



Sabtu, 24 Januari 2009 | 13:51 WIB

Migren, merupakan satu bentuk sakit kepala yang agak parah, diderita 1 dari 10 orang. Di antara kasus sakit kepala akibat tegang bisa diderita 1 dari 2 orang. Migren sendiri merupakan penyumbang terbesar sebagai penyebab ketidakhadiran kerja atau pengurangan kinerja di tempat kerja.

Orang menjadi tak lagi mampu berpikir jernih, daya ingat terganggu, hubungan keluarga juga kehidupan sosial bahkan bisa cidera akibat sakit kepala yang terus menerus berlangsung. Keuangan pun bakal terganggu.

Keadaan makin parah, saat kepenatan dan depresi muncul bersama insomnia (gangguan tidur). Sayang, kebanyakan orang tidak menyadari bahwa kondisi ini bisa menyebabkan cacat. Dan tak banyak orang yang tahu bagaimana mengatasinya. Dikira hanya dengan minum obat sakit kepala atau tidur, semuanya bakal beres.

TPIMAGES

### Artikel Terkait:

- [Mengapa Wanita Sering Kena Migren?](#)
- [Redakan Migren](#)
- [Akupuntur Atasi Migrain](#)

Disamping sakit pada kepala, ada berbagai jenis kondisi rasa sakit parah lain. Satu yang paling biasa adalah rasa sakit kronis pada leher dan punggung. Ada banyak sebab yang bisa disebut, seperti bergesernya piringan sendi dengan saraf impingement sampai radang di sisi sendi.

Kita dapat mengobati masalah ini dengan multi-modality. Selain melakukan perawatan ke terapis, Anda bisa ke ahli akupuntur sebagai pelengkap dari perawatan yang diberikan dokter. Terapi infra merah, panas dalam, akupuntur dan moksibusi juga bisa dilakukan bersama. Selain itu, obat-obatan penghilang rasa sakit yang membantu memperbaiki sel kimiawi tertentu dapat digunakan untuk menghilangkan rasa sakit.

Tentu, pengobatan merupakan terapi pertama yang harus dipilih. Trigeminal nyeri syaraf, misalnya merupakan bentuk rasa sakit parah yang mempengaruhi wajah dan mulut yang menyebabkan penderita menjadi tidak berdaya dan menghindari makan, menggosok gigi atau bercukur karena aktivitas sehari-hari ini bisa memicu rasa sakit hebat.

Akibatnya, pasien mungkin kehilangan berat badan, kehilangan teman yang menghindari mereka karena nafas yang bau dan malah kehilangan pekerjaan mereka sewaktu mereka kelihatannya tak rapi dari tidak bercukur! Bagian menyedihkan adalah bahwa beberapa pasien telah melakukan berbagai jenis pengobatan seperti ekstraksi gigi, sebelum mengetahui diagnosa yang tepat.

Saya mempunyai pasien yang semua gigi bawahnya dicabut sebelum mengetahui diagnosa yang tepat. Setelah diagnosa dipastikan, perawatan yang harus dilakukan cukup cepat dan kebanyakan merasa bersyukur karena perawatannya berjalan dengan responsif.

Usaha yang berkesinambungan untuk menangani sakit kepala kronis dan rasa sakit neurotik juga dapat mengurangi pasien terkena penyakit lainnya. Misalnya depresi dapat terjadi ketika seseorang terkena migren atau sakit kepala parah.

Kurangnya pengetahuan memilih dokter yang terbaik untuk menangani hal ini dapat menjadi penghalang bagi pasien untuk sembuh. Karena itu, penting bagi seorang pasien untuk mencari pengobatan dengan mengenali gejala-gejala yang dialami terlebih dahulu.

**oleh Dr Charles Siow**

**Consultant Neurologist and Pain Specialist**

**di Siow Neurology Headache and Pain Centre, Singapura**