

## LECZENIE MIGRENY

Praktycznie u każdej osoby dolegliwości związane z występowaniem migreny są różne - u jednych słabsze, a u innych mocniejsze. U niektórych migrena trwa nawet niecałą godzinę, podczas gdy inni mają wyjęte z życia co najmniej kilka do kilkunastu godzin, a nawet kilka dni. Nie pomogą wtedy zwykłe przeciwbólowe tabletki, a zimne okłady na czoło jeśli nawet pomagają to w niewielkim stopniu.

Jak wspomniałam już wcześniej, każdy przeżywa migrenę w inny sposób i są jej różne odmiany:

**migrena klasyczna** - jest to tzw. migrena z aurą, czyli "mroczkami", które powodują widzenie podobne do tego po spojrzeniu w źródło światła;

**migrena pospolita** - przy tej odmianie migreny aura nie występuje, jednak dolegliwości przy niej mogą być silniejsze i dłuższe niż w przypadku migreny klasycznej;

**migrena menstruacyjna** - to kolejna odmiana migreny bez aury, która pojawia się najczęściej na kilka dni przed miesiączką.

Jednym ze sposobów na ataki migreny są **tryptany** (są one dostępne na receptę), które hamują zapalenie i których stosowanie jest możliwe w dowolnym momencie ataku. Zalecane jest także stosowanie ziółowych **preparatów uspokajających**, np. ekstraktu z krwawnika pospolitego. Przyjmowanie magnezu w dawce 600mg na dobę oraz witaminy B2 powinno wpłynąć na wzrost sprawności przemiany energetycznej. Jeśli na pojawianie się migreny mają wpływ czynniki psychologiczne, należy zmienić styl życia (uregulować tryb życia) i unikać sytuacji wywołujących stres.

Niestety migrena jest chorobą, której **nie da się całkowicie wyleczyć**. Możliwe jest jedynie zmniejszenie liczby napadów i przede wszystkim złagodzenie towarzyszących jej dolegliwości. Osoby odwiedzające moją stronę podzieliły się już swoimi spostrzeżeniami na temat łagodzenia skutków tej dolegliwości na zaprzyjaźnionym forum w temacie "*Leczenie migreny - nie tylko domowe sposoby*". Dodatkowe informacje na ten temat znajdują się w zakładce *badania lekarskie*.

Materiały pobrane ze strony: <http://www.migreny.info/>