

發表醫師 郭雲鼎主任

發佈日期 2009/05/01



睡眠不足、感冒及情緒管理是造成國中以下學童壓力型頭痛的主因

國三的翁小妹每天早上6點半起床，上完課後，回到家再自修到凌晨1點。

去年11月起，後腦勺處開始有間歇性的頭痛，從一天二次增加到一天數十次，

家長先買止痛藥給她服用，雖然暫時緩解症，但疼痛的次數逐漸增加且越來越劇烈，家長急忙帶她來院就醫。

醫師請家長陪同翁小妹填寫疼痛量表，並經腦波及電腦斷層掃描檢驗後，證實她的症狀是「壓

力型頭痛」所引起，之後經過充足的睡眠，避免食用辛辣、油膩及刺激性的食物，並舒緩其情緒後，翁小妹的疼痛狀況已不藥而癒。

本院小兒部郭雲鼎主任表示，睡眠不足、感冒及情緒管理是造成國中以下學童壓力型頭痛的主要



郭雲鼎主任表示，孩子頭痛時最好尋求專業醫師找出病因，再對症治療

因素，好發率約8%；由於女生相較男生來得敏感，加上青春期的生理變化，所以女生又佔多數。而一般市售止痛藥大多針對成人設計，對正在發育學童的體型、腦部及器官來說，劑量都算過重，長期或過量服用，會造成肝腎負擔及發育遲緩。

健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼，但不可取代實際的醫療行為，所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。