

# Tenzní bolesti hlavy

**Tenzní bolesti hlavy** jsou tupé nebo svíravé, většinou bilaterální bolesti hlavy, mírné až střední intenzity a nejsou provázeny významnými doprovodnými příznaky (zvracení, poruchy vize, fokální neurologické příznaky).

Podle četnosti výskytu se tenzní bolesti dělí na **epizodické** (méně než 15 dnů v měsíci) a **chronické** (více než 15 dnů v měsíci).

Tenzní bolesti hlavy se mohou objevovat i u jedinců s jinou primární anebo sekundární cefaleou. U některých jedinců jsou tenzní bolesti spojeny se zvýšeným tonem perikraniálního a krčního svalstva.

## Diagnostika

Hlavní diagnostická kritéria jsou v tabulce:

**Kritéria pro tenzní bolesti hlavy**

Nemocný musí splňovat kritéria nejméně ve dvou bodech:
A. Bolesti tlakové nebo svíravé
B. Bolesti bilaterální lokalizace
C. Bolesti mírné nebo střední intenzity
D. Bolesti se nezhoršují fyzickou aktivitou, nejsou doprovázeny nauseou ani vomitem, může se objevit lehká fotofobie nebo fonofobie

## Léčba

Základem úspěšné terapie tenzních bolestí hlavy je důkladná psychoedukace (identifikace nepříznivých faktorů, nepříznivý vliv duševní nerovnováhy, umění fyzicky i duševně relaxovat, životní priority).

Při epizodických tenzních bolestech hlavy jsou lékem volby deriváty kyseliny acetylosalicylové (Aspegic plv 500 mg), periferní analgetika – paracetamol (Paralen 500 mg). Další skupinou jsou nesteroidní antiflogistika: ibuprofen (Ibalgin, Dolgit) v dávce 400–800 mg, indomethacin (Indomethacin supp) v dávce 50–100 mg, naproxen (Naproxen tbl, supp) v dávce 500 mg, diclofenac (Diclofenac tbl) v dávce 50–100 mg.

U chronických tenzních bolestí je lékem první volby amitriptylin v dávce 25–50 mg na noc, léky ze skupiny SSRI (citalopram, fluoxetin,...) bývají účinná méně.

## Odkazy

### Související články

- Bolesti hlavy
- Bolesti hlavy/PGS
- Bolesti hlavy/PGS (VPL)
- Tenzní bolest hlavy/PGS (VPL)
- Tenzní bolesti hlavy/PGS/diagnostika

### Externí odkazy

-  Primární a sekundární bolesti hlavy (<http://mefanet.lfp.cuni.cz/clanky.php?aid=221>)

### Zdroj

### Použitá literatura

### Doporučená literatura