

慢性每日性頭痛

您如何面對頭痛？您是否如電視上所”教”的，把它交給XX靈，或是到附近的藥房買幾顆所謂藥性溫和的XX疼，或是以為怎麼又感冒了，趕快去包個藥、打個針、或是買幾罐感冒藥水喝一喝？如果您就是這樣子在處理您的頭痛，當心後患無窮。什麼後患呢？“沒死嘛，也半條命”，這句話形容得最貼切。

絕大多數人曾頭痛過，但是在每天忙碌的日子裡，那有時間去看病呢！最簡單的方法，當然就是如同上述的處理，先讓頭不痛再說。基本上，頭痛可以是體內潛在性疾病的一種表徵，所謂器質性頭痛。這時它是一種危險的頭痛，若放任不處理，只是把頭痛止下來，當然有致命的危險；另外，頭痛也可以是死不了的原發性頭痛，它跟個人的體質有關，在特定的情況下，它就會出來作怪，擾亂您的日常生活與工作能力。如果它是偶而出來，您當然可以用任何方法(包括止痛劑)，輕易的把它打發掉。如果它特別的喜歡您，三兩天就向您報到，那麼您休想用同樣的方法來應付它。剛開始時，您或許可以擺平它，久而久之，它就會死命活命的纏著您。如影隨形，如膠似漆，每天跟您黏在一起。而您的口袋，可能會裝滿了各式各樣的止痛劑，出國時，或許要幾箱感冒藥水跟您繞著地球跑呢！

張先生在三十多歲時，已是一家大公司的老板。他在高中時就已經注意到自己奇怪的頭痛，每當眼前出現一陣子金光閃閃，他就知道等一下要開始頭痛了。有幾次甚至右手心感覺到一陣陣莫名的涼意，之後竟也發生同樣的頭痛。當時只要去睡個覺就都好了。頂多有時後晚一點去睡，只要吐過之後，也是一樣可以改善。在他事業漸漸到達高峰時，頭痛也愈來愈厲害，常常要吃過止痛劑後才能接待顧客。不過止痛劑愈吃愈沒效果。後來在一個偶然的機會下，經由藥房老板的介紹，開始服用一種偏頭痛的藥品”咖啡果”。之後頭痛就大大的改善，而他也跟這個老板成為好朋友。可是好景不常，他後來發現咖啡果也逐漸沒效了。兩三年後，他每天都要吃五六顆咖啡果才能過日子，可是頭還是每天痛。直到有一天晚飯後，突然胸悶、冒冷汗、失去了意識。家人把他送到急診室，發現是急性心肌梗塞，並且證實和咖啡果有很大的關係。經過搶救之後，雖然救回了一條命，這個頭痛要卻已大大的”傷了他的心”。

慢性每日性頭痛是目前頭痛領域常見的一個診斷名稱，上述案例就是一個典型的例子。病人在初期通常只是偶發的原發性頭痛(如偏頭痛、緊縮型頭痛....)，漸漸的變成每天發作的頭痛。病人常常每天吃止痛劑，或是每天打針，可是頭還是每天痛，而

且愈來愈厲害。患者來到門診時，通常已有好幾年的病史，而且顯得很沮喪。有些病人甚至有了不如死去的念頭。除了止痛劑外，上述案件中的偏頭痛製劑咖啡果(一種血管收縮劑)，也是一個很常見的原因。在台灣的特殊文化背景中，濫服感冒藥水卻是另外一個常見的致病因。其實市售的感冒藥裡，都含有各種的止痛劑。剛開始時，把偶發的頭痛當成感冒，喝下所謂的感冒藥水，當然可以暫時止痛。可是，久而久之愈來愈沒效，而感冒藥的劑量也愈加愈重，惡性循環之後，成癮的後果可想而知。不但形成了慢性每日性頭痛，患者還有腸胃道潰瘍或腎衰竭的併發症哩！

處理慢性每日性頭痛，說簡單其實很簡單，但是做起來卻有點難。怎麼說呢？要去除慢性每日性頭痛的原則，就是戒掉濫用的藥物，尤其是經常使用的止痛劑，然後再找出其潛在的原發性頭痛，再施以根本的預防性治療。只要有耐心的花上幾個月和醫師好好配合，您可以發現經年累月的受苦，其實早就可以避免的，生活還是那樣的美好。