

میگرن چشم و شبکیه چه علائمی در فرد ایجاد می‌کند؟

میگرن چشم چیست؟

میگرن چشم به میگرنی گفته می‌شود که دارای علائم بصری با یا بدون علائم دیگر میگرن مانند **سردرد** باشد. بر اساس آمار بنیاد آمریکایی میگرن، حدود 25 تا 30 درصد از افراد مبتلا به میگرن، اورا (نوعی اختلالات گذرای حسی، دیداری، زبانی یا حرکتی) را تجربه می‌کنند. و کمتر از 20 درصد از این افراد می‌توانند تمامی علائم میگرن را تجربه کنند. میگرن چشم به طور معمول با اورا همراه است. پزشکان میگرن چشمی که با اورا و بدون سردرد باشد را میگرن خاموش می‌نامند. میگرن خاموش به ندرت اتفاق می‌افتد اما بیشتر در افراد سالخورده شایع است. گاهی به میگرن چشم، اصطلاحاً میگرن شبکیه نیز گفته می‌شود. اما این دو اختلالاتی متفاوت هستند و به شکل‌های متفاوتی از مراقبت و درمان نیاز دارند.

علائم

علائم و نشانه‌های میگرن چشم، در افراد مختلف، به اشکال متفاوت بروز می‌کند.

اما شایع‌ترین این علائم عبارتند از:

- یک نقطه درخشان یا کور که در مرکز بینایی قرار دارد و گسترش پیدا می‌کند تا نیمی از زمینه بینایی را در برگیرد.
- دیدن خطوط زیگ‌زاگ، حالت ستاره‌ای، یا سایر الگوها
- اختلال در مهارت‌های حرکتی
- لکنت زبان
- تهوع و استفراغ
- حساسیت به نور و صدا
- درد شدید، که ممکن است در یک یا هر دو طرف سر احساس شود.
- سوزش یا بی‌حسی در یک طرف بدن
- میگرن خاموش معمولاً برخی از علائم بصری میگرن را بدون سردرد ایجاد می‌کند.
- ضربان قلب نامنظم

علائم بصری ناشی از میگرن چشم ممکن است ترسناک و ناتوان‌کننده باشد، اما اکثر آنها دوام زیادی ندارند. با این حال، علائم غیرمعمول مانند درد شدید ممکن است چند ساعت تا چند روز طول بکشد.

اورا 10 تا 30 دقیقه به طول می‌انجامد. این مورد معمولاً به مدت کوتاهی قبل یا در طی یک سردرد میگرنی بروز می‌کند و دومین مرحله میگرن می‌باشد. پیش از بروز درد میگرنی، معمولاً اورا بروز می‌کند. میگرن شبکیه، سردرد و همچنین کوری در یک چشم ایجاد می‌کند که کمتر از یک ساعت به طول می‌انجامد.

دلایل میگرن چشم



التهاب در مغز و تحریک عروق خونی و اعمال فشار بر اعصاب می‌تواند باعث بروز میگرن شود.

اورای میگرن ممکن است به علت فعالیت الکتریکی غیر طبیعی در سطح بیرونی مغز و یا قشر، ایجاد شده و به آرامی به بخش بینایی مغز انتقال یابد. میگرن با ژن‌های فرد در ارتباط است. بر اساس آمار بنیاد پژوهشی میگرن، 90٪ افراد مبتلا به این بیماری، دارای سابقه خانوادگی میگرن می‌باشند. در زنان، میگرن ممکن است با تغییرات هورمونی دوران قاعدگی ارتباط داشته باشد. اما شایع‌ترین عوامل میگرن و میگرن چشم عبارتند از:

- رانندگی طولانی
- خیره شدن به صفحه نمایش به مدت طولانی
- غذا
- قرار گرفتن در معرض نور شدید
- بی‌خوابی یا پر خوابی
- کمبود آب
- تغییرات آب و هوایی
- تغییرات هورمونی
- اضطراب و استرس
- الکل، به ویژه شراب قرمز
- قرار گرفتن در معرض صداهای بلند
- بوی قوی
- نیترات، مانند موادی که در بسیاری از غذاهای آماده یافت می‌شود.
- کافئین بیش از حد
- آسپارتام
- گلوتامات مونونوسیدیم (MSG)
- تیامین، که در لوبیا فاو، پنیرهای کهنه، محصولات سویا، سوسیس و ماهی دودی یافت می‌شود.
- گرمای بیش از حد

خطرات مرتبط با میگرن چشم

میگرن چشم گاهی باعث بروز علائم دردناک می‌شود. این قضیه برای برخی افراد بسیار حاد است اما خیلی دوام نمی‌آورد. میگرن شبکیه، علائمی مشابه به میگرن چشم ایجاد می‌کند و در نوع حاد آن می‌تواند باعث از دست رفتن بینایی فرد شود. در صورت داشتن نشانه‌های میگرن شبکیه، لازم است هر چه سریع‌تر به یک [متخصص مغز و اعصاب در تهران](#) یا شهرهای دیگر مراجعه کنید.

علائم میگرن شبکیه:



Dr. Seyyed Hossein Aghamiri

دکتر سید حسین آقامیری

- علائمی که میگرن چشم را از شبکیه متمایز می‌کند عبارتند از:
 - از دست دادن بینایی شدید
 - کوری موقت
 - در صورت عدم دریافت درمان سریع، ممکن است در هر بار حمله میگرنی، حساسیت بیشتری نسبت به دفعه قبل به وجود بیاید. این روند، باعث بروز سردرد مزمن روزانه می‌شود.

میگرن با اورا همچنین باعث افزایش خطر سکتة مغزی در زنان می‌شود. به ویژه در افراد سیگاری و افرادی که داروهای استروژن مصرف می‌کنند.

علائم میگرن چشم می‌تواند در مواردی مانند پیاده روی، رانندگی، کار کردن، خواندن و ... اختلالاتی به وجود بیاورد. افراد دارای علائم میگرن چشم، باید از انجام این کارها تا پایان یافتن نشانه‌ها خودداری کنند.

در صورت تجربه این علائم در هنگام رانندگی، باید با خیال راحت کنار جاده در جای امن توقف کرده و تا پایان علائم صبر کنید.

مراجعه به پزشک

- در صورت داشتن موارد زیر، لازم است با پزشک مشورت کنید:
- چندین سردرد در هر ماه که برای چند ساعت یا چند روز به طول می‌انجامد
 - مشکلات بینایی با سردرد
 - سردردی که زندگی روزمره شما را مختل کرده است
 - مشکلات حسی با سردرد
 - تهوع و استفراغ با سردرد
 - سردرد پس از ضربه به سر
 - یک سردرد شدید که باعث سفتی گردن می‌شود
 - بیهوشی بر اثر سردرد
 - سردردهایی که بیش از دو بار در هفته بروز می‌کنند

تشخیص

- پزشک برای منظور تشخیص، طبق موارد زیر عمل می‌کند:
- معاینه فیزیکی
 - بررسی تاریخچه کامل پزشکی
 - سؤالاتی در مورد داروهای مصرفی، علائم و سبک زندگی فرد

درمان و پیشگیری



در درمان میگرن چشم بیشتر تمرکز بر جلوگیری و کاهش علائم است.

- Erenumab Aimovig دارویی است که فعالیت مولکولی را به نام پپتید مرتبط با ژن کلسی تونین بلوکه کرده و در کاهش علائم میگرنی نقش مهمی دارد.
- سایر داروهایی که به جلوگیری از علائم میگرنی کمک می‌کنند، عبارتند از:
- داروهای [فشار خون](#)

- هورمون درمانی
- داروی ضد افسردگی
- داروی صرع
- سم بوتولینوم یا بوتاکس

اقداماتی در جهت تغییر سبک زندگی که به درمان می‌گرن کمک می‌کنند، عبارتند از:

- پرهیز از خیره ماندن طولانی‌مدت به مانیتورها
- مقابله با استرس با استفاده از ورزش و مدیتیشن
- ردیابی علائم برای پیدا کردن عوامل می‌گرنی
- کاهش وزن
- ترک سیگار
- نوشیدن آب کافی
- داشتن وعده‌های غذایی منظم و سالم
- محدود کردن مصرف کافئین و الکل
- درمان اضطراب و افسردگی
- ایجاد یک برنامه خواب مناسب و درمان اختلالات خواب