

Ресурсы информации о головной боли

- Группы поддержки людей, страдающих от головных болей
- Статистические данные о головных болях
- Головные боли и программа «Социальное страхование на случай потери трудоспособности»

Группы поддержки людей, страдающих от головных болей

Несмотря на то, что от изнуряющих эпизодических или хронических головных болей страдают миллионы людей, многие остаются наедине со своим недугом. В Интернете, а также в больших городах можно найти сотни групп поддержки людей, страдающих от головных болей, где можно узнать, как другие люди решают эту проблему. Люди страдают от разных головных болей, и человек, страдающий от хронической головной боли напряжения, не понимает того, кого мучают мигрени. Поэтому сначала нужно определить тип головной боли, а потом искать подходящую вам группу поддержки.

Головные боли напряжения

Чаще всего у людей встречаются головные боли напряжения. У 90% населения в определенный период жизни возникают симптомы этого типа головной боли.

Головные боли напряжения бывают двух видов:

- эпизодические;
- хронические.

Большинство людей страдает от эпизодических головных болей, которые возникают нечасто (не более 15 приступов в течение 30 дней). Приступы, которые возникают чаще или регулярно, называют хроническими. Люди, страдающие от хронических головных болей, больше других нуждаются в поддержке.

Мигрени

Вторым по распространенности видом головной боли является мигрень. От этого заболевания страдает около 28% населения. Из-за сильно изматывающей мигрени человек вынужден часто отсутствовать на работе.

При мигрени боль обычно ощущается с одной стороны головы и длится от 4 до 72 часов.

Другие симптомы мигрени:

- тошнота;
- рвота;
- давление в придаточных пазухах носа;
- чувствительность к свету и шуму.

Многие люди, страдающие от мигреней, не находят понимания ни среди врачей, ни среди работодателей, зато в группе поддержки можно узнать способы борьбы с мигренью и найти людей, которые разделяют ваши переживания.

Кластерные головные боли

Головные боли этого типа можно назвать самыми болезненными. Они возникают циклично, длятся от одного до нескольких часов и могут исчезнуть так же резко, как появились. Во время приступа боли часто повторяются.

Другие симптомы кластерных головных болей:

- боль в глазах;
- заложенность носа или насморк;
- воспаление глаз или слезотечение;
- возбужденное состояние.

От кластерных головных болей страдает менее 1% людей, но именно они больше всего нуждаются в поддержке. Кластерная головная боль считается самой сильной болью, какую только может испытывать человек. Общаясь с другими людьми, можно узнать о способах облегчения или сведения к минимуму интенсивности боли во время приступов.

От какого бы вида головной боли вы не страдали, всегда можно найти свою группу поддержки. Наш сайт может помочь вам в поиске подходящей группы поддержки в Интернете.

Если вы страдаете от мигреней, головных болей напряжения, хронических головных болей или головных болей кластерного типа, обратитесь в нашу клинику, где вас поддержат и проведут необходимое лечение.