

Migraña

La Migraña es un dolor pulsante de cabeza que puede durar de 4 a 72 horas.

Los expertos no están seguros de qué causa la migraña. Creen que cambios en la actividad de las células en el cerebro puede causar inflamación en ciertos nervios.

Las migrañas con frecuencia son hereditarias, así que la genética tiene un papel importante.

Las mujeres corren más riesgo de tener migraña que los hombres.

Tal vez también tengas más alto riesgo si eres adolescente o un adulto joven.

Con frecuencia la migraña inicia durante estos años, pero puede alcanzar su pico máximo a los 30 años. Y dejar de ocurrir por completo después de los 50.

Los detonantes son algo que puede provocar una migraña. Son distintos para cada persona.

Los detonantes incluyen cambios de rutina cotidiana, comidas, hormonas y medicinas.

Pueden también incluir luces, olores, cambios de clima y otras cosas en el medio ambiente.

Las emociones fuertes, como la depresión o ansiedad, también pueden detonarla.

El síntoma más común de la migraña es dolor pulsante en un lado de la cabeza o detrás de un ojo.

Hay personas que tienen un aura antes o durante el dolor de cabeza. Durante el aura, puedes ver puntos o luces que relampaguean.

Otros síntomas de migraña incluyen náusea, vómito y sensibilidad a la luz.

El doctor normalmente puede determinar si tienes una migraña haciéndote preguntas de tus síntomas y evaluándote.

Tal vez tu doctor recomiende otras pruebas, como una tomografía o una resonancia, si el doctor piensa que tus síntomas pueden ser por causa de otra enfermedad.

No hay una cura para las migrañas, pero las medicinas y otros tratamientos pueden ayudar a sentirti mejor. También ayuda si evitas los detonantes.

Tal vez puedas tratar tus dolores de cabeza con medicina para el dolor sin receta médica.

Si eso no funcionara, el doctor puede recetar medicina más fuerte. Puedes también tratar con medicamento para ayudar a prevenir las migrañas.

Este programa es solo para fines informativos. El editor se deslinda de cualquier garantía, con respecto a la exactitud, integridad o idoneidad de este video para la toma de decisiones médicas. Para todo asunto relacionado con la salud, por favor consulte a su profesional médico.

healthclips®

Migraña

Algunas medicinas pueden detener la migraña mientras la tienes. Estas medicinas se conocen por medicinas abortivas e incluyen: Medicinas sin receta médica. Algunas de estas medicinas combinan acetaminofén, aspirina y cafeína.

Triptanos (agonistas de receptores de serotonina) .

Derivados de la ergotamina.

Las nuevas medicinas incluyen péptidos relacionados con el gen de calcitonina (CGRP), también conocidos como antagonistas (gepants).

Algunas medicinas pueden prevenir una migraña. Estas medicinas reducen la cantidad de migrañas que tienes, cuánto duran y hacen que tus síntomas sean menos severos.

Estos medicamentos son a veces llamados preventivos, incluyen: Anticonvulsivos; Antidepresivos; Bloqueadores Beta; Antagonistas CGRP; Toxina de Botulínica, como el Botox.

Este se usa como prevención si tienes migrañas crónicas.

Descubrieron que varias proteínas llamadas neuropéptidos provocan migrañas. Los medicamentos más nuevos se dirigen a estas proteínas.

Es importante saber que las medicinas que previenen la migraña pueden causar efectos secundarios. Tal vez necesites determinar qué te molesta más -los efectos secundarios de la medicina o tus migrañas.

Las medicinas tal vez no prevengan todas las migrañas. Quizá tengas que tomar otro tipo de medicina que detenga la migraña una vez que empieza.

Hay otras cosas que puedes hacer cuando sientas que te empieza una migraña.

Deja lo que estés haciendo y toma tu medicina.

No esperes a que empeore tu migraña. Toma la medicina exactamente de la manera indicada por tu doctor.

Ten tu medicina siempre a la mano para poder tomarla cuando te empieza el dolor de cabeza.

Descansa en un lugar callado, y oscuro hasta que mejore tu dolor de cabeza. Cierra los ojos, y trata de relajarte o duérmete. No veas la TV ni leas.

Este programa es solo para fines informativos. El editor se deslinda de cualquier garantía, con respecto a la exactitud, integridad o idoneidad de este video para la toma de decisiones médicas. Para todo asunto relacionado con la salud, por favor consulte a su profesional médico.

healthclips®

Migraña

Pon un paño húmedo o frío en el área que te duela. Déjalo en su lugar de 10 a 20 minutos a la vez. Pon una tela delgada entre el empaque frío y tu piel.

Relaja tus músculos. Pide que alguien te dé un masaje suave en el cuello y los hombros.

Puede ser terrible tener migrañas. Pero, aunque te hagan sentir mal, no provocarán daño duradero.

Y quizá puedas reducir la frecuencia, la intensidad, y el tiempo que duran.