

Головные боли, даже если у вас их нет

Пример из повседневного сестринского ухода: г-жа Аннелизе Дресс регулярно жалуется на вспышки в глазах, потерю зрения и онемение рук. Неудивительно, что эти симптомы вызывают у нее сильное беспокойство - у нее повышается кровяное давление и пульс, и медперсонал решает вызвать службу неотложной помощи, чтобы подстраховаться. В больнице к миссис Дресс всегда относятся как к неотложной помощи - ведь первое, о чем думают врачи при таких симптомах, это инсульт или тромб в голове. Но после нескольких пребываний в больнице наконец выяснилось: миссис Дресс страдает от мигрени с аурой. С тех пор как она поняла это, ее беспокойство при появлении симптомов значительно уменьшилось. Медперсонал также ознакомился с клинической картиной и теперь знает, как лучше поддержать миссис Дресс в такие моменты.



Возможно, вы сами знаете тех, кто страдает от мигрени. Типичные, обычно односторонние пульсирующие головные боли часто начинаются в подростковом возрасте и сопровождают многих людей на протяжении всей их жизни - вплоть до старости. Но в пожилом возрасте симптомы могут

Симптомы мигрени могут существенно меняться. Если в молодом возрасте основным симптомом является боль, то в пожилом возрасте чаще возникают так называемые ауры, такие как нарушения зрения, сенсорные или речевые расстройства, часто без последующей головной боли.





К сожалению, эту форму мигрени часто неправильно оценивают в пожилом возрасте или даже не признают.

2 основные формы мигрени:

Мигрень с аурой: неврологические признаки, такие как мерцание, онемение или проблемы с речью - часто сопровождаются головной болью (не обязательно).



Мигрень без ауры: начинается медленнее, обычно длится дольше, часто бывает более интенсивной - но без неврологических признаков.

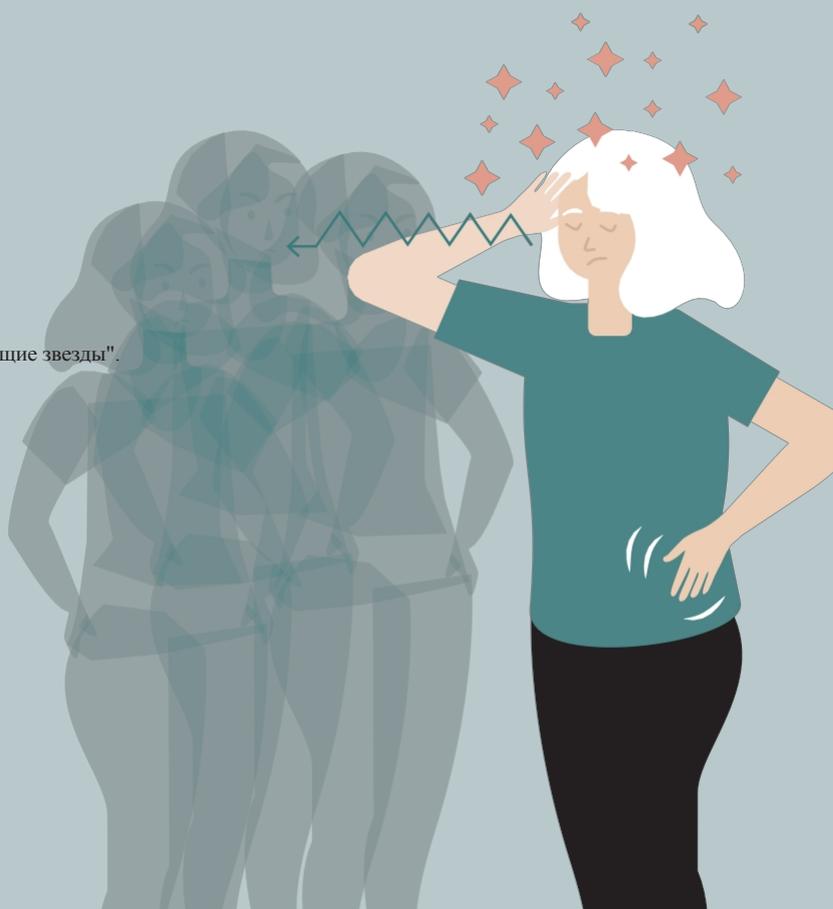


Что такое аура?

Аура - это временное неврологическое расстройство, которое обычно длится от 5 до 60 минут. Если несколько симптомов возникают последовательно, продолжительность может быть больше. Во многих случаях после этого начинается головная боль, но иногда остается только аура.

Типичные симптомы ауры

- Нарушения зрения
- Дефекты поля зрения (скотомы)
- Вспышки света, зигзагообразные линии, "падающие звезды".
- Ослепительные формы или мерцание (Эти также происходит с закрытыми глазами).
- Сенсорные нарушения
- Покалывание или онемение в руках, Руки или лицо
- Нарушения речи
- Трудности с речью или Найдите нужные слова



Другие возможные симптомы

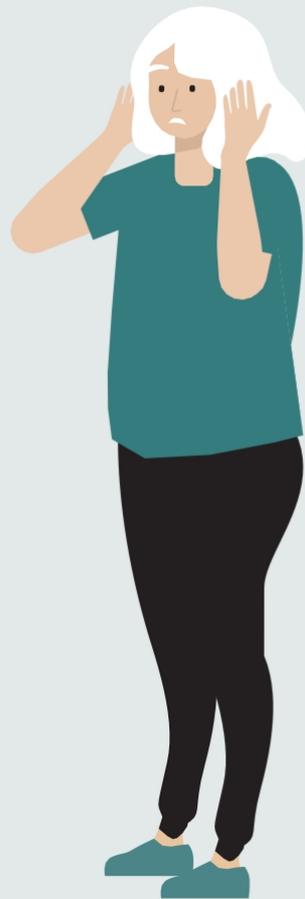
Вращательное головокружение,
звон в ушах, двоение в глазах



Временные симптомы паралича
(обычно одностороннего)



Изменения сознания или
сильная спутанность
сознания



Важно: Эти симптомы часто развиваются медленно, в течение 5-10 минут, и обычно длятся 15-60 минут. Они не приводят к необратимым повреждениям.

Если сомневаетесь, всегда думайте о неотложной помощи! Именно потому, что симптомы мигрени с аурой могут напоминать инсульт, вы должны всегда сохранять бдительность. Если симптомы проявляются внезапно или необычайно сильны, **немедленно** обратитесь за медицинской помощью. Только убедившись, что это не инсульт, вы можете предположить, что это мигрень с аурой.





Как справиться с подтвержденной мигренью

Уметь поддерживать ауру

Если диагноз "мигрень с аурой" подтвержден врачом, вы можете успокоить и облегчить состояние вашего подопечного во время приступа - просто благодаря своему спокойному, располагающему поведению.

Ваши самые важные меры во время ауры:

- Сохраняйте спокойствие и говорите ободряюще.
- Объясните, что симптомы в обычно вскоре проходит.
- Избегайте сильных раздражителей (свет, шум, суета).



Когда головные боли следуют за аурой

Своевременно принимайте лекарства, назначенные врачом (например, обезболивающие, средства против тошноты). **Внимание:** триптаны следует принимать только после того, как аура пройдет.



Предложите тихую, затемненную комнату.



Также могут помочь охлаждающие компрессы или легкий массаж шеи.



Если ваш подопечный может терпеть запах, масло перечной мяты на висках или шее может оказать успокаивающее действие.



Чашка кофе с лимоном или банан (из-за содержания магния) также могут оказать успокаивающее действие.



Заключение: Мигрень в пожилом возрасте требует пристального внимания

Именно потому, что мигрень может меняться с возрастом, важно, чтобы вы, как человек, осуществляющий уход, бы ли информированы о различных проявлениях. Часто это помогает внимательно слушать, наблюдать за симптомами - и относиться к ухаживающему клиенту со спокойствием и пониманием. Ведь даже если головная боль иногда отсутствует, стресс все равно существует. И ваша сочувственная поддержка может помочь заметно облегчить ситуацию.