



جامعة
المنارة
MANARA UNIVERSITY

ألم الرأس (الصداع)

يعتبر الصداع عرضاً لكثير من الأمراض و ليس مرضاً، على سبيل المثال الصداع هو أحد أعراض إنتان الجهاز التنفسي العلوي.

يصنف الصداع حسب الجمعية العالمية للصداع (IHS) International Headache Society إلى:

1. اضطرابات الصداع الأولية **Primary headache disorders** ويكون الصداع فيها هو العرض الرئيس . تشمل هذه الاضطرابات: الصداع التوترى **Tension-type headache** ، و الشقيقة **Migraine** ، و الصداع العنقودي **Cluster headache**.

2. اضطرابات الصداع الثانوية: **Secondary headache disorders** ويكون الصداع فيها عرضاً لمرض خفي و يحتاج عادةً للتحويل. تشمل هذه الاضطرابات: الصداع المرافق لورم أو نزف دموي ، الصداع المرافق لاضطرابات وعائية وغير وعائية....

الآلية المرضية:

• الصداع التوترى

يفسر بتقلص العضلات حول القحف

• الشقيقة

- إحدى الفرضيات المقترحة هي توسع الأوعية الدموية الدماغية (القحفية)

- الفرضية الكيميائية العصبية بسبب استجابة بعض المرضى الذين يعانون من الشقيقة لمقلدات

السيروتونين 5-HT agonist

- العامل الوراثى

• الصداع العنقودي

عدة نظريات: مشاكل في منطقة ما تحت المهاد - تمدد أو تضيق الأوعية الدموية -

إفراز الهستامين - تحفيز العصب ثلاثى التوائم

• على الرغم من الفرضيات المقترحة، لا يوجد حتى يومنا هذا تفسير محدد

ومقنع للصداع بأنواعه المختلفة .

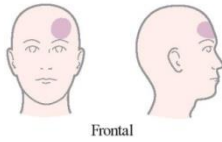
مكان الألم:

المنطقة الجبهية **Frontal**: الصداع التوترى والشقيقة

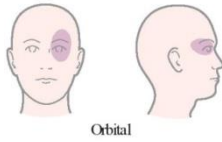
المنطقة الحجاجية: **Orbital** الصداع العنقودي، الغلوكوما، التهاب الجيوب

المنطقة القذالية (القفوية) **Occipital**: النزف تحت العنكبوتى، الصداع التوترى

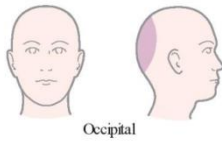
المنطقة الصدغية: **Temporal** الشقيقة و التهاب الشريان الصدغى



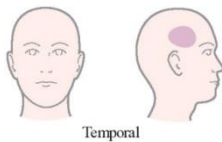
Frontal



Orbital



Occipital



Temporal



جامعة
المنارة
MANARA UNIVERSITY

الصداع التوترى Tension-type headache



ي تعتبر الصداع التوترى أكثر أنواع الصداع انتشارا ويترافق مع دوار بسيط وتشوش رؤية و طنين ويترافق مع ألم عند جس عضلات النقرة والصدغ و الماضغتين.

يصيب هذا الصداع كلاً من الرجال و النساء، لكن يصيب غالباً الأشخاص الذين يتطلب عملهم تقلص عضلات النقرة

والجبهة والصدغين.

يكون الألم في الصداع التوترى خفيف أو متوسط الشدة و يصفه المريض بأنه ألم قابض عاصر كالعصاة التي تضغط على رأسه، غير نابض، ثنائى الجانب قفوى أو جبهي و يتفاقم مع الضغط النفسى

الحالات التي يجب استبعادها:

إجهاد العين Eye strain من الأسباب المحتملة و الشائعة للصداع كما هو موضح في الجدول المجاور، و يتظاهر على شكل ألم جبهي عادة يصيب الاشخاص الذين يتطلب عملهم العمل لساعات طويلة أمام شاشات الحواسيب مثلاً.

التهاب الجيوب Sinusitis

يمكن لصيدلي المجتمع صرف مزيلات الاحتقان مع مسكنات الألم، و في حالة عدم استجابة المريض يجب على صيدلي المجتمع تحويل هذا المريض للطبيب من أجل صرف الصادات الحيوية المناسبة.

التهاب الجيوب الحاد يمكن تمييزه باثنين على الأقل من الأعراض التالية :



• انسداد أو احتقان الأنف

• السيلان الأنفي

• الألم الوجهي

• ضعف حاسة الشم أو فقدانها

الألم في المراحل المبكرة يكون خفيفاً نسبياً، وعادة من جانب واحد، ولكن قد يصبح ثنائى الجانب وأكثر شدة كلما طالت الحالة. يؤدي انحناء الرأس إلى الأمام غالباً إلى تفاقم الألم و تحريك العين من جانب إلى آخر والسعال أو العطاس يزيدان أيضاً الألم.

MANARA UNIVERSITY

الشقيقة (Migraine الصداع النصفي):

ألم رأس متوسط إلى شديد، وحيد الجانب Unilateral ، نابض Throbbing و يترافق مع غثيان وإقياء ورهاب الضوء. يبدأ في الطفولة و يصيب النساء أكثر من الرجال و ينتشر بشكل عائلي. تدوم نوبة الشقيقة – 72 ساعة (وسطيًا 24 ساعة).

تصنف الشقيقة حسب IHS إلى:

1. مع أورا (نسمة with aura) يسبق النوبة أعراض حسية (الخدر والتنميل)، عصبية (مشاكل في اللغة والكلام)، بصرية (ضوئية) تتطور الأورا خلال 20 – 5 دقيقة و نادرًا ما تتجاوز الساعة.

2. دون أورا without aura

المحرضات (Triggers المثيرات) التي تزيد حدوث نوبة الشقيقة:

- العطل والدورة الشهرية
- بعض الأطعمة كالشوكولا، و المكسرات، و الأجبان، و الحمضيات، بعض المشروبات كالكحول وخاصة النبيذ الأحمر
- الكافيين بكميات كبيرة أو السحب المفاجئ
- بعض الأدوية (الأدوية الخافضة للضغط، النتروغليسرين، مانعات الحمل)
- ضوء الشمس الساطع
- Stress
- الإفراط في النوم
- تخطي الوجبات الغذائية

يزيد كل من النشاط الفيزيائي و الحركة شدة الألم و يتميز ألم الشقيقة بأنه يوقظ المريض من النوم و يستجيب لقلويدات الإرغوت كالإرغوتامين Ergotamine و مركبات التريبتان كالسوماتريبتان Sumatriptan

الصداع العنقودي: Cluster Headache

- يصيب الرجال أكثر من النساء و يبدأ بعد سن الثلاثين.
- صداع وحيد الجانب، شديد جداً
- يبدأ بالألم حاد مثل طعنة الخنجر في الأنف أو خلف العين و ينتشر ليشمل الجبهة و خلال الهجمة قد يحدث سيلان أنفي أو تدمع العين في جهة الألم.
- يزول الصداع فجأة، ولا يشعر المصابون بهذا النوع من الصداع بعد النوبة بالتعب أو الإنهاك كما في الشقيقة التي تعتبر منهكة.

- يتميز بهجمات قصيرة حادة و تتكرر كل يوم بنفس الوقت و تدوم عدة أسابيع – بضع أشهر بمعدل 3 هجمات باليوم و تستمر كل هجمة 10 دقائق – 3 ساعات. تغيب بعدها شهورا أو سنوات (فترة الهدأة)
- يمكن للكحول أن يحرض الصداع أثناء الطور الحاد، وعند الاستلقاء يزداد الصداع سوءاً.

الأسئلة التي يجب على صيدلي المجتمع أن يطرحها على المريض:

1. متى بدأ الصداع؟

الصداع الذي يبدأ في مراحل الطفولة المبكرة والشباب هو صداع أولي، في حين أن الصداع لدى المرضى الأكبر من 50 سنة هو صداع ثانوي. يدل الصداع المترافق مع حمى على خمج أما الصداع الذي يحدث بعد التعرض لرض : قد يدل على إمراضية داخل قحفية.

2. التكرار و الوقت؟

الصداع المتزامن مع الدورة الشهرية أو في أوقات معينة كالعطل و نهايات الاسبوع : شقيقة الصداع الذي يتكرر بنفس الوقت من اليوم : صداع عنقودي الصداع الذي يتكرر في أغلب الأيام و بنفس الشكل : صداع توتري

3. مكان الألم؟

الألم وحيد الجانب في المناطق الجبهية والعينية و يمكن أن يصل للمناطق الصدغية هو صداع عنقودي. الألم وحيد الجانب في أغلب الأحيان (70%) و يمكن أن تتغير جهته من نوبة لأخرى : شقيقة الألم ثنائي الجانب في المناطق الجبهية و القفوية و يوصف كالعصابة الضاغطة : صداع توتري يشير الألم شديد التوضع إلى وجود سبب عضوي

4. شدة الألم؟

ألم خفيف إلى متوسط، كليل على شكل عصابة : صداع توتري ألم شديد جداً ثاقب و طاعن مثل طعنة الخنجر : صداع عنقودي نابض متوسط إلى شديد و يبدأ بشكل ألم كليل : شقيقة

5. هل هناك محرضات (مثيرات) للصداع؟

الصداع الذي يزداد سوءاً عند الجهد أو السعال أو الانحناء : ورم الصداع الذي يثار مع طعام معين أو مع الدورة الشهرية : شقيقة الاستلقاء يجعل الصداع العنقودي أسوأ.

6. مدة الهجمة؟

مدة نوبة الشقيقة تدوم من بضع ساعات إلى 3 أيام،
الصداع التوتري فيستمر من بضع ساعات إلى عدة أيام (أسبوع أو أكثر)
الصداع العنقودي 3 – 2: ساعات عادةً.

7. هل هناك أعراض مر افقة؟

يدل الصداع المترافق مع حمى على خمج
يدل الصداع المترافق مع غثيان على شقيقة أو أمراض أكثر خطورة كالنزف تحت العنكبوتي
يدل الصداع المترافق مع إيلام الفروة (الألم عند لمس فروة الرأس) على التهاب الشريان الصدغي.

الحالات الواجب على صيدلي المجتمع تحويلها للطبيب:

1. الصداع لدى الأطفال الأصغر من 12 سنة
2. غثيان و / أو إقياء مع غياب أعراض الشقيقة
3. الصداع بعد التعرض لرض أو أذية قحفية 3 – 1 (شهور)
4. صداع حديث أو شديد لدى المرضى الأكبر من 50 سنة
5. الصداع الذي يسوء و يتطور مع الزمن
6. الصداع الذي يبدأ بشكل حاد و شديد جدًا و مفاجئ
7. الصداع غير مستجيب للمسكنات
8. الصداع الذي يدوم أكثر من أسبوعين

أدوية ال OTC:

- تعتبر المسكنات البسيطة مثل الباراسيتامول Paracetamol (المعروف أيضًا باسم Acetaminophen) و الأسبرين Aspirin (المعروف أيضًا باسم Acetyl salicylic acid أستيل حمض الصفصاف) والإيبوبروفن Ibuprofen الخط الأول لتسكين الألم المتوسط الشديد في نوبات الشقيقة و- الصداع التوتري.
- مشاركة المسكنات مع الكودئين Codeine: في حالة عدم الاستجابة على المسكنات البسيطة لوحدها، علمًا أن صرف الكودئين يتطلب وصفة طبية و لا يعتبر من أدوية ال OTC في سوريا، في حين يصرف في بعض الدول ك OTC و لكن فقط لمدة ثلاثة أيام نظرًا لكونه من الأدوية التي يساء استعمالها و يسبب الاعتماد الباراسيتامول مع الكافيين OTC: لتسكين الألم في حالات الصداع التوتري و الشقيقة، و حالات أخرى عديدة.

يجب على الصيدلي أن يسأل المريض عن وجود أي مرض أو حساسية وكذلك الحمل والإرضاع، حيث يمكن وصف الباراسيتامول بأمان للحامل والمرضع، بينما لا يمكن ذلك في حالة المشاركة بين الباراسيتامول والكافيين.

يجب تخفيض جرعة الباراسيتامول في حالات الإدمان على الكحول، والقصور الكبدي (الجرعة القصوى من الباراسيتامول 4000 ملغ في اليوم، كما يجب عدم الإفراط في تناول المشروبات الحاوية على الكافيين في حالة صرف مضغوظات (الباراسيتامول مع الكافيين) المتوفرة في السوق السورية يتوفر الباراسيتامول أيضًا بالمشاركة مع Isometheptene وهو مقلد ودي قابض للأوعية

• Prochlorperazine

مضاد إقياء قوي من الفينوتيازينات التي تحصر مستقبلات الدوبامين في منطقة CTZ (Chemoreceptor trigger zone) للأشخاص الذين يعانون من الغثيان والإقياء المرافق للصداع على شكل مضغوظات لا يجب أن تبتلع وإنما توضع داخل الفم على اللثة تحت الشفة العليا فوق الأسنان الأمامية حتى تذوب بشكل كامل.

تقسم أدوية الشقيقة بشكل عام إلى:

1. الأدوية المجهضة للنوبة: تعكس هذه الأدوية الطور الثاني للشقيقة وتستخدم في علاج نوبات الشقيقة الحادة وتشمل مركبات التريبتان (سوماتريبتان Sumatriptan، ناراتريبتان Naratriptan، ألموتريبتان Almotriptan، زولميتريبتان Zolmitriptan، ريزاتريبتان Rizatriptan وقلويدات الإرغوت (فطر مهماز الشيلم (Ergot Alkaloids) الإرغوتامين، ديهيدروإرغوتامين. DHE

السوماتريبتان ومركبات التريبتان مشابهة Analogue لبنية السيروتونين 5H-T وآلية تأثيرها في إنهاء (إجهاض) نوبة الشقيقة مشابهة لآلية تأثير الإرغوتامين وثنائي هيدروإرغوتامين DHE، حيث تؤثر بآلية مباشرة عبر تفعيل المستقبلات 5-HT1D و 5-HT1B وبالتالي تسبب تقبضا وعائيا، وتمنع حدوث التوسع الوعائي وتسبب تثبيط النهايات الألمية.

تعطى جرعة بأسرع وقت ممكن في أول الهجمة وفي حال عدم الاستجابة تكرر بعد ساعتين ولا تستخدم جرعة أخرى بنفس الهجمة في حالة عدم الاستجابة.

من الجدير بالذكر أن مركبات التريبتان لا تعطى في حالة الإصابة بارتفاع الضغط الشرياني، القصور الكبدي، إصابة سابقة باحتشاء العضلة القلبية أو هجمة إقفارية عابرة، أمراض القلب الإقفارية، الأمراض الوعائية المحيطية، الحوادث الوعائية الدماغية، اللانظميات القلبية، والقصور الكلوي. يتوفر الإرغوتامين في الأسواق السورية بالمشاركة مع أدوية أخرى كالكافيين على شكل مضغوظات وتحميل.

2. أدوية الوقاية من الشقيقة

- مضادات الالتهاب اللاستيرويدية NSAIDs
يمكن لمضادات الالتهاب اللاستيرويدية كالنابروكسين أن تستخدم في الوقاية من الشقيقة (في سوريا رخص كل الديكلوفيناك و الإيبوبروفن و كما ذكرنا سابقًا يستجيب الصداع النصفي للأسبرين).
الآلية: حصر تشكل الترومبوكسان و تكدس الصفائح الدموية و بالتالي تقلل تحرر السيروتونين.
قد تستعمل بشكل مستمر أو متقطع . مثلًا استعمال NSAIDs قبل أسبوع من الدورة الشهرية يقي من النوبة و يمكن الاستمرار بتناولها أثناء الحيض للوقاية من الشقيقة المترافقة مع الدورة الشهرية.
يتوجب على صيدلي المجتمع تجنب صرف الأسبرين للأطفال بعمر أقل من 16 سنة و كذلك للمسنين، لمرضى الربو، للحامل والمرضع، و كذلك لمرضى عوز G6PD كما ذكرنا سابقًا.
أدوية وقائية ليست OTC:

- حاصرات بيتا β blockers
منها البروبرانول، التيمولول - النادولول
- حاصرات قنوات الكالسيوم Calcium channel blockers
يستعمل الفيراباميل Verapamil للوقاية من نوبات الشقيقة مع الأورا

- مضادات الاختلاج
- مضادات الاكتئاب