

آیا قرص های ضد بارداری می توانند باعث سردرد شوند؟

15 آبان 1402

سردرد یک عارضه جانبی رایج برخی از قرص های ضد بارداری است و این احتمالاً به این دلیل است که سردرد و میگرن می توانند به هورمون های زنان مرتبط باشند.

مرکز ملی میگرن می گوید که حدود 50 تا 60 درصد از زنانی که میگرن منظم را تجربه می کنند، می توانند الگوی بین سردرد و چرخه قاعدگی خود مشاهده کنند.

سردرد یا میگرن به احتمال زیاد در دو روز منتهی به پریود و سپس در سه روز اول خونریزی رخ می دهد؛ این علائم گاهی اوقات به عنوان میگرن قاعدگی نیز شناخته می شوند.

مطالعات نشان داده اند هورمونی که در افزایش میگرن در دوران قاعدگی مقصر است، استروژن است. به طور خاص، کاهش سطح استروژن ممکن است باعث بروز سردردهای هورمونی یا میگرنی بشود.

در طول چرخه قاعدگی، سطح استروژن در نوسان است، اما با رسیدن به شروع چرخه بعدی (یعنی اولین روز پریود) سطح استروژن به میزان قابل توجهی کاهش می یابد و نشان داده شده است که می تواند محرکی برای میگرن بشود.

برای زنانی که از قرص ترکیبی (حاوی استروژن) استفاده می کنند، هر روز یک قرص به مدت 21 روز متوالی مصرف می شود. بعد از این بازه زمانی، یک هفته فرصت خواهید داشت که قرص را مصرف نکنید و این زمانی است که خونریزی مانند پریود را تجربه خواهید کرد. سپس یک بسته جدید از قرص ها را شروع می کنید و آن ها را تا 21 روز دیگر ادامه می دهید و این چرخه ادامه می یابد. تصور می شود که این وقفه هفت روزه باعث بروز علائم ترک هورمونی مشابهی می شود که زنانی که از داروهای ضد بارداری استفاده نمی کنند نیز آن را تجربه می کنند.

با این حال، استروژن تنها موردی نیست که می تواند باعث میگرن شود؛ بلکه پروستاگلاندین نیز می تواند باعث بروز میگرن یا سردرد در شروع چرخه قاعدگی زنان شود. این ترکیب لیپیدی هورمون مانند، در دوران پریود به ویژه در زنانی که پریودهای بسیار سنگینی دارند در بالاترین سطح خود قرار دارد و با سردرد همراه می شود.

زنانی که از قرص های پروژسترون استفاده می کنند نیز ممکن است دچار سردرد شوند. به طور کلی تصور می شود که این به این دلیل است که نوسانات استروژن همچنان رخ می دهد، حتی اگر قرصی مصرف کنید که حاوی استروژن نیست.

سردرد به عنوان یک عارضه جانبی رایج مصرف لوویما (یک قرص فقط حاوی پروژسترون) شناخته شده است. این بدان معنی است که می تواند کمتر از یک زن از هر 10 زن (اما بیش از یک زن از هر 100 زن) را تحت تاثیر قرار دهد. با این حال علائم معمولاً با گذشت زمان بهبود می یابند و حتی ممکن است به طور کلی از بین بروند، بنابراین اگر سردرد دارید و به تازگی به روش جدیدی از پیشگیری از بارداری روی آورده اید، این نکته را در نظر داشته باشید.

شایان ذکر است که استفاده از روش های پیشگیری از بارداری لزوماً به معنای ظاهر شدن سردرد نیست. در واقع، برخی از زنان با مصرف قرص های ضد بارداری متوجه می شوند که شدت میگرن آنها کم شده است.