

Metadáta:

url: /druhy-bolesti

title: Najčastejšie druhy bolesti | solnajaskynapresov.sk

description: Zažili ste už niektorú z týchto bolesti? Ako ste pristupovali k jej potlačeniu?

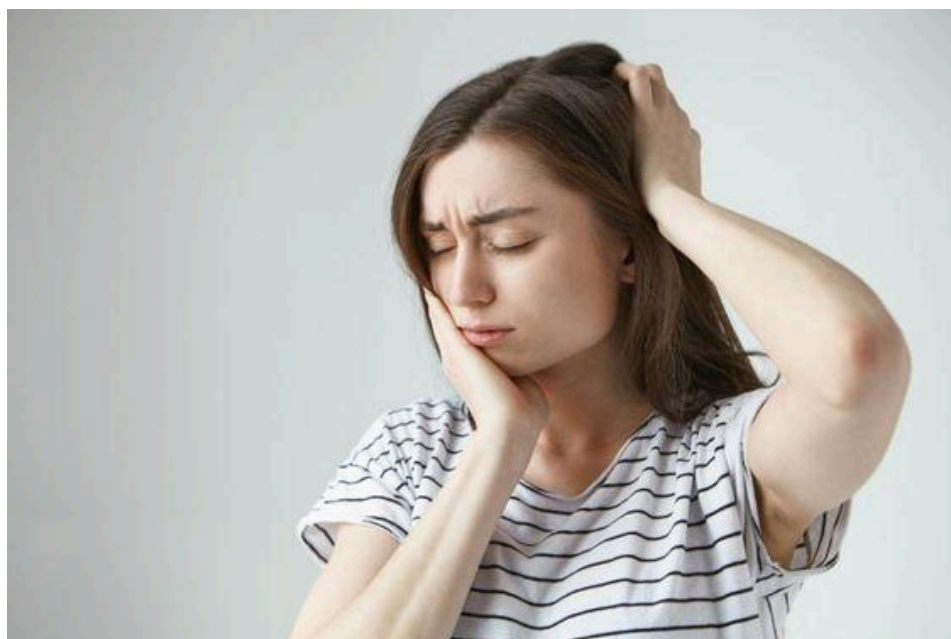
Existuje aj alternatívna medicína, nielen samotné analgetiká!

hlavné KW: bolesť

vedľajšie KW: druhy bolesti, typy bolesti, analgetikum, relax, pohoda, lieky tlmiace bolesť, bolesti

Bolesť - najčastejšie druhy bolesti

Každý z nás už niekedy v živote zažil bolesť. Bolesť ako takú zväčša delíme na psychickú a fyzickú. V tomto článku vás prevedieme rôznymi druhmi bolesti, ktoré niekedy predstavujú práve zmiešanú odpoveď ľudského tela z pohľadu fyzickej, ale aj psychickej záťaže.



<https://i.pinimg.com/564x/69/ad/7b/69ad7b2f7ad31046641298f1e9d36521.jpg>

Migréna

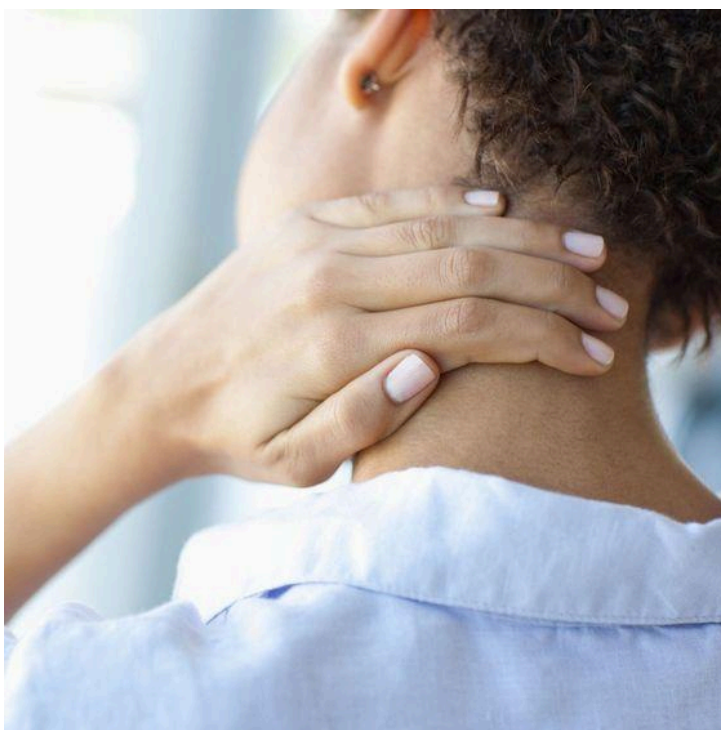
Jedna z najčastejších bolesti. Migréna môže byť s aurou alebo bez nej. Na potlačenie bolesti existujú **sumatriptany**, avšak tie musia byť užívané rýchlo, ešte pred samotným nástupom bolesti! Príčinu to však ani zďaleka neodstráni.

Menštruačné bolesti

Aj keď vás možno väčšina ľudí bude presviedčať o opaku, menštruácia, ktorá bolí, nie je tak úplne v poriadku. Obzvlášť, ak vás výrazne obmedzuje pri vykonávaní bežných činností - návšteva školy, vykonávanie práce. Sú dokonca prípady, kedy ženy počas menštruácie okrem bolesti trpia aj iné ťažkosti, a to trvajúce ťažkosti, či dokonca zhoršenie psychického stavu (úzkosť, depresia). Za tým môžu byť nielen **cystické zmeny**, ale napríklad aj **nevyliešené traumy** z detstva.

Vedeli ste, že...

*...až 97 % ľudí svoju bolesť nerieši od základov, ba ju dokonca ignoruje? Týka sa to, samozrejme, bolesti, ktorá prichádza bez zjavnej príčiny, alebo ktorej príčina sa hľadá veľmi ťažko. Preto medzi najčastejšie a najrýchlejšie riešenú bolesť radíme **bolesť zubov**.*



<https://i.pinimg.com/564x/b1/0c/15/b10c150a4955486545f39023dcf9f988.jpg>

Bolesť svalov a ich stuhnutosť

Tento typ bolesti sa najčastejšie spája s nadmerným množstvom stresu, v dôsledku čoho vzniká napätie najmä **v oblasti hornej časti chrbtice**, a to od krčnej až po lopatky. Žiaľ, v praxi ide často o nesprávnu diagnostiku vrátane následného liečebného plánu. Občas stačí len spomaliť.

*Stuhnutosť svalov má za následok zvýšenú dráždivosť nervov, čo sa môže odzrkadliť aj na vzniku syndrómu 21. storočia - **tetanie**.*

Riešením nie sú analgetiká!

Ako ste si možno práve uvedomili, väčšina bolestí našich každodenných plynie práve z **psychickej “pohody”**, ktorú je niekedy veľmi ťažké liečiť či dokonca správne diagnostikovať. Práve preto analgetiká vo forme paracetamolu či sodnej soli diklofenaku príčinu bolesti nerieši, len skrýva bolesť ako takú, resp. jej fyzický prejav.

K tomu vám pomôže dokonalý relax v našej [soľnej jaskyni](#), ale aj prelomová **novinka**, vôbec prvá na Slovensku, a tou je [prístroj BioTeraCare](#), ktorý nájdete jedine u nás!