



دانشگاه علوم پزشکی شیراز

بیمارستان شهدای سلامت نی ریز

## سر درد

تهیه کننده: میترا عباسی

کارشناس ارشد پرستاری

تاریخ تهیه: بهار 1401

تاریخ بازنگری بعدی: بهار 1404

### منابع:

- پرستاری اعصاب و روان از پرستاری داخلی جراحی برونر-سودارت-
- ترجمه پوران سامی
- بیماریهای مغز و اعصاب و عضلات، اکبر سلطان زاده-کتاب روانپزشکان 1388
- سر درد، فروزان کازرونی مجموعه کتاب سبز کامر فورد، ترجمه مهدی اصلانی

تایید کننده: دکتر محمدصادق قاسم پور متخصص داخلی

### سر درد

عبارتند از احساس درد و ناراحتی از کاسه چشم تا قسمت پس سر که توسط مریض حس می شود و نتیجه تحریک شیمیایی یا فیزیکی یکی از عناصر حساس به درد است. از نظر تقسیم بندی سردرد شامل سردردهای عروقی میگرن، سردردهای هیستامینی، سردردهای عصبی و سردردهای ناشی از عفونت پرده های فسفر، تومورهای مغزی، فشار خون، بیماریهای مثل گلوکوم و بیماریهای سینوسی و یا ناشی از دندان خراب و آبنه دندان است.

### میگرن

یک بیماری خانوادگی با حملات سردرد که شدت و فرکانس و مدت آن متفاوت است معمولاً یک طرفه و یا دو طرفه است با بی اشتهایی، تهوع، استفراغ و اختلالات عصبی همراه است و به سه مرحله مقدماتی (پیش از حمله)، اورا، سردرد و بهبودی (مرحله پایانی سردرد) تقسیم می شود.

### سر درد تنشی

با احساس فشار ثابت و یکنواخت که معمولاً از پیشانی، گیجگاه یا پس سر شروع می شود و بیمار ممکن است سردرد را با یک احساس وزن سنگین بالای سر توصیف کند و این سر درد شدیدترین نوع سردرد است.

### سر درد خوشه ای

در مردان 5 برابر زنان است. التهاب شریان های مجمله با سردرد شدید در ناحیه شریان های گیجگاهی مختصر می شود. یکنوع سردرد یکطرفه است. درد شدید در ناحیه چشم ها شروع و به مناطق صورتی و گیجگاهی انتشار می یابد.

### علائم:

#### میگرن:

مرحله مقدماتی: شامل افسردگی، تحریک پذیری، بی اشتهایی، افزایش ادرار، اسهال، بیبوست  
مرحله اورا: کمتر از یکساعت طول می کشد و شامل اختلال بینایی، سوزش لبها، گیجی خفیف، خواب آلودگی،  
مرحله سردرد، سردرد ضرباندار + تهوع، استفراغ  
مرحله بهبودی: علائم فروکش می کند، درد عضلانی، خستگی، تغییرات خلقی

سر درد تنشی: درد متوسط در جلو یا عقب سر + سفتی عضلات گردن درد در شقیقه ها و سردرد بهنگام بلند شدن از خواب

سر درد خوشه ای، بهنگام خواب و درگیری اطراف چشم، بیقراری، رفتار خشونت آمیز

## بررسی تشخیصی:

گرفتن شرح کامل و تاریخچه بیماری، اسکن، آنژیوگرافی مغز MRI, EMG، سرعت رسوب اریتروسایت، آزمایش کامل تیروئید، الکترولیت ها، گلوکز، کراتینین ها



## درمان

### میگرن:

مرحله اول: کاهش استرس، حذف قرصهای ضد بارداری، درمان سینوزیت، حذف غذاهای حاوی تیرامین مثل پنیر و شراب قرمز  
مرحله دوم: داروهای ضد درد و ضد اضطراب مثل ارگوتامین، داروهای آرام بخش  
مرحله سوم: ارگوتامین، آنتی هیستامین، داروهای ضد استفراغ، متی سرژید، ایندرال، دی پردامول

## سر درد تنشی:

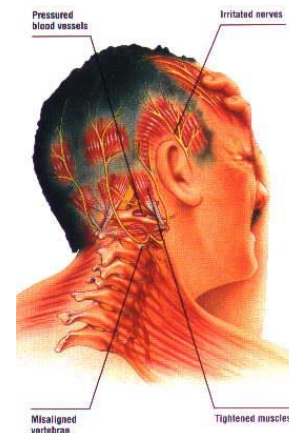
ماساژ شانه، گردن و آرواره ها، دوش آب گرم، روشهای آرام سازی، داروها شامل استامینوفن، آسپرین، داروهای ضد افسردگی

### خوشه ای:

جلوگیری از استرس، اجتناب از نور، اجتناب از مصرف سیگار، تنباکو

## نکات آموزشی:

از عوامل تشدید کننده یا شروع کننده حملات سردرد اجتناب شود. مثل جاهای شلوغ رفتن، ضربه های شدید به سر، استحمام طولانی، قرص های ضد بارداری، مصرف ادکلن های تند و غذاهای چرب



## منابع:

- پرستاری اعصاب و روان از پرستاری داخلی جراحی بروئر- سودارث- ترجمه پوران سامی
- بیماریهای مغز و اعصاب و عضلات، اکبر سلطان زاده- کتاب روانپزشکان 1388
- سردرد، فروزان کازرونی مجموعه کتاب سبز کامر فورد، ترجمه مهدی اصلانی



وب سایت : [neuroshp.sums.ac.ir](http://neuroshp.sums.ac.ir)  
شماره تماس : ۵۲۴۳۰۱۱-۴  
پورتال : ۵۲۴۳۰۱۱۶

با استفاده از نرم افزار بارکد خوان از طریق تلفن همراه می توانید فایل متنی پمفلت را دانلود نمایید.