



## 診察室から～片頭痛と緊張型頭痛～

院長 福田 雄高

頭が痛いときに、CTやMRIなどの画像検査を行うも特に問題ない場合、一次性頭痛という病気があります。代表的なものとして、片頭痛と緊張型頭痛があります。

日本国内における片頭痛の有病率は人口の5-10%、緊張型頭痛は20%（実に2000万人以上）と報告されています。

|              | 片頭痛   | 緊張型頭痛                                       |
|--------------|---|---|
| 頭痛の部位        | 片側<br>但し若年では両側のことも  | あちこち（両側）<br>頸部痛やめまいを伴うことも                   |
| 性状           | 拍動性   | 圧迫、締め付けられる様な                                |
| 吐き気          | あり  | なし  |
| 痛いときは        | 暗くして横になりたい  | 動いたほうが楽                                     |
| 前兆           | 目がちかちか（閃輝暗点）<br>体がチクチク（感覚の異常）                               |   |
| 誘発因子<br>増悪因子 | まぶしい光、におい<br>月経周期、空腹<br>天候の変化、温度差<br>睡眠不足、睡眠過多<br>ストレス、疲れなど | ストレス、肩こり<br>長時間の同一姿勢<br>不自然な姿勢<br>パソコン、眼精疲労 |
| 治療           | トリプタン系<br>頻回な場合は予防薬も  | 鎮痛剤<br>但し使用過多には注意                           |

（あくまで典型的な分け方であり、混合性頭痛といい、2つの特徴が合わさっていることもあります。）

片頭痛の治療で、痛みが強い際はトリプタン系という薬の皮下注射が有効な場合もあります。トリプタン系の内服により痛みが抑えられる方もいます。また痛みが頻回な場合は、予防の薬を使用することもあります。

一次性頭痛は、あくまで頭の中に明らかな頭痛の原因となるような病気がなかった際の診断です。①突然、②今まで経験したことがない、③いつもと様子が異なる、④頻度と程度が増していく、⑤50歳以上ではじめて頭痛を認めた際は、生命の危険も存在する二次性頭痛の可能性もあります。二次性頭痛を否定する為にはMRIによる画像精査が非常に重要なものと考えます。

もちろん、片頭痛や緊張型頭痛以外にも、神経痛、髄膜炎、副鼻腔炎、群発頭痛、動脈炎、労作性頭痛など様々なタイプの頭痛が多くあります。

おかしいなという頭痛を認めた際は、遠慮なくまずは御相談ください。

佐賀平野の空と川

平和で何事もなく過ご  
してきたいものです。

