

## Πού οφείλεται ο πόνος στους κροτάφους και τι πρέπει να κάνετε

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



**Ο πονοκέφαλος είναι ένα εξαιρετικά σύνηθες σύμπτωμα που εκδηλώνεται σε κάθε ηλικία και μπορεί να οφείλεται σε πολλά διαφορετικά αίτια.**

Για να εντοπιστεί ευκολότερα η αιτία του, διακρίνεται σε τύπους ανάλογα με το συγκεκριμένο σημείο του κεφαλιού στο οποίο γίνεται αισθητός ο πόνος.

Συχνά έχουμε την αίσθηση ότι ασκείται υπερβολική πίεση στις δύο πλευρές του κρανίου, ακριβώς πλάι στα μάτια, στα σημεία που ονομάζουμε κροτάφους ή μηνίγγια.

Ο πόνος αυτός μπορεί να οφείλεται τα παρακάτω:

**1. Κεφαλαλγία τάσης ή ημικρανία:** Ο πόνος συνοδεύεται συχνά από ναυτία και επιδεινώνεται όταν κινούμαστε. Συνήθως ο πόνος αυξάνεται σταδιακά και η κρίση κορυφώνεται σε διάστημα μίας ώρας. Το συγκεκριμένο είδος κεφαλαλγίας δεν εμφανίζεται αιφνιδίως, αλλά προηγούνται της κρίσης προειδοποιητικά συμπτώματα, όπως αισθητηριακές αλλοιώσεις. Στην περίπτωση ημικρανίας,

πολλές φορές βοηθά να ασκήσουμε πίεση στους κροτάφους, ενώ στην περίπτωση κεφαλαλγίας τάσης είναι καλύτερο το μασάζ τοπικά στο σημείο.

**2. Αυχενογενής πονοκέφαλος:** Ο πόνος από τον αυχένα μπορεί να «ακτινοβολεί» προς το κεφάλι και να γίνεται αισθητός πίσω από το μάτι ή πλάι σε αυτό. Ο πόνος στην περίπτωση αυτή είναι αρκετά έντονος και μοιάζει με τον πόνο της ημικρανίας, χωρίς όμως να προηγούνται προειδοποιητικά συμπτώματα. Ο πόνος που προέρχεται από τον αυχένα είναι συνήθως πιο έντονος το πρωί, καθώς η στάση του ύπνου μπορεί να επιδεινώνει το πρόβλημα.

**3. Δισκοειδής πονοκέφαλος:** Στην κροταφιαία αρτηρία γίνεται αισθητός ένας ανεπαίσθητος παλμός. Η αρτηρία αυτή διαπερνά την πλαϊνή πλευρά του κεφαλιού. Σε άτομα άνω των 50 ετών, είναι αρκετά σύνηθες να εκδηλώνεται φλεγμονή στη συγκεκριμένη αρτηρία, με αποτέλεσμα να εκδηλώνεται μια πάθηση που ονομάζεται κροταφική αρτηρίτιδα. Τα βαθύτερα αίτια της πάθησης παραμένουν άγνωστα. Όταν εκδηλώνεται ο πόνος, οι κρόταφοι είναι ευαίσθητοι στο άγγιγμα και ο παλμός δεν είναι αισθητός.

**4. Ρήξη καρωτίδας:** Η περίπτωση αυτή είναι σπάνια και συνοδεύεται από άλλα εμφανή συμπτώματα, όπως πτώση βλεφάρου, θολή όραση, γενικευμένη αδυναμία, δυσκολία στην ομιλία κ.α. Λίγα είναι τα περιστατικά ρήξης όπου το μόνο σύμπτωμα είναι ο πόνος στους κροτάφους. Ο πόνος στην περίπτωση αυτή είναι οξύς και αιφνίδιος.

Εάν τα κοινά αναλγητικά και τα αντιφλεγμονώδη φάρμακα δεν αρκούν για να υποχωρήσει ο πόνος, ο γιατρός θα πρέπει να εξετάσει άλλες πιθανές θεραπευτικές στρατηγικές. Επισκεφθείτε άμεσα το γιατρό σας εάν ένα επεισόδιο είναι πολύ πιο σοβαρό από τα προηγούμενα, ιδίως εάν η κρίση εκδηλωθεί ξαφνικά και συνοδεύεται από ακαμψία στον αυχένα, πυρετό, διπλωπία (διπλή όραση), απώλεια ισορροπίας ή δυσκολία στην κίνηση. Ακόμη κι αν ο πόνος δεν είναι πολύ ισχυρός, θα πρέπει να απευθυνθείτε σε ειδικό εάν χτυπήσατε πρόσφατα στο κεφάλι ή εκδηλώνετε αλλοιώσεις στην όραση, την ακοή, την ισορροπία, την ομιλία ή την αφή.

**Πηγή:** [onmed.gr](http://onmed.gr)