

ทำไมเวลาปวดหัวไมเกรน ควรกินยาตั้งแต่เริ่มปวด



หลายคนที่เป็นไมเกรนมักจะเข้าใจผิดว่าควรรอให้ปวดมากก่อนค่อยกินยา รอทนก่อนเพื่อจะหายเอง แต่จริง ๆ แล้ว การกินยาไมเกรนตั้งแต่เริ่มมีอาการเป็นวิธีที่ดีที่สุดในการควบคุมอาการและลดความเสี่ยงที่จะลุกลามจนใช้ชีวิตลำบาก

สาเหตุและอาหารปวดหัวไมเกรน
ปวดหัวไมเกรนเป็นอาการปวดศีรษะชนิดหนึ่งที่มีสาเหตุจากการเปลี่ยนแปลงของสารสื่อประสาทและการขยายตัวของหลอดเลือดในสมอง ทำให้เกิดการอักเสบและส่งผลให้ปวดศีรษะอย่างรุนแรง มักปวดข้างเดียว คลื่นไส้ อาเจียน หรือไวต่อแสงและเสียง

ทำไมควรกินยาไมเกรนตั้งแต่เริ่มปวด

1. ยาได้ผลดีที่สุดในช่วงต้นของอาการ
ยาไมเกรน โดยเฉพาะกลุ่ม triptan หรือยาแก้ปวดอย่าง ibuprofen จะออกฤทธิ์ได้ดีที่สุดเมื่อใช้ในช่วงเริ่มต้นของการปวดหัวไมเกรน เพราะสามารถยับยั้งกระบวนการอักเสบและการขยายหลอดเลือดในสมองได้ทันเวลา

2. ลดความรุนแรงและระยะเวลาของอาการ

หากปล่อยให้อาการปวดดำเนินไปนานกว่า 1-2 ชั่วโมง อาการจะลุกลาม ปวดหนัก คลื่นไส้ อาเจียน และทำให้ประสิทธิภาพของยาลดลง

3. ลดความเสี่ยงจากการใช้ยาเกิน

การใช้อย่างซ้ำๆ ทำให้ต้องกินยาเพิ่มในภายหลัง ซึ่งเสี่ยงต่อภาวะ rebound headache หรือการปวดหัวจากการใช้ยาเกิน

4. ลดโอกาสต้องนอนพักหรือลางาน

หากควบคุมอาการปวดหัวไมเกรนได้ทัน การดำเนินชีวิตประจำวันจะไม่ถูกรบกวน และลดการขาดเรียนหรือลางานได้

กลุ่มยาที่ใช้รักษาไมเกรน

ในบทความนี้จะเน้นกลุ่ม ยาบรรเทาอาการไมเกรน (Abortive treatment) ซึ่งเป็นยาที่ใช้เมื่อเริ่มปวดหัวไมเกรน เช่น

- ยาแก้ปวดทั่วไป: พาราเซตามอล, ไบรูโพรเฟน
- ยาเฉพาะกลุ่มไมเกรน: ยากลุ่ม triptan เช่น sumatriptan, rizatriptan
- ยากลุ่ม ergot เช่น ergotamine (ใช้ในบางรายและภายใต้คำแนะนำแพทย์)

ใต้คำแนะนำแพทย์)

หากคุณมีอาการไมเกรนบ่อยหรือรุนแรงมาก แพทย์อาจพิจารณาใช้ ยาป้องกันไมเกรน (Preventive treatment) เช่น ยาแก้อักเสบหรือยาความดัน เพื่อใช้เป็นประจำเพื่อลดความถี่ของอาการ

การกินยาไมเกรนตั้งแต่เริ่มปวดคือวิธีที่ได้ผลดีที่สุด ทั้งเพื่อควบคุมอาการ ลดความรุนแรง และป้องกันภาวะแทรกซ้อนในระยะยาว หากคุณเป็นไมเกรนบ่อย ควรปรึกษาแพทย์เพื่อวางแผนการดูแลที่เหมาะสม ไม่ควรรอให้ปวดมากแล้วค่อยกินยา เพราะอาจซ้ำกันไปสำหรับการบรรเทาอาการอย่างมีประสิทธิภาพ

ธรรมะ ไม่ได้เป็นของवल้งของคักดีสิทธ
แต่เป็นของจริง
เป็นแนวทางที่ช่วยให้เราพ้นทุกข์
หลวงพ่อชา สุภัทโก



ที่มา: ขอขอบคุณ: <https://www.sanook.com/>



แบบ พ.๒

หนังสือสำคัญแสดงการจดทะเบียนการพิมพ์
ตามพระราชบัญญัติจดทะเบียนการพิมพ์ พุทธศักราช ๒๕๕๐

เลขทะเบียน **สส๖๒/๒๕๖๒**

หนังสือสำคัญนี้ออกให้ไว้เพื่อแสดงว่า **สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล**

เลขประจำตัวประชาชน **๓ ๑๐๐๕ ๐๑๐๕๘ ๗๔ ๙** เชื้อชาติ **ไทย** สัญชาติ **ไทย** อายุ **๓๗** ปี อาชีพ **นักธุรกิจ**

ถิ่นที่อยู่บ้านเลขที่ **๗๔๓/๓๗** หมู่ที่ **-** ซอย **-** ซอยสิทธิ์ ๒ ถนน **เลียบฯฝั่งเหนือ**

แขวง / ตำบล **หนองแขม** เขต / อำเภอ **หนองแขม** จังหวัด **กรุงเทพมหานคร**

เป็น **เจ้าของ** หนังสือพิมพ์ชื่อ **249 สื่อออนไลน์**

มีวัตถุประสงค์ **เพื่อลงประกาศข่าวงานราชการและประกาศโฆษณาด้านธุรกิจและกฎหมาย รวมถึงเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารด้านธุรกิจและกฎหมาย และข้อมูลข่าวสารทั่วไปทุกจังหวัด**

ภาษาที่หนังสือพิมพ์จะออก **ภาษาไทย**

ชนิดของหนังสือพิมพ์ที่ออก **เป็นแผ่น**

ระยะเวลาที่ออกหนังสือพิมพ์ **รายวัน**

ชื่อสำนักงานของหนังสือพิมพ์ **-**

ตั้งอยู่ ณ ที่ **-** เลขที่ **๑๐/๑๒๘๗** หมู่ที่ **-** ซอย **นวมินทร์ ๙๓** ถนน **-**

แขวง / ตำบล **นวมินทร์** เขต / อำเภอ **บึงกุ่ม** จังหวัด **กรุงเทพมหานคร**

ชื่อสำนักงานของผู้โฆษณา **-**

ตั้งอยู่ ณ ที่ **-** เลขที่ **๑๐/๑๒๘๗** หมู่ที่ **-** ซอย **นวมินทร์ ๙๓** ถนน **-**

แขวง / ตำบล **นวมินทร์** เขต / อำเภอ **บึงกุ่ม** จังหวัด **กรุงเทพมหานคร**

ชื่อโรงพิมพ์ที่พิมพ์ **บริษัท ๒๔๙ สื่อออนไลน์ จำกัด**

ตั้งอยู่ ณ ที่ **-** เลขที่ **๑๐/๑๒๘๗** หมู่ที่ **-** ซอย **นวมินทร์ ๙๓** ถนน **-**

แขวง / ตำบล **นวมินทร์** เขต / อำเภอ **บึงกุ่ม** จังหวัด **กรุงเทพมหานคร**

หนังสือพิมพ์ฉบับนี้

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เป็นผู้พิมพ์

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เป็นผู้โฆษณา

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เป็นบรรณาธิการ

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เป็นเจ้าของกิจการหนังสือพิมพ์

ออกให้ตั้งแต่ วันที่ **๗** เดือน **กุมภาพันธ์** พุทธศักราช **๒๕๖๒**

(ลงชื่อ)

นางสาวกนกกร ศักดาเดช

(นางสาวกนกกร ศักดาเดช)

ผู้อำนวยการสำนักหอสมุดแห่งชาติ

พนักงานเจ้าหน้าที่จดทะเบียนการพิมพ์สำหรับจังหวัด **กรุงเทพมหานคร**

