

頭痛の治療をはじめよう

ドクターズコンテンツシリーズ #21

はじめに

「頭痛」とひと言でいっても、アイスクリームなどの冷たいものを食べたときの頭痛から、くも膜下出血などの危険な頭痛とその種類はさまざま。



頭痛の種類ごとに、原因や症状、治療法も異なります。

今回は、そんな頭痛の基礎知識をご紹介します。



Doctor

いのうえ内科脳神経
クリニック

井上 健 先生
日本頭痛学会専門医指導医

頭痛の基礎知識

頭痛には、大きく**一次性頭痛**と**二次性頭痛**の2つの分類があります。

一次性頭痛

頭痛でお悩みの方の**7～8割**が一次性頭痛です。慢性的な頭痛が一次性頭痛に分類されます。

特徴

- MRIやCTなどの検査をしても異常が発見されない（明確な原因が特定できない）場合が多い
- 慢性的である

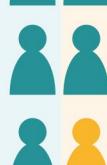
頭痛のタイプ

片頭痛、緊張型頭痛、群発頭痛など※1つだけではなく、複数のタイプが混合して起きる場合もあります。



二次性頭痛

頭痛でお悩みの方の**2～3割**が二次性頭痛です。注意が必要な危険な頭痛が、二次性頭痛に分類されます。早急な救急処置が必要な場合もあります。



特徴

- MRIやCTあるいは血液検査をすると異常が発見される（明確な原因が特定できる）場合が多い
- 頭部の外傷や他の病気が原因となって引き起こされる場合がある
- 命に関わる危険がある時も



頭痛のタイプ

頭部外傷、くも膜下出血、脳腫瘍、髄膜炎などの重篤なものから風邪、副鼻腔炎、薬の飲みすぎなど

頭痛の治療をはじめよう

まずは頭痛の種類を知ることが治療の第一歩です。

正しい診断を受けるために**頭痛を専門にあつかう医療機関**を受診しましょう。

- 頭痛が専門の科： 脳神経内科、脳神経外科、ペインクリニック
- 専門医を探す際は、下記のサイトが参考になります。
認定頭痛専門医一覧（日本頭痛学会）

http://www.jhsnet.org/ippansenmoni_ichiran.html (PCのみ)

頭痛の主な種類

代表的な頭痛と、主な特徴をご紹介します。

痛む部位	痛みの感じ方	痛みが続く期間	原因と考えられていること
片頭痛	・片側性（特にこめかみ部分）の頭痛 ・両側が痛む場合もある	・脈を打つように、ズキン、ズキンと痛む ・体を動かすと痛みが悪化する	・痛みは数時間～数日続く ・不定期に繰り返し起ころる
緊張型頭痛	・後頭部が多い ・首筋から後頭部にかけて痛む場合もある	・頭を何かで締め付けられるようにぶい痛み	・断続的に毎日続く ・発症の頻度には個人差がある
群発頭痛	・片側の目の奥（必ず片側だけ痛みます）	・眼球をえぐられるような痛み	・痛みは数分～数時間続く ・発症後、数日間は、ほとんど毎日同じ時間に頭痛が起ころる
子どもの片頭痛	・頭の両側 ・おでこなど頭の正面部分が多く、片側性の頭痛が少ないのも特徴	・違和感のあるような痛み ・「痛いっ」と思わず口に出てしまうような痛み	・短時間（1時間程度） 「片頭痛になりやすい体质が原因」といわれています。

iTICKET

※それぞれ個人差があります。

子どもの頭痛は軽視せず専門医に相談しましょう

「子どもの片頭痛」は、認知度の低さ、短い時間で痛みがおさまる特徴のため「甘えている」「わがまま」「さぼっている」と思われるかもしれません。放っておくと症状が長引いたり、生活や学習に影響がでたりする恐れもあります。子どもが頭痛を訴えたら軽視せずに専門医に相談してみましょう。



要注意！『薬物乱用頭痛』

頭痛薬の飲みすぎで起こる頭痛を**薬物乱用頭痛**と呼びます。

薬の影響で頭痛が頻繁に起こるようになり、そのたびに薬の服用をくり返す悪循環におちいってしまった状態です。心当たりがある方は医療機関の受診をおすすめします。（左で紹介したサイトを参考にしてください。）



ドクターからの健康アドバイス「ドクターズコンテンツ」
サイトでは様々な症例をご紹介しています。

この他にも…

家庭でできる応急処置の仕方

- ・治療のすすめ方
- ・頭痛の特徴
- ・頭痛の対処方法

アサイチケット広場



パソコン



スマホ



ケータイから

<http://park.paa.jp/>

© M3 Solutions, inc.