

そらごら

FREE



2023年8月号 発行：社会医療法人社幸会 行田総合病院



脳神経外科

頭痛外来のご紹介

頭痛 外来

『頭痛』は国民病です。

日本人の3人に1人は頭痛持ちだと言われています。(※1)

頭痛という一見軽いイメージを持たれてしまいがちですが、実際には仕事や勉強、さらには日常生活にまで支障を来しQOLを低下させることも少なくありません。また、ちょっとした刺激(光や音、においなど)で頭痛発作が誘発されたり、悪化したりすることも多々あります。

頭痛は一次性頭痛(※機能的頭痛)と二次性頭痛(※症候性頭痛)に分類されていますが、一括りに頭痛と言っても300種類以上の頭痛が存在しています。(※2)

※機能的頭痛…特に病気ではないけれど頭が痛い、いわゆる「頭痛持ちの頭痛」。

※症候性頭痛…他の病気が原因で起こる頭痛です。命に関わる場合も。頭痛外来では頭痛の種類や性状を専門的な観点で問診、診断をさせていただきます。一人一人に合った適切な治療を行っていきます。

頭痛は社会的影響が大きい疾患です。

特に働く世代に頭痛罹患率が高いことが知られています。また、仕事の効率低下に伴う年間の労働生産性損失が最も高い疾患として片頭痛を代表とした頭痛が挙げられています。

驚くことに頭痛で仕事を休むよりも我慢して仕事を継続した場合の方が、労働生産性損失が大きいことが示されました。(※3)

そういった意味でも頭痛は適切な治療が必要な疾患なのです。

どのような症状があれば

受診を検討すべきか？

- ・ 突然激しい頭痛が生じた。
- ・ 月に何度も頭痛が起きる。
- ・ 頭痛で日常生活に支障をきたす。
- ・ 市販薬を飲んでも治らない。
- ・ 麻痺や痺れがある。
- ・ 呂律が回らない。
- ・ めまいがする。
- ・ 頭痛に隠された大きな病気(くも

膜下出血、椎骨脳底動脈解離、脳腫瘍など)を調べたい。
などの症状でお悩みの方はぜひ受診を検討してください。

診察内容について。

頭痛外来では患者さんより頭痛の性状のみならず原因や誘発因子など多角的な問診させていただき、必要に応じて頭部CTやMRIなどの検査を行い、器質的な病変についても調べていきます。

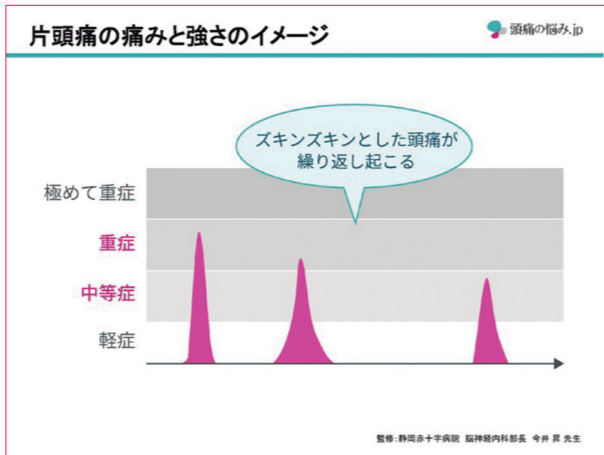
頭痛の性状、頻度や程度は様々であり頭痛の診療ガイドラインに準拠しながら、さらに「頭痛ダイアリー」や日常生活への影響の程度を数字で表すことができる「HIT-6(頭痛の評価スケール)」を用いて診断をしていきます。

代表的な頭痛。

●片頭痛

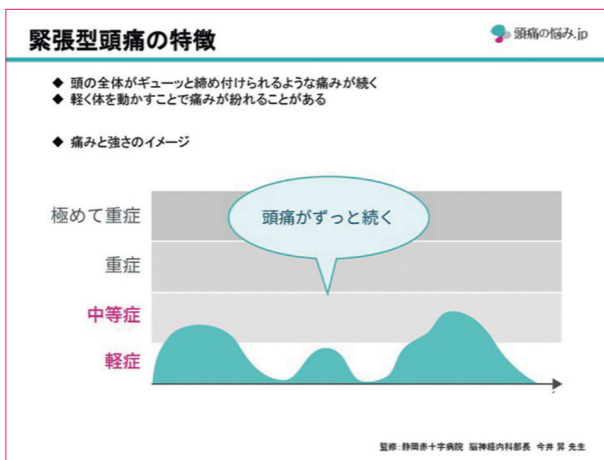
日本において約840万人が患っていると言われる頭痛です。三叉神経周囲に刺激が及び、その末端から炎症が起きることで血管が拡張して『スキンスキン』と拍動することで痛みが生じるものです。また、気候や気圧の変化、仕事の環境変化、ストレス、寝過ぎや寝不足といった生活リズムの変化、飲酒、女性ホルモンの関与が原因として考えられています。多くは片側が痛むことが多く(両側の場合もあります)、4〜72時間ほど持続することがあります。(※1) ひどいと吐き気を催し嘔吐することもあります。

片頭痛の約2割の人には前兆(アウラ)という症状が見られます。前兆症状は、キラキラした光・ギザギザの光が視界にあらわれ見えづらくなる(閃輝暗点)といった視覚性の症状が最も多く、前兆が消えると頭痛が始まってきます。



治療は急性期治療と予防療法に分けられます。

近年月1回注射することで片頭痛を予防できる(発作回数、痛み軽減)CGRP関連抗体薬が発売され、片頭痛治療に大きな変革が生まれました。



●緊張型頭痛

一次性頭痛の中でも最も多いと考えられる病型です。大半が精神的/肉体的ストレスが原因です。眼精疲労(パソコンやスマホの使用)、長時間のデスクワークや長時間の運転、さらには就寝時のベッドや枕が合わないなどが原因になることもあります。病態としては右記原因により後頭部の筋肉が収縮されることで頭全体に重苦しい圧迫感を伴う痛みが生じ、肩や首のこりも伴います。

※ CGRP 関連抗体薬の処方については、従来の片頭痛治療を行っても改善が乏しい患者さんが対象となります。お気軽にご相談ください。



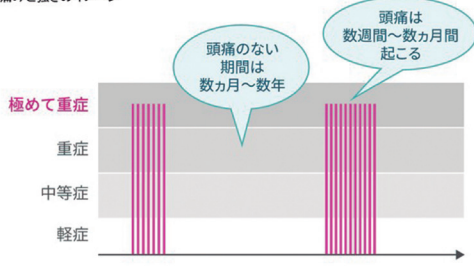
【参考資料】(※1) Cephalgia.1997 Feb;17(1):15-22. (※2) Cephalgia.2018 Jan;38(1):1-211. (※3) J Headache Pain.2021 Apr 21;22(1):29.

群発頭痛の特徴

頭痛の悩み.jp

- ◆ 片側の目の奥から頭の側面にかけてのえぐられるような激痛
- ◆ 頭痛は数週間から数カ月間ほぼ毎日同じ時間帯に起こる
- ◆ 頭痛は15～180分程度続き、特に夜間や睡眠中に起きやすい

◆ 痛みと強さのイメージ

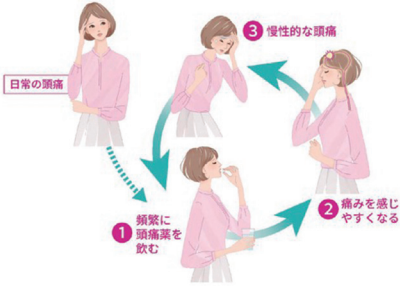


監修: 静岡赤十字病院 脳神経内科部長 今井 昇 先生

薬剤の使用過多による頭痛

頭痛の悩み.jp

- ◆ 薬を飲み過ぎることで、脳が痛みに対して敏感になり頭痛が起こりやすくなっている状態
- ◆ 頭痛薬(急性期治療薬)を月に10日以上服用している場合は要注意



日本脳神経外科学会・日本脳神経外科コンgres https://square.umin.ac.jp/neuroinforbrain/zutsu.html (2021年3月現在)より作成

監修: 静岡赤十字病院 脳神経内科部長 今井 昇 先生

痛みの性状や持続時間はさまざまですが、比較的長く続くこともありま
す。適度な運動やストレッチ、入浴
で改善することもあります。

●群発性頭痛

片頭痛や緊張型頭痛と比べ頻度は
低いですが、痛みの程度としてはそ
れらを凌ぐと言われています。
周期的に目の奥に激しい痛みが起こ
り、仕事や日常生活に著しい影響を及
ぼします。痛みと同じ側の顔面に発汗
したり、涙が出たり充血したり多彩な

随伴症状を伴つのが特徴です。
毎回決まった時間に起こりやす
く、男性にやや多いです。

●薬物の使用過多による頭痛
(薬物乱用頭痛)

実は潜在的に多いと思われる病型
です。もともと片頭痛や緊張型頭痛
に悩まされている患者さんが頭痛治
療薬を飲む回数が増えることで頭痛
の性状がかえって悪化/慢性化して
しまい、さらに頭痛薬の量が増えて
いくという悪循環に陥ってしまう状

態です。頭痛薬の種類によって様々
ですが3カ月を超えて1カ月に10日
以上内服するようであれば薬物乱用
頭痛の可能性があるため、一度相談
していただけたらと思います。

●その他の頭痛

- ・ くも膜下出血に伴う頭痛
- ・ 椎骨動脈解離に伴う頭痛
- ・ 脳腫瘍に伴う頭痛
- ・ 外傷に伴う頭痛
- ・ 低髄圧症候群(脳脊髄液漏出症)に伴う頭痛
- ・ 可逆性脳血管攣縮症候群(RCVS)による頭痛
- ・ 二日酔いの頭痛
- ・ トレーニング後の頭痛
- ・ 有痛性ニューローパチー
- ・ 脳卒中後疼痛(CPPS) など

治療について。

患者さん一人一人に対しニーズ
に合ったオーダーメイド治療を行
います。器質的な病変が疑われた
場合は追加で入院し精査加療が必

要になることもあります。頭痛に
お悩みの方は、ぜひご相談にいら
してください。



当院のホームページから
頭痛外来の問診票をダウンロードできます。
受診前にご利用ください。

行田クリニック A館 2F

脳神経外科	月	火	水	木	金	土
午前	佐野	山名	黒岩/頭痛外来(丸山)	加藤	児玉	—
午後	佐野/頭痛外来(岩田)	山名	黒岩	加藤	児玉	—