

父母吵架·子女头痛

我国头痛患者 30%是孩童

头痛医头？
上

黄慧敏 报道

我国有多达30%的头痛患者是孩童，而他们的头痛问题很大程度上

是因环境造成的。

资料显示，约20%的学龄儿童，50%的9岁孩子和70%的青少年都曾被头痛问题困扰。

伊丽莎白医院疼痛

专科主任杨绍南医生(38岁)，在依据自己的临床经验分析时说，多数孩子的头痛问题都是因生活压力造成。

其中，父母争吵给

孩子带来的心理压力就是一个常见的因素。

“孩子一般都说不出自己头痛的原因何在，而且也不会意识到是与父母的争吵有关。

“但我与孩子和家长经过多番的谈话后，却时常会发现这两者其中的关联。

“只要与父母沟通，劝他们为了孩子不要争吵，孩子也就不再犯头痛了。”



↑杨绍南医生：习惯性地一头痛就服用止痛药，一不留神很容易因服用过多而产生反效果。(庄耿南摄影)

长期猛灌止痛药 头痛或更形剧烈

头痛时猛灌止痛药，可能无法舒缓疼痛，长期下来还可能引起反弹头痛(rebound headache)，成为长期头痛的导因。

新加坡疼痛协会会长杨绍南医生就指出，如果头痛患者惯性地每天或每隔一天就服用止痛药，如此延续几个月，病人的头痛问题可能会因此而更形剧烈。

对于其背后的原由，杨医生则表示医学界尚无确切的解释。不过目前的推测是，长期服用止痛药后，人体会产生各种反应，而其一便是对药失去敏感度，因而止痛药就不再见效。

不过杨医生也澄清，这些病人并不是对药物上瘾，他们只是在心理上自觉没有止痛药就无法照常进行生活作息罢了。

既然问题始末不在于止痛药，要为此些病人治疗反弹头痛问题，方法当然就是暂时地强迫他们不用止痛药。

杨医生说：“很难让人置信

吧。明明是用来止痛的药物竟会反过来造成疼痛。但是确实就是有这样的现象存在。

“有一名男病人不愿意相信是止痛药害了他，还坚持进行脑扫描。”

杨医生就提醒公众，如果头痛问题断断续续困扰患者长达3个月，那么病人就该寻求专业的医疗协助。

“顽固地选择猛吞止痛药，不但会弄巧成拙，使头疼长久持续下去，恼人的疼痛还可能严重影响个人的生活起居。严重时，还会让人变得沮丧，陷入抑郁症的深渊。”

新加坡疼痛协会是国际疼痛研究协会(IASP)的一部分，而其会员包括多名疼痛专家。除了研究以外，他们也致力于提高公众和医生对疼痛护理的意识。

公众可上网到www.pain.org.sg或致电64368183查询更多有关疼痛护理的信息。

头痛未必因头而起

头痛未必一定是“因头而起”，也可能是由耳朵、脊椎、或甚至是眼睛问题所引起。因此病人应留心头痛症状，以协助医生诊断并对症下药。

新加坡疼痛协会会长杨绍南医生分享说，曾有一名德国病人几经耳鼻喉专科医生的诊断仍无法找出头痛的病因。专科医生最后甚至扬言让她去找心理医生，怀疑她的头痛是心理问题所致，认为她精神失常。

不过，杨医生在分析了其症状后，赫然发现妇女的痛是因一团遗忘在耳朵里的棉花球所致。棉花球一旦取出，妇女的头疼也就迎刃而解。

另一例子便是那些颈项曾受重击者，如车祸幸存者，便也常会感到头痛。

杨医生说：“撞击可能损伤颈项里连接到大脑的神经线，所以才会导致头痛。

“类似磁共振造影(MRI)的检查将无法探测出病因，因为受损的是软组织。但若我们因此把它当成普通的头痛来治，只配予止痛药，那当然不会被治好。”

他在这类情况中，医生需通过手术麻醉受损神经，并指导病人做复健运动，锻炼肌肉支撑受损部位。