

وقتی کودکان سردرد دارد، حواستان به این علائم باشد

سردرد در بچه‌ها معمول است و بیشتر اوقات جای نگرانی وجود ندارد. علت سردرد در کودکان می‌تواند یک بیماری جزئی، ضربه خفیفی به سر، کم‌خوابی، غذا و آشامیدنی کافی مصرف نکردن و یا استرس باشد.

سردردهای میگرنی نیز می‌توانند در کودکان وجود داشته باشند؛ اما با آگاهی و اجتناب از عوامل سردرد، معمولاً مشکلی به وجود نخواهد آمد.

وقتی سردرد کودک را از خواب بیدار می‌کند

گاهی بچه‌ها به دلایل دیگری از خواب بیدار شده و متوجه می‌شوند سردرد دارند؛ این مسئله‌ای نیست. اما اگر خود درد کودک را از خواب بیدار کند، پس یک سردرد معمولی نیست و باید کودک را به پزشک برسانید.

وقتی سردرد با درازکشیدن بدتر می‌شود

حالتی که زنگ هشدار را روشن می‌کند این است که صبح، سردرد در شدیدترین حالت ممکن است و به‌مرور با جلو رفتن روز، سردرد بهتر می‌شود. این سردرد می‌تواند علامت افزایش فشار بر مغز باشد. اگر متوجه شدید الگوی سردرد کودکان این‌چنین است، او را به نزد پزشک ببرید. کودک شما باید بتواند به سمت بالا و به سقف نگاه کند، از چانه تا سینه‌اش را لمس کند و سرش را به جلو و عقب حرکت دهد. اگر نمی‌تواند این کارها را بکند، باید او را به اورژانس برسانید تا مطمئن شوید مننژیت ندارد.

وقتی سردرد مکرر است یا زندگی روزمره را مختل کرده است

اگر کودکان دو بار در هفته یا بیشتر دچار سردرد می‌شود، یا سردردش باعث شده به‌سختی تکالیفش را انجام دهد، بازی کند یا به فعالیت‌های معمول دیگر خود پردازد، پس باید او را نزد پزشک ببرید. البته لزوماً پای یک مشکل جدی در میان نیست، اما ارزش این را دارد که خیالتان راحت شود.

ضمناً یادتان باشد شما نباید مرتباً به کودک دارو بدهید. معلوم شده مکرراً به کودک دارو دادن می‌تواند سردردهایش را مکررتر هم بکند.

اگر هر مسئله‌ای نگران‌تان می‌کند، حتی اگر در این فهرست نباشد همیشه به حس پدران یا مادران خود اهمیت دهید و فکر نکنید نگرانی‌های شما در مورد فرزندتان همیشه بی‌مورد است. اگر چیزی درست به نظرتان نرسد یا سؤال‌ی دارید با پزشک کودک‌تان مطرح کنید.