Céphalée de tension

صداع التوتر

يمكن أن تساعدك المعلومات التالية على فهم وإدارة صداع التوتر لديك بشكل أفضل.

- صداع التوتر هو السبب الأكثر شيوعًا للصداع بين عامة السكان.
- يمكن أن تكون هذه الصداع مزعجة للغاية ولكنها ليست خطيرة.
- يسمى هذا الصداع **الأساسي** ، أي أنه لا يمثل أعراض مرض آخر. سببها الدقيق غير معروف حتى الآن.
- العلاج بالمسكنات (الباراسيتامول ، مضادات الالتهاب ، إلخ) فعال في علاج الألم. من ناحية أخرى ، **فإن تناول المسكنات بشكل متكرر يمكن أن يكون له تأثير معاكس ويحافظ على الألم.**

- إذا كنت تتناول مسكنات الألم أكثر من 8 أيام في الشهر لتخفيف الصداع ، تحدث إلى طبيبك ، فقد يكون من الضروري إجراء تغيير في العلاج.