

## Qué hay que saber y cuándo pedir ayuda

Más personas se quejan de dolores de cabeza que cualquier otro padecimiento médico. Es importante familiarizarse con las señales y síntomas básicos. Consulte las siguientes directrices abajo para hacer un seguimiento de la gravedad de su condición.



### Para manejar sus síntomas puede:

- Tomar analgésicos de venta libre
- Descansar en una habitación oscura y en silencio
- Aplicar una almohadilla térmica o hielo en el cuello y los hombros



### Comuníquese con su médico si tiene:

Si no puede comunicarse con su médico en 24 horas, vaya a una clínica donde atiendan sin cita previa.

- Dolor de cabeza persistente por migraña que no responde al tratamiento habitual
- Dolor de cabeza por migraña con intensidad o de un tipo que es distinto a las migrañas anteriores
- Dolor de cabeza persistente durante más de 12 horas y ningún otro síntoma
- Dolor en un área temporal y es mayor de 50 años



### Vaya a una sala de emergencias o llame al 911 si tiene:

- El peor dolor de cabeza de su vida
- Alteraciones del estado mental
- Dificultad para hablar o problemas de dicción
- Dolor de cabeza intenso, espalda rígida, vómitos, fiebre
- Lesión en la cabeza o quedó inconsciente recientemente
- Entumecimiento, hormigueo o debilidad en los brazos o piernas
- Dolor de cabeza intenso e historia de presión alta

\*Si está atravesando una emergencia que ponga en peligro su vida, vaya directamente a emergencias o llame al 911.

[ascensionpersonalizedcare.com](https://ascensionpersonalizedcare.com)

