

Vienas iš dažniausių nusiskundimų ir vizitų pas gydytoją priežasčių yra galvos skausmas. Kauno „Kardiolitos klinikų“ gydytoja vaikų neurologė prof. Nerija Vaičienė-Magistris teigia, kad pagal naujausią Lietuvoje atliktą tyrimą net 74 proc. vaikų ir paauglių per paskutiniuosius metus yra patyrę galvos skausmą. Galvą gali skaudėti bet kokiame amžiuje, bet dažniau galvos skausmai kamuoja mokyklinio amžiaus vaikus. Kokiais atvejais reikėtų sunerinti vaikui pasiskundus galvos skausmu ir kaip jį numalšinti?



Vaikų galvos skausmą išduoda pakitęs elgesys

Mergaitėms ir moterims apskritai galvą skauda dažniau, tačiau šis skirtumas, pasak vaikų neurologės prof. Nerijos Vaičienės-Magistris, atsiranda nuo paauglystės. Tuo tarpu jaunesniame amžiuje tiek mergaitės, tiek berniukai vienodai dažnai patiria galvos skausmą: „Maži, dar nekalbantys vaikai galvos skausmą paprastai išreiškia pakitusiu elgesiu: jie gali daužyti galvą, griebtis už kaktos, verkti, arba, atvirkščiai – nurimti, nebežaisti, miegoti. Nuo to laiko, kai vaikas pradeda kalbėti, jis įvardina galvos skausmą, visgi, apie jo skausmą labiau „kalba“ vaiko elgesys ir bendra savijauta“.

Kas sukelia galvos skausmą?

Galvos skausmas yra signalas, kuris savo kilme gali būti labai įvairus. Gydytoja teigia, jog galvos skausmas gali būti pirminis (jo metu nebūna organinio nervų sistemos pažeidimo) ir antrinis, kuomet galvą skauda dėl kitos ligos ar būklės: „Vaikams dažniausiai pasireiškia pirminis galvos skausmas – [migrena](#), įtampos tipo arba nespecifinis, trumpalaikis galvos

skausmas. Žinoma, galvą gali skaudėti karščiuojant, patiriant infekciją, traumą ar dėl kitų priežasčių. Be to, skausmas būna ūminis (vienkartinis ar pasikartojantis) bei lėtinis. Ūminį ir stiprų galvos skausmą – atsirandantį, praeinantį ir vėl pasikartojantį – dažniausiai sukelia migrena.“

Neurologė pastebi, jog neretai vaikus kankina ir vadinamieji lėtiniai skausmai, kai galvos skausmą vaikas junta ilgai arba labai dažnai, beveik nuolatos. Šis skausmas nėra intensyvus, bet trikdo gyvenimą, verčia nerimauti. Jis dažniausiai neturi organinio pagrindo – to, ką gydytojas galėtų pamatyti ištyręs kliniškai ir papildomais instrumentiniais būdais.

Skausmo pobūdį turi įvertinti gydytojas

Prof. Nerija Vaičienė-Magistris pažymi, jog kiekvieną besikreipiantį vaiką ir paauglį gydytojas turi atidžiai apžiūrėti, surinkti detalią anamnezę, tiksliai išsiaiškinti visas aplinkybes, patarti tikslingai stebėti ir pakartotinai konsultuotis. Dažniausiai atidžios anamnezės ir klinikinės apžiūros pakanka galvos skausmo pobūdžio nustatymui bei rekomendacijų skyrimui. Daug rečiau gali prireikti papildomų tyrimų.

„Kokybiškai konsultacijai reikia specifinių žinių ir nuoseklumo. Nėra taip paprasta skubančiam šeimos gydytojui išsiaiškinti visas detales. Kai kada jis gali visai pagrįstai pasakyti, kad nieko baisaus nemato, bet dėl to nesumažės tėvų ir vaiko nerimas, nepraeis galvos skausmai. Išsamios anamnezės surinkimui, neurologinei apžiūrai, atsakymui į daugelį klausimų, tolimesnio stebėjimo plano sudarymui reikia specialios kompetencijos, tad raginu nenumoti ranka simptomams nepraėjus, net jeigu šeimos gydytojas nieko blogo nežvelgė“, – pataria neurologė.

Ir vaikai serga migrena

Dažniausia ūmių pasikartojančių galvos skausmų priežastis vaikams yra migrena. Ji yra paplitusi ne tik tarp suaugusiųjų, bet ir tarp vaikų bei paauglių: „Migrenos skausmo priepuoliai gali pasikartoti įvairiai. Priepuolio metu vaikai kenčia stiprų skausmą, juos vargina šviesi ir triukšminga aplinka, dažnai pykina ir vemiamo, jie negali tęsti įprastos veiklos, nori miego. Kuo jaunesni vaikai, tuo labiau būdingas pykinimas ir vėmimas, o kartais ir pasikartojantis stiprus pilvo skausmas.“

Tokie priepuoliai vaikams dažniausiai trunka vieną ar kelias valandas, bet retais atvejais gali užsitęsti iki dviejų dienų. Praėjus migrenos priepuoliui, dažniausiai pamiegojus, jie jaučiasi

sveiki, jokių požymių neišlieka. Kamuojamas galvos skausmo, vaikas dažniausiai nori ramiai gulėti, todėl geriau jo nekalbinti, leisti jam užmigti tyloje ir tamsoje.

„Būna, kad pakanka greitai užmigti ir skausmo nebejaučiama. Svarbu, kad vaikas nekenktėtų skausmo ir duoti jam nuskausminamų vaistų – paracetamolio ar ibuprofeno. Migrenos priežastis yra genetinė, tačiau priepuolio atsiradimą gali paskatinti daug veiksnių – nepakankamas skysčių kiekis, nereguliarus pavalgymas, stresas, nuovargis, menstruacijos ir kt. Svarbu pastebėti tam tikrus dėsningumus ir, jei įmanoma, tų veiksnių vengti. Bet kokiu atveju tikslinga pasikonsultuoti su gydytoju ir pačiam nenustatinėti diagnozės ar gydytis“, – įspėja prof. Nerija Vaičienė-Magistris.

Lėtinį galvos skausmą patiria apie 1-2% paauglių

Dalis vaikų, o ypač paauglių, galvos skausmu skundžiasi labai dažnai. Toks skausmas paprastai nėra labai stiprus, bet trukdo susikaupti, stiprėja pavargus, atliekant protines užduotis. Dažniausiai tai vadinamas įtampos tipo galvos skausmas, kurio kilmė yra nuolatinis stresas ir psichologinės problemos – nesugebėjimas susitvarkyti su įtempta dienos tvarka, užduočių gausa, atsakomybe ir kt.

Gydytoja pastebi, jog kai kada lėtinis galvos skausmas gali būti depresijos požymis, todėl svarbu konsultotis ir ieškoti pagalbos. Nuolatinis nuskausminamųjų griebimasis gali pradėti veikti priešingai: „Lėtinis galvos skausmas skatina dažną vaistų nuo skausmo vartojimą, todėl svarbu žinoti, kad dažnai vartojami vaistai patys sukelia galvos skausmą. Toks vaistų sukeltas skausmas yra auganti problema pasaulyje ne tik tarp suaugusiųjų, bet ir tarp nepilnamečių.“

Simptomai, kurių nevalia ignoruoti

Jei galvą skauda karščiuojant, kartu vemiami, vaiką neurologė ragina nedelsiant vežti į skubios pagalbos skyrių ar skubiai kreiptis pas specialistą, nes to priežastis gali būti infekcija ar kita rimta liga: „Reikėtų nedelsti ir kreiptis pas gydytoją, jei galvos skausmas yra labai stiprus, kitoks nei iki tol, jo visai nenumalšina vaistai, jei galvą stipriau skauda naktį ir gulimoje padėtyje, jei drauge atsiranda kitų požymių – sutrinka eisena, ištinka epilepsijos priepuoliai, pakinta elgesys ar atsiranda bet kokių nerimą keliančių simptomų.“

