

## 月經偏頭痛

根據研究發現患有偏頭痛的女性多於男性，隨著年齡增加，女性的一生中頭痛也會有所變化及影響。小時候有偏頭痛的男生略多於女生。但進入青春期後，便開始有所轉變。過了青春期，女性偏頭痛的情形增加，而進入中年後，有偏頭痛的女性和男性比例約為 3 : 1。

有的偏頭痛女性患者的偏頭痛是在第一次月經時開始發作，主要是因為荷爾蒙分泌的關係而導致，與女性素下降有關。

純月經偏頭痛：純月經偏頭痛的症狀是只發生於月經開始前 2 天或之後的 1 或 3 天，並且於三個月經週期中，至少有兩個週期會發作。此類偏頭痛女性患者較少。

與月經相關無預兆偏頭痛：大部份的女性偏頭痛患者於月經期間且平常時候都有頭痛，但是在月經期發作較為頻繁。

許多女人在懷孕中後期，偏頭痛會有一段緩和時期，部份原因和懷孕初期的女性素波動有關。中後期女性素較高並相對地穩定，而女性素的穩定，使得懷孕中後期頭痛情形較為緩和。

## 月經偏頭痛治療的三種策略

### 1. 急性治療

對於只在經期出現單次發作的純月經偏頭痛患者，急性治療是很好的選擇，其目標應該是在一到二小時之內舒解疼痛，控制噁心和嘔吐，並且去除病患無法行動自如的症狀，使她們可以恢復完整的功能運作，因為月經偏頭痛的發作時間通常持續比較久，急性治療也要能預防偏頭痛復發，減少再次接受治療的需求。

### 2. 迷你預防法或短期預防

當尚未找到有效的急性治療法，依然飽受疼痛或只能部分緩解時，或者發現在治療後幾小時疼痛的症狀又再度發作，可能需要使用短期預防，女性通常在月經期前一天開始服藥，或者預測偏頭痛即將發作前服藥，持續服用數天藥物，有些女性會服用長達一周的藥物，使用這個策略必須對經期的掌握正確較適合使用。

### 3. 規律的預防性治療

患有與月經相關偏頭痛而且經常在非月經期發作的女性可以使用規律的預防性治療，若再配合經期前後的短期預防，對很多此種型態的女性病患可能會有相當大的幫助。