兒童頭痛不容忽視

有一天，十一歲的浩文忽然對媽媽喊道：「媽媽，我的頭痛得很厲害。」，母親沒有理會他，心想：「小小人兒為什麼會頭痛，你一定在騙我。」

如是者，過了數天，浩文仍不時嚷着頭頂針針地刺痛着，情緒也變得暴躁，母親終於懷疑了，心亂如麻地不知如何是好，服食止痛藥還是到醫生處？及後醫生診斷浩文因為看書過久，眼睛用神過度而致頭痛。母親錯怪了他，心中頻頻呼着「對不起！」

原來小孩子真的也會跟大人一樣受頭痛之苦。他們一般難以表達頭痛的程度，所以父母要特別小心留意孩子頭痛時的情況，及給予適當的治療。

緊張性頭痛

孩子患上緊張性頭痛，多數是由周遭的生活環境引起；如家庭中的煩惱或是學校中的功課問題，這種種外在客觀因素，都會使孩子頭痛起來。

在學習中的孩子，大多為應付緊張的考試而發生頭痛。父母應勸導孩子在緊張的學習中自我放鬆一下，為他們安排功課以外的課餘活動，無論對孩子的心理及生理，都大有好處。而且切忌在晚上開夜車，這只會更容易造成頭痛，對學習沒有幫助。

偏頭痛

小孩子發生的偏頭痛和成年人差不多，兒童的偏頭痛也多是偏於單側性的，發生於頭部的一側。伴隨着偏頭痛的出現，小孩子多會出現噁心、嘔吐和胃口不好等，而且更有腹痛的情況。若有腹痛現象及偏頭痛的小孩子，其變為普遍頭痛或成年人偏頭痛的機會也相對增加。

頭痛原因

造成孩子頭痛的原因是多方面的，其中病毒感染為最常見。頭痛往往是在感染後常見的症狀之一，尤其是四歲至十歲的兒童。這些感染疾病通常包括流行性腮腺炎、麻疹及水痘，也可能是感冒、腸胃炎等。

除了一般性疾病感染會令兒童頭痛外，腦部損傷、頭部血管問題、心理創傷、眼睛用神過度及耳鼻喉等五官毛病，都能導致兒童頭痛。

父母應當小心留意孩子頭痛的情況，因為劇烈的頭痛可能是嚴重疾病的症狀，如腦炎、腦腫瘤等。父母也應注意孩子有沒有腦部疾病的症狀，如發熱、麻痺、呼吸困難、昏迷及精神錯亂等。若情況嚴重，應立即找醫生診治，切勿延誤就醫。

勿胡亂服食止痛藥

許多治療頭痛的藥物都能有效舒緩頭痛，但這些藥物性質比較劇烈，對兒童是不適宜的。在餵藥物前，應遵照醫生及藥劑師的意見，避免只以止痛藥止了痛而忽視潛伏的疾病，令病情越趨嚴重。