

Scris de newsreporter pe 12 august 2020, 11:03

Durerile de cap la copii: Care sunt posibilele cauze si cand trebuie sa mergi la doctor

Ca si in cazul adultilor, copiii si adolescentii sufera destul de des de dureri de cap, inclusiv de migrene. Conform specialistilor, cauzele durerilor de cap la cei mici sunt similare cu cele ale adultilor, dar simptomele pot fi diferite, scrie Exquis.ro.



durere-de-cap-copil.jpg

in unele cazuri, durerile de cap la copii sunt cauzate de o infectie, de un nivel ridicat de stres sau de anxietate, poate chiar de o mica trauma. De aceea, este important sa observi simptomele pe care le prezinta copilul cand il doare capul, iar in cazul in care se inrautatesc, trebuie sa consulti un doctor pediatru.

Migrenele, printre cele mai frecvente

in general, durerile de cap ale copii si adolescenti dureaza mai putin decat la adulti si apar la fel de brusc precum dispar. Acestea pot trece de la sine sau cu ajutorul unor analgezice usoare recomandate de farmacist. Sunt si dureri, insa, care provoaca reactii mai severe. Printre acestea se numara migrenele, una dintre cele mai frecvente dureri de cap, care ii afecteaza pana si pe bebelusi.

Migrenele pot cauza senzatia de pulsatie a templelor, oboseala, ameteala, varsaturi, dureri abdominale si sensibilitate la lumina sau la zgomote. Unii cercetatori sustin ca migrenele sunt ereditare. Cand apar, pot fi tratate cu medicamente precum ibuprofen, dar mult mai sanatoasa este prevenirea migrenelor printr-un somn odihnitor si suficient noaptea si respectarea orelor de

masa.

Transpiratia din timpul sportului

Cand face sport, drumetii pe munte sau orice alta activitate fizica intensa, copiii transpira si se deshidrateaza. Numai ca, adeseori, ei uita sa bea apa, iar lipsa hidratarii afecteaza nivelul de zahar din sange, ceea ce poate duce la dureri de cap. Alteori, se racoresc cu sucuri carbogazoase sau bauturi energizante care contin prea multa cafeina, un alt declansator al durerilor de cap. Si nitratii din anumite produse alimentare precum carnea procesata – salam, hot-dog sau sunca – pot cauza dureri de cap.

Stresul si emotiile negative

Un alt tip de durere de cap frecvent la copii este cel de tensiune, cauzat, de obicei, de stres sau alte emotii negative. Simptomele includ o senzatie de presiune asupra muschilor capului si gatului, dureri la nivelul templelor si disconfort inrautatit de miscarea fizica.

De cele mai multe ori, durerile de tensiune apar in momente stresante, precum hartuirea (bullying), sau in cele de anxietate, cand parintii divoteaza sau au certuri violente, de exemplu. Sunt dureri care pot dura de la o jumatate de ora la cateva zile si exprima, de fapt, nefericirea sau teama copilului, potrivit clicksanatate.ro.

Un jurnal pentru medic

Indiferent de motivele durerilor de cap sau de simptomele lor, daca acestea devin cronice, medicii recomanda inregistrarea lor intr-un jurnal. Trebuie notata data cand s-a manifestat durerea, cat a durat si cum s-a manifestat. In felul acesta, medicul poate stabili cu mai mare acuratete cauzele durerilor.

in acelasi timp, noteaza in jurnal si detalii ajutatoare. De exemplu, daca cel mic a avut un examen mai greu in ziua respectiva, daca nu a mancat la pranz sau a avut o competitie sportiva. Daca observi ca este o anumita cauza care declanseaza durerea de cap, aceasta poate fi remediata fara sa fie necesara vizita la medic.

Cand e necesar consultul medical

Daca durerea de cap devine cronica sau daca nu trece cu un analgezic, este necesara o vizita la doctor. Specialistii spun ca anumite simptome sunt ingrijoratoare: febra, gat rigid, iritatii ale pielii, convulsii, probleme de mers sau de vorbit, durere care apare imediat la trezirea din somn si durerea din spatele capului. Toate acestea pot fi cauza unor afectiuni mult mai grave, precum cancerul. Din fericire, acestea sunt dureri care apar foarte rar.

Dr. Liliana Popazu medic primar medicina de familie

Durerea de cap provine dintr-un amestec de semnale intre creier, vasele de sange si nervii din apropiere. La copilul mare si adolescent, cauzele cele mai frecvente sunt: infectiile (virozele, gripa), inflamatiile sinusurilor, meningitele, encefalitele, inflamatiile ale gatului sau ale urechii, afectiuni stomatologice. De asemenea, tulburarile de vedere pot fi cauze de dureri de cap frecvent intalnite la copilul mare si adolescent.

Si viciile de refractie si glaucomul pot da dureri de cap.

Stresul emotional sau fizic, amanarea meselor, modificarea tiparelor de somn, consumul de medicamente fara recomandarea unui medic, traumatismele pot fi alte cauze.

La adolescent si copilul mare cefaleea sau durerea de cap poate fi cauzata frecvent si de posturile vicioase ce determina incordarea gatului si a spatelui. Durerile de cap pot sa mai apara si in boli grave precum in tumorile cerebrale, leucemii, AVC (mai rare la copil), rupturi de aneurisme cerebrale, precum si genetic. Cand ambii parinti au un istoric de dureri de cap exista risc in 70% din cazuri sa le aiba si copilul lor, iar cand un singur parinte are un istoric de migrene sansele se reduc la 20%-25%. Prin urmare, cauzele sunt multiple, copilul necesita a fi examinat de mai multi specialisti (neurolog, oftalmolog, orelist, psihiatru, psiholog etc.).

Exquis.ro

ADRESA: <http://crct.ro/nwvE>