دکتر الهام جعفری ، متخصص بیماری های مغز و اعصاب

انجمن سردرد

سردرد خوشه ای

از آنجا که به طور مکرر در رابطه با سردرد خوشه ای پرسیده می شود بر آن شدیم این نوع سردرد را برای خوانندگان گرامی به اختصار توضیح دهیم.

سردرد خوشه ای درد شدید و تیر کشنده یک نیمه سر است که با علایم گرفتاری یکطرفه دستگاه عصبی خودکار همراهی دارد.این علایم عبارتند از: افتادگی پلک، تنگی مردمک، اشک ریزش، پرخونی چشم، گرفتگی یا آبریزش بینی، گرفتگی گوش و برافروختگی و تعریق صورت در سمت مبتلا. درد به طور ثابت در یک سمت سر و عمدتا در اطراف یا پشت کره چشم بوده ، به نواحی پیشانی ، گیجگاهی و یا صورت گسترش می یابد. مدت درد بین ۱۵ تا ۱۸۰ دقیقه بوده، ممکن است در شبانه روز یک تا چند بار تکرار شود. سردرد معمولا در نیمه شب یا اوایل صبح فرد را از خواب بیدار می کند و همراه با احساس بیقراری شدید است.به بیان ساده تر فرد معمولا در زمانهای نسبتا مشخصی از شبانه روز به طور ناگهانی دچار این نوع سردرد شدید بیقرار کننده عمدتا در اطراف چشم می شود که همراه با اشکریزش یا آبریزش بینی و یا گرفتگی بینی است که معمولا کمتر از ۳ ساعت و در بسیاری از موارد ۳۰ تا ۴۵ دقیقه طول می کشد.

شیوع سردرد خوشه ای کمتر از ۱ درصد، سن شایع آن ۲۰ تا ۴۰ سال و در مردها شایعتر از خانم ها می باشد. نوع دوره ای این سردرد معمولا بین ۶ تا ۱۲ هفته طول کشیده و سپس با یا بدون درمان بهبود می یابد و مدتها بعد با همان مشخصات دوباره برمی گردد. شکل مزمن بیماری بیش از یک سال طول می کشد.خوشبختانه نوع دوره ای شایعتر است و فرد مبلا مدت طولانی که گاهی چند ماه و گاهی چند سال است از این سردردها رهایی دارد.شکل مزمن متاسفانه اکثرا باعث ناتوانی و کاهش عملکرد فرد مبتلا می گردد.

تشخیص عمدتا بر اساس علایم بالینی بیمار صورت می گیرد و تصویربرداری مغز جهت رد علل ثانویه انجام می گردد.به عبارت دیگر از آنجا که در موارد کمی این نوع سردرد همراه با ضایعاتی در مغز و بخصوص در اطراف غده هیپوفیز است لازم است حتما ام آر آی از مغز انجام ئشود.

در مواردی این نوع سردرد با وقفه های تنفسی در خواب یا آپنه خواب همراهی دارد و درمان این بیماری باعث بهبودی در سردردهای خوشه ای می گردد لذا لازم است در افرادی که خرو پف های زیاد در خواب دارند بخصوص اگر اضافه وزن نیز دارند بررسی خواب با روشی که به پلی سومنوگرافی معروف است و در کلینیکهای خواب انجام می شود مورد بررسی قرار گیرند.

درمان این نوع سردرد شامل درمان حملات سردرد حاد و درمان پیشگیرانه می باشد. در فاز حاد سردرد استفاده از اکسیژن با غلظت بالا، سوماتریپتان تزریقی، بیحسی موضعی، ارگوتامین و داروهای مسکن معمولا باعث تسکین سردرد می شود. با توجه به اینکه درد بسیار شدید است لازم است به راهکاری جهت تسکین این درد در زمان حمله دست پیدا کنیم که از بهترین درمانها استفاده از اکسیژن با ماسک مخصوص در حالت نیمه نشسته است.

ولی از طرف دیگر لازم است درمان پیشگیری کننده برای بیمار گذاشته شود که دفعات و شدت سردردهای خوشه ای را کاهش دهد. نوع درمان بر اساس نوع سردرد خوشه ای متفاوت است. در نوع دوره ای درمان کوتاه مدت و بر اساس شرایط فرد مبتلا انتخاب می شود و در نوع مزمن درمان طولانی مدت و به نحو دیگری خواهد بود. درمان لازم است حتما توسط متخصص بیماریهای مغز و اعصاب صورت گیرد.

درمان پیشگیرانه معمولا شامل درمان کوتاه مدت با گلوکوکورتیکوییدکه به کورتون معروف است، می باشد ولی در طولانی مدت لازم است از داروهای کم عارضه تر استفاده شودکه مشتمل بر داروهایی همچون وراپامیل، لیتیوم وتوپیرامات می باشد. لازم به یاد آوری است که اگرچه کورتون در کاهش دردها بسیار موثر است ولی به علت همراهی با عوارض بسیار زیاد در درمان طولانی مدت، حتما فقط در مدت کوتاه و با دستور پزشک معالج باید مصرف گردد.داروی اصلی دیگر که وراپامیل است نیز ممکن است با عوارض قلبی همراه شود لذا لازم است کاملا با هماهنگی با پزشک معالج مصرف گردد. از عوارض شایع دیگر وراپامیل یبوست است که معمولا با رژیم غذایی مناسب و استفاده از منیزیوم خوراکی کنترل می گردد.