

町医者だより

平成21年04月号

＜発行・お問合せ先＞

おおわだ内科呼吸器科

院長 大和田 明彦

市川市南八幡4-7-13

ヤソビル本八幡2階

JR本八幡駅南口(シャポー改札口)

1分ミスタードーナツ並び

スーパーつるかめ(旧フレック)2階

電話047-379-6661

おおわだ
内科
呼吸器科

片頭痛あれこれ

最近頭痛があるのですが、時として脈の拍動に一致してズキンズキンと頭が痛くなることがある事に気がつきました。このような頭痛を「拍動性頭痛」といい、片頭痛に特徴的です。今月は片頭痛のあれこれです。

片頭痛の特徴は

「偏」頭痛ではなく日本内科学会用語集では「片」頭痛の字をあてるようです。左右どちらか片側だけに起こるのが60%ですが、両側性に起こることも40%あります。また、頭痛発作の85%は先に述べたような拍動性の頭痛ですが、半数の患者さんはズキンズキンしない頭痛もあると述べています。仕事や運動で頭痛が悪化し、頭痛発作時には吐き気(80%)、明かるさを嫌がる(30%)、周囲の音のわずらわしさ(80%)を伴います。

首すじのこり症状も片頭痛で出現します

日本人の片頭痛は、緊張型頭痛を合併していることが多いという話を以前聞いたことがあります。緊張型頭痛はデスクワークなどを長時間行っていると夕方ごろから現れる肩こりや首のこりを伴う頭痛で頭痛の中で一番頻度が高いのですが、片頭痛患者さんの75%で頭痛に伴って首すじのこりが起こると書いてあるではありませんか！首すじのこりも片頭痛の症状だったとは驚きです。

片頭痛を誘発する要因は

片頭痛を誘発するものとして、ストレス、天候の変化、食事を抜く、寝不足、寝すぎのほかにアルコール、チョコレート、チーズ、柑橘類、揚げ物、ベーコン、フランクフルトソーセージなどの燻製の摂取が知られています。また女性では生理の開始時片頭痛が出現します。ピルの飲み始めにも頭痛が誘発される場合が多いようです。

原因はよく分かっていません

片頭痛の原因を知りたくて前々から幾度となく論文をチェックしてきたのですが原因ははっきりしないようです。しかしながら処方薬の解説書として毎年出版されている「今日の治療薬」という本の中に病気の簡単な説明が書いてあるのですが、次のような記述がありました。「片頭痛発作は脳血管内の血小板からセロトニンが異常に放出され、これに反応して血管が収縮し血流障害が起こる。その後、セロトニンが枯渇すると血管は拡張して血管周囲の三叉神経を刺激してサブスタンスPなどを放出する」。サブスタンスPは痛みの誘発物質です。興味深い記述なのですが、残念なことにその根拠となる論文やレビューが明記されていません。

治療薬はトリプタンですが日本では予防薬がまったくない(適応がない)

片頭痛の治療薬はセロトニン受容体作動薬であるトリプタンという薬です。イミグラン、ゾミッグ、レルパックス、マクサルト、アマーシなどです。海外では予防薬としてβ-ブロッカーが使用されていますが日本では適応外処方になってしまうため使用できません。降圧剤の一種であるカルシウム拮抗剤のミグリスとテラナスという薬が日本では片頭痛治療に使用できますが、海外のレビューには一言も出てきません(効かない?)。むしろワソランというカルシウム拮抗剤(これも適応外です)は多少期待が持てそうですがまだ評価が定まりません。