

Fejfájás-hasfájás

Alkossatok párokat. A feladat az lesz, hogy az egyikőtök kap egy lapot, amelyen vagy fejfájással, vagy hasfájással kapcsolatos információk szerepelnek. A pár másik fele elkezd kérdezni, ha olyan kérdésre adtál választ, ami szerepel a lapon, pipáld ki. Cél, hogy minden információt kiderítsen.

Haladó csoportban a feladatot célszerű időkorláttal elvégezni, pl. 1-2 perc alatt.

Átismételhetjük a fej- és hasfájás leggyakoribb okait, illetve azt, milyen kérdésekkel zárhatjuk ki az egyes területeket.

Fejfájás leggyakoribb okai:

- trauma
- agyi érkatasztrófa
- ismert hajlamosság (pl. migrén)
- mérgezés
- folyadékhiány
- látásproblémák

Hasfájás leggyakoribb okai:

- trauma
- székelési probléma (gyomorrontás, székrekedés, fertőzés)
- vakbélgyulladás
- nőgyógyászati problémák (menstruáció, vetélés, felfázás)
- kiválasztó szervrendszer betegsége (vesekő)

a. Fejfájás – folyadékhiány

Egész nap kirándultatok.

Alig ittál valamit, reggel másfél deci teát.

Jellege: folyamatos

Mozgásra változik: nem

Trauma: nem érte

Mérgezés: alkohol nem, szénmonoxid nem

Ismert betegség: allergia

b. Fejfájás – agyrázkódás

Labdázatok, véletlenül lefejelted a falat.

Jellege: tompa, hullámzó

Mozgásra változik: igen, erősödik

Trauma: falnak ütötte

Mérgezés: alkohol nem, szénmonoxid nem

Ismert betegség: lúdtalp, tyúkmell

c. Fejfájás – szénmonoxid mérgezés

Apukádnak segítettél a kazánházban takarítani.

Jellege: nagyon éles

Mozgásra változik: igen

Trauma: nem

Mérgezés: nem tudja

Ismert betegség: nincs

d. Fejfájás – migrén

Reggel kezdődött.

Egyre erősebb azóta.

Jellege: éles, halántékon

Mozgásra változik: igen, és a fény is zavaró

Trauma: nem

Mérgezés: alkohol nem, szénmonoxid nem

Ismert betegség: migrén

Ilyenkor a fekvés és a sötét a jó.

e. Fejfájás – alkohommérgezés

Ébredés után kezdődött.

Jellege: éles, homlokon

Mozgásra változik: igen, minden mozdulatra erősödik

Trauma: nem

Mérgezés: este alkoholt ittál, nem is keveset

Ismert betegség: nincs

Folyadékpótlás, fektetés

f. Hasfájás – vakbélgyulladás

Széken ülsz, erősen fáj a hasad.

Mikor kezdődött: pár napja fáj tompán, most nagyon erősen

Hol fáj: jobb alhas

Jellege: éles

Széklet: hasmenés volt

Hőemelkedés, láz: igen, hőemelkedés

Trauma: nem érte

Nőgyógyászat: rendszeres menstruáció, most nem

g. Hasfájás - traumás

Összegörnyedve ülsz, nagyon erős hasfájásod van.

Mikor kezdődött: nem rég

Hol fáj: köldök alatt

Jellege: nagyon erős

Széklet: normális volt

Hőemelkedés, láz: nem volt

Trauma: hasba rúgtak labdával

Nőgyógyászat: rendszeres menstruáció, most nem

h. Hasfájás – gyomorrontás

Reggel óta, egyre jobban fáj

Nem szokott amúgy hasmenésed lenni.

Sok mindent ettél tegnap, joghurt, disznópörkölt, baracklé, gombapaprikás

Mikor kezdődött: reggel

Hol fáj: egész hasad, nem tudod pontosan

Jellege: hullámozó, hol jobban, hol kevésbé

Széklet: ma többször volt hasmenésed

Hőemelkedés, láz: nem volt

Trauma: nem érte

Nőgyógyászat: rendszeres menstruáció, most nem

i. Hasfájás – székrekedés

Tompa fáj, de rég óta.

Mikor kezdődött: pár órája

Hol fáj: alhas

Jellege: tompa, feszítő

Széklet: legalább két napja nem volt

Hőemelkedés, láz: nem volt

Trauma: nem érte

Nőgyógyászat: rendszeres menstruáció, most nem

j. Hasfájás – nőgyógyászati

Erős alhasi

Mikor kezdődött: pár órája

Hol fáj: alhas

Jellege: éles

Széklet: volt rendesen

Hőemelkedés, láz: nem volt

Trauma: nem érte

Nőgyógyászat: majd két hete nem jött meg, terhesség lehetősége fennáll