

# این علائم نشان می‌دهد که سردرد کودک شما جدی است

11 مرداد 1404

یک متخصص بیماری‌های مغز و اعصاب می‌گوید: شایع‌ترین سردرد در کودکان، میگرن است که لزوماً با سردرد بروز نمی‌کند و ممکن است به شکل مشکلات گوارشی یا اختلال در تعادل ظاهر شود.

سردرد یکی از شایع‌ترین انواع درد در سراسر جهان است و برخلاف تصور عمومی، تنها مختص بزرگسالان نیست و در کودکان هم رایج است.

همشهری در خبری نوشت: البته سردرد در کودکان اغلب جای نگرانی ندارد و معمولاً ناشی از مشکلات ساده‌ای مانند بیماری‌های خفیف ویروسی، ضربه خفیف به سر، کم‌خوابی، تغذیه نامناسب یا استرس و اضطراب است. با این حال، متخصصان تأکید می‌کنند اگر کودک به‌طور مداوم از سردرد شکایت دارد، شاید نشانه مشکلی جدی باشد. بنابراین مراجعه به پزشک ضروری است.

سردرد در کودکان می‌تواند الگویی مشابه سردرد در بزرگسالان داشته باشد. این سردردها به صورت درد یا ناراحتی در بخش‌های مختلف سر و صورت، می‌تواند موجب ناراحتی کودک شوند. گاهی سردرد کودک تنها در یک قسمت از سر ایجاد می‌شود و گاهی اوقات هم یک یا چند ناحیه از سر به صورت موضعی درگیر درد و ناراحتی می‌شود.

کودکان تحت تأثیر انواع مختلفی از سردردها قرار می‌گیرند و شدت آنها می‌تواند از یک درد خفیف تا درد شدید متغیر باشد. جالب این که سردرد کودکان در هر سنی ممکن است متفاوت باشد. مثلاً در کودکان دبستانی و پیش‌دبستانی، استرس و اضطراب اصلی‌ترین علت سردرد شناخته می‌شود. چون این دوره برای آنها کاملاً تازگی دارد و برای اکثرشان استرس‌زا است.

محققان هنوز علت دقیق سردرد را پیدا نکرده‌اند. با این حال، دلایل مختلفی می‌تواند موجب بروز سردرد در کودکان شود. بسیاری از سردردها ممکن است ناشی از سفت شدن ماهیچه‌ها و گشاد شدن رگ‌های خونی در سر باشد. استرس و درگیری ذهنی یا عاطفی هم می‌تواند سردردهای تنشی را در آنها ایجاد کند. سردردهای میگرنی هم یکی از سردردهای شایع در کودکان است و علائم آن در این سنین حالت تهوع و استفراغ به همراه دردهای ضربان‌دار در سر است. در بسیاری از موارد، کودکان وقتی سرما می‌خورند، سردردهای شدیدی را هم تجربه می‌کنند. پزشکان می‌گویند سردرد کودکان در زمان سرماخوردگی، بیشتر در گروهی که سابقه میگرن دارند، دیده می‌شود.

گاهی اوقات برخی از کودکان به همراه سردرد، خون‌دماغ هم می‌شوند. علت سردرد در کودکان به همراه خون‌دماغ معمولاً رینیت آلرژیک یا تب یونجه (تب یونجه یکی از انواع رینیت آلرژیک است) است. این دو مورد از اصلی‌ترین علل شایع سردرد و خونریزی بینی در کودکان هستند. پزشکان معتقدند خون‌دماغ

شدن کودک به دلایل یادشده معمولاً نگران‌کننده نیست اما اگر خون‌دماغ زیاد، مکرر، همراه با سردرد شدید یا بعد از ضربه باشد، باید جدی گرفته شود.



دکتر گلاره بنی‌هاشمی، متخصص بیماری‌های مغز و اعصاب (نورولوژیست) با اشاره به این که شایع‌ترین سردرد در کودکان، “میگرن” است، می‌گوید: میگرن در کودکان لزوماً با سردرد بروز نمی‌کند و ممکن است به شکل مشکلات گوارشی یا اختلال در تعادل ظاهر شود. مثلاً کودک مبتلا به میگرن ممکن است دچار اسهال شود یا هنگام راه رفتن تلوتلو بخورد. کودکان کوچک‌تر حتی ممکن است با کوبیدن دست به سر یا رفتارهای بی‌قراری، سردرد خود را ابراز کنند. چون زیرا هنوز توانایی کلامی کافی برای بیان وضعیت‌شان ندارند.

به گفته دکتر بنی‌هاشمی، هرگونه تغییر رفتاری، بی‌قراری یا شکایت مکرر از سردرد در کودکان باید جدی گرفته شود و بررسی بالینی دقیق صورت گیرد. البته در برخی موارد ممکن است کودک، تنها رفتار والدین را تقلید کند، اما پزشکان در مواجهه با این شکایات، همه موارد را جدی تلقی می‌کنند. مگر آنکه خلاف آن اثبات شود. بنابراین اگر کودکی به طور مکرر از سردرد شکایت می‌کند، والدین باید حتماً به پزشک مراجعه کنند تا علت سردرد مشخص شود.

سردرد در کودکان موضوعی کم‌اهمیت نیست. به خصوص زمانی که تکرار شود یا همراه با علائم دیگری مانند استفراغ، اختلال در تعادل، خون‌دماغ یا بی‌قراری بروز کند. هرچند بسیاری از این سردردها خوش‌خیم و موقتی هستند، اما توجه و رسیدگی والدین به‌ویژه در مراحل اولیه بروز علائم، نقش مهمی در پیشگیری از مشکلات جدی‌تر دارد.

اگر کودک‌تان مدام به سردرد اشاره می‌کند یا رفتارهای غیرمعمولی از خود نشان می‌دهد، آن را سرسری نگیرید. مراجعه به پزشک متخصص می‌تواند از سردرگمی و نگرانی بیشتر جلوگیری و به درمان مؤثر کمک کند.