

ทำไมเวลาปวดหัวไมเกรน ควรกินยาตั้งแต่เริ่มปวด



หลายคนที่เป็นไมเกรนมักจะเข้าใจผิดว่าควรรอให้ปวดมากก่อนค่อยกินยา อดทนก่อนเพื่อจะหายเอง แต่จริงๆ แล้ว การกินยาไมเกรนตั้งแต่เริ่มมีอาการเป็นวิธีที่ดีที่สุดในการควบคุมอาการและลดความเสี่ยงที่จะลุกลามจนใช้ชีวิตลำบาก

สาเหตุและอาหารปวดหัวไมเกรน
ปวดหัวไมเกรนเป็นอาการปวดศีรษะชนิดหนึ่งที่มีสาเหตุจากการเปลี่ยนแปลงของสารสื่อประสาทและการขยายตัวของหลอดเลือดในสมอง ทำให้เกิดการอักเสบและส่งผลให้ปวดศีรษะอย่างรุนแรง มักปวดข้างเดียว คลื่นไส้ อาเจียน หรือ ไวต่อแสงและเสียง

ทำไมควรกินยาไมเกรนตั้งแต่เริ่มปวด

1. ยาได้ผลดีที่สุดในช่วงต้นของอาการ
ยาไมเกรน โดยเฉพาะกลุ่ม triptan หรือยาแก้ปวดอย่าง ibuprofen จะออกฤทธิ์ได้ดีที่สุดเมื่อใช้ในช่วงเริ่มต้นของการปวดหัวไมเกรน เพราะสามารถยับยั้งกระบวนการอักเสบและการขยายหลอดเลือดในสมองได้ทันเวลา

2. ลดความรุนแรงและระยะเวลาของอาการ

หากปล่อยให้อาการปวดดำเนินไปนานกว่า 1-2 ชั่วโมง อาการจะลุกลาม ปวดหนัก คลื่นไส้ อาเจียน และทำให้ประสิทธิภาพของยาลดลง

3. ลดความเสี่ยงจากการใช้ยาเกิน
การใช้ยาซ้ำๆ ทำให้ต้องใช้อาหารเพิ่มในภายหลัง ซึ่งเสี่ยงต่อภาวะ rebound headache หรือการปวดหัวจากการใช้ยาเกิน

4. ลดโอกาสต้องนอนพักหรือลางาน
หากควบคุมอาการปวดหัวไมเกรนได้ทัน การดำเนินชีวิตประจำวันจะไม่ถูกรบกวน และลดการขาดเรียนหรือลางานได้

กลุ่มยาที่ใช้รักษาไมเกรน
ในบทความนี้จะเน้นกลุ่ม ยาบรรเทาอาการไมเกรน (Abortive treatment) ซึ่งเป็นยาที่ใช้เมื่อเริ่มปวดหัวไมเกรน เช่น

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

หากคุณมีอาการไมเกรนบ่อยหรือรุนแรงมาก แพทย์อาจพิจารณาใช้ ยาป้องกันไมเกรน (Preventive treatment) เช่น ยาแก้อักเสบหรือยาความดัน เพื่อใช้เป็นประจำเพื่อลดความถี่ของอาการ

การกินยาไมเกรนตั้งแต่เริ่มปวดคือวิธีที่ได้ผลดีที่สุด ทั้งเพื่อควบคุมอาการ ลดความรุนแรง และป้องกันภาวะแทรกซ้อนในระยะยาว หากคุณเป็นไมเกรนบ่อย ควรปรึกษาแพทย์เพื่อวางแผนการดูแลอย่างเหมาะสม ไม่ควรรอให้ปวดมากแล้วค่อยกินยา เพราะอาจซ้ำเติมไม่สบายสำหรับกรบรรเทาอาการอย่างมีประสิทธิภาพ

ธรรมะ ไม่ได้เป็นของลึกลับของศักดิ์สิทธิ์
แต่เป็นของจริง
เป็นแนวทางที่ช่วยให้เราพ้นทุกข์
หลวงพ่อดชา สุภัทโท



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



แบบ พ.๒

หนังสือสำคัญแสดงการจดทะเบียน
ตามพระราชบัญญัติจดทะเบียน พุทธศักราช ๒๕๕๐

เลขทะเบียน **สส๖๖๒/ชธ๖๒**

หนังสือสำคัญนี้ออกให้ไว้เพื่อแสดงว่า สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

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

ถิ่นที่อยู่บ้านเลขที่ ๗๔๓/๓๗ หมู่ที่ - ซอย ซอย ซอยสิทธิ์ ๒ ถนน เลียบบ้างเหนือ

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 ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

ชื่อสำนักงานของผู้โฆษณา -

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย 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 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) นางสาวกมล คักดาเดช

(นางสาวกมล คักดาเดช)

ผู้อำนวยการสำนักหอสมุดแห่งชาติ

พนักงานเจ้าหน้าที่จดทะเบียนการพิมพ์สำหรับจังหวัด กรุงเทพมหานคร

