



Migrañas



Descripción general

Una migraña es un dolor de cabeza intenso, pulsátil que puede estar acompañado de náuseas o mareos. Una migraña puede durar desde horas hasta días.

Causas

Hay muchas cosas sobre las migrañas que no se comprenden. Muchos investigadores creen que las mismas pueden ser causadas por un cambio en los niveles hormonales en el cerebro. Las migrañas pueden ser provocadas por el estrés, las luces intensas y ciertos olores. También puede ser causada por medicamentos, y la falta o exceso de sueño. Ciertos alimentos pueden desencadenar migrañas. Estos incluyen el alcohol, quesos curados, el chocolate y los alimentos que contienen aspartamo o MSG (glutamato monosódico).

Síntomas

Una migraña típica por lo general provoca un dolor que va de moderado a severo. Este dolor se siente a menudo en un solo lado de la cabeza. El dolor puede interferir con las actividades normales de una persona. Los síntomas pueden incluir también náuseas y sensibilidad a la luz y al sonido. Algunas personas ven destellos brillantes de luz, manchas o líneas deslumbrantes antes de una migraña. A estas se las llama "auras visuales".

Tratamiento

Las migrañas pueden ser tratadas con medicamentos analgésicos y reposo en habitaciones oscuras. Las personas que sufren de migrañas con regularidad también pueden tomar medicamentos como los betabloqueantes o los antihistamínicos. Estos pueden reducir la frecuencia y gravedad de los dolores de cabeza.