پیدا میشود. بدین ترتیب که سردردهای متاوب هستند و در هر حمله، ارتباط مستقیمی بین حملات سردرد و حالات اضطرابی حاد و یا تضادهای عاطفی شدید که ممکن است عامل آن در منزل یا محیط کار بیمار باشد، بخوبی مشاهده میگردد.

سردردهای عصبی ناشی از واکنشهای اضطرابی، بخصوص موقعی تظاهر میکند که بیمار مبتلا دچار خستگی جسمانی و روانی نیز بشود و باین علت است که این گونه سردردها اکثرآ در شبها باعث رنج بیماران میشود.

سردردهای عصبی مزمن که در ذمینه نوروز اضطرابی مزمن پیدا میشود، اکثرآ با علائم دپرسیون ثانوی، احساس ترس و وحشت،

سردرد یکی از عادی ترین و در عین حال مهمترین علامت بسیاری از بیماریهای جسمی و عصبی است. سردرد ممکن است بعلت سرما خوردگی مختصر یا در دنباله خستگی روزانه و یا بیماریهای عفونی و یا یک تومور مغزی پدید آید. لذا علل بیشماری ممکن است باعث این عارضه گردد که یکی از مهمترین آنها، کشش های عصبی است که روزانه هر پزشگ عمومی با چند مورد آن در کلینیک خود روبرو و برای تشخیص نهائی علت سردرد بیمار خویش، دچار شک و تردید میشود.

طبق آماری که از کلینیک سردرد بیمارستان رویا هال اخیر منتشر شده است، از کلیه بیمارانی که با این مرکز مجهز علمی برای تشخیص نهائی سردرد و معالجه صحیح آن مراجعه کرده بودند، پس از کلیه معاینات و آزمایش های مختلف معلوم شد که علت سردرد ۷۰ درصد آنان فقط کشش عصبی بوده است.

سردردهای عصبی را کم و بیش، همه افراد سالم و طبیعی داشته اند که معمولاً علت آنها استرس های عصبی و یا خستگی روزانه بوده است. اینگونه سردردها با خوددن کمی مسکن و یا یک شب خواب راحت، بزویدی بر طرف و فردای آن روز هم بکلی فراموش میشود. اما سردردهای هر زمان عصبی باسان و بزویدی بر طرف نمیگردد و هر وقت که شروع میشود مدتی بیمار را رنج میدهد و مسکن های معمولی هم مؤثر نمیافتد و بیمار آزرده و فرسوده، برای چاره جوئی به پزشگ مراجعه میکند و در این موارد است که پزشگ مجبور باشد که علت بیماری را تشخیص دهد و راه صحیح معالجه را انتخاب کند.

علائم سردردهای عصبی : علائم سردردهای عصبی عبارتست از:

Tension Headache \*

\* بیمارستان روزبه - دانشکده پزشکی دانشگاه تهران.

## انواع کلینیکی سردردهای عصبی

دفعات حمله	دیگر عالم	انواع
خیلی شایع است	اضطراب - خستگی	نوع حاد و زود شدن
		انواع مزمن
% ۷۵	۱) پسکونوروز مزمن، دیر سیون	
% ۱۵	۲) ترس از سلطان	
% ۵	۳) هر راه با میگرن	
% ۲	۴) هر راه با اسپاندیلوشیس کردن	
% ۳	۵) هر راه سیتوزیت حاد با افتیت حاد	

این آمار از ۱۲۰ بیماری که به کلینیک سردرد در بیمارستان هال رویال بین سالهای ۱۹۶۷ – ۱۹۶۸ مراجعه کرده‌اند، تهیه شده است.

**معاججه** بکار بردن داروهای ضد اضطراب و شل کننده عضلانی در این بیماران سبیار مؤثر است بشرط آنکه داروهارا صحیح انتخاب کرده به مقدار معینی بکار ببریم.

دیازپام به مقدار ۲ تا ۵ میلی گرم سه مرتبه در روز یا کلرو دیازپوکسید ۵ – ۱۰ میلی گرم سه مرتبه در روز معمولاً مؤثر است.

اگر عالم افسردگی مثل تغییرات خلق، بیخوابی وغیره نیز موجود باشد در آن صورت تجویز داروهای آنتی دپرسیو مثلاً آمی ترپتیلن ۲۵-۱۰ میلی گرم سه مرتبه در روز معالجه مؤثری خواهد بود. با مطالعات آماری دقیقی که انجام شده است، متوجه از ۷۵ درصد مبتلایان با روش مذکور یا کاملاً خوب شده‌اند و با بمقدار قابل توجهی در مدت چند هفته بهبود یافته‌اند. البته پس از بهبود نباید معالجه را قطع نمود بلکه باید برای یک تا دو ماه و شاید بیشتر معالجه را دقیقاً ادامه داد. اگر با بکار بردن دستورات فوق بیمار بهبود نیافتد، باید قبول کرد که وی دارای مسائل عاطفی و اجتماعی عمیق غیر قابل حلی است که معالجات داروئی در او بی‌تأثیر بوده است و در اینجا است که باید در رفع آن اشکالات کوشید.

بی‌خوابی، تمايل به گریه، عدم قدرت تمرکز فکر و حل مسائل و از همه مهمتر عدم تطبیق با محیط، همراه است.

در تحقیقاتی که انجام شده چنین نتیجه گرفته شده است که در بین این نوع بیماران، گروه معدودی هستند که سردردهای عصبی آنها در دنباله ابتلا به دردهای شدید مثل چشم درد، گوش درد، دندان درد و یا دردهای شدید سینوس‌ها، پدید می‌آید. در باره‌این گروه، دکتر هارولد لوف تحقیقات جالبی برای پیدا کردن رابطه بین تغییرات انقباض عضلانی و سر دردها انجام داده است. محقق مذکور در تحقیقات خود، الکترودهای الکترومیو گرافی رادر پوست سر و عضلات گردن بیماران نسب و ملاحظه کرد که در بیماران مبتلا به سردردهای عصبی، پتانسیل عضلانی بمقدار زیاد و دائم جریان دارد. او مکانیسم درد را اینطور توجیه نمود که انقباضات شدید عضلانی باعث فشار بر عروق بین عضلانی شده در نتیجه کم خونی عضله، درد پیدا می‌شود یا بعبارت دیگر درد فریاد کم خونی سلولها است. در اینجا لازم است مذکور شویم که با فرض اینکه سردرد بیمار عصبی است، باید مسائل دیگر را که در تشخیص افتراقی این عارضه مطرح است، فراموش کرد.

معاینات جسمانی کامل باید انجام شود چه نه تنها ممکن است علل عضوی دیگری پیدا شود، بلکه اعتقاد و ایمان بیمار به پزشگ بیشتر می‌شود که خود اثر درمانی و مفیدی خواهد داشت. بعلاوه باید گفته‌های بیمار را دقیقاً گوش داد و شرح حال کامل او را یادداشت کرد. بخصوص به بیمار نباید گفت که «درد او خیالی است» بلکه باید با زبان ساده و قابل فهمی، مکانیسم ایجاد درد را برای بیمار تعریف و او را مطمئن کرد که بیماری عضوی مثل تومورهای مغزی مطرح نیست تا بدین وسیله اضطراب بیمار را بحداقل رسانید. سپس مسائل و مشکلات خانوادگی یا شغلی را که ممکن است عامل اصلی درد باشد برایش روش نمود و اگر امکان داشته باشد در حل آنها به بیمار کمک کرد و اگر این امر امکان نداشته باشد، بیمار را برای اتخاذ روش‌های جبرانی درد و قبول آنها آماده ساخت.

## REFERENCES:

- 1- Leading article, 1969, World medicine, J., Tension headaeke, October, P. 21.
- 2- Walton, 1966, Essentials of neurology. Headacks. P. 67-69.
- 3- Methews, 1963. Practical neurology Headacks. Pag. 6-9.