

アタマの痛い話



医療法人財団康生会
武田病院
神経脳血管センター

部長

川崎照晃

4人に1人が「頭痛もち」

3000万。これは日本の成人のうち、慢性頭痛を経験したことのある人の数です。極端に言えば、日本人の4人に1人が「頭痛もち」の経験者といえます。毎日の暮らしのなかで繰り返し起こる慢性頭痛は一次性頭痛とも呼ばれ、その種類には片頭痛や緊張型頭痛などがあります。どちらも脳や身体に深刻な異常があつて起こるものではなく、直接生命にかかわるような心配はありませんが、「頭痛もち」の方にとってはアタマの痛い問題にちがいないでしょう。

いざご専門医の診察を

片頭痛はなんらかの刺激によつて三叉神経が頭部の血管に作用し、炎症を引き起こすことで生じる頭痛。片頭痛の名の通り、

片側のこめかみから目にかけてのあたりが、ズキズキと脈打つように痛むのが一般的な特徴です。歩行などの日常の動作によつて症状が強くなる、とてもヤツカイな頭痛です。はつきりとはわかる痛みで始まらず、肩凝りや首のハリをとまなうことも多く、そんなときにマッサージのつもりで頭を振ったりするとかえつて症状が悪化することもあるため、くれぐれも注意してください。たかが片頭痛と思つて放つておくと仕事や家事に大きな支障をきたすこともあるので、面倒でもいちど専門医の診察を受けるのがベターでしょう。

緊張型頭痛は、頭のまわりの筋肉に乳酸などの痛み物質が溜まることで起こるとされ、頭全体に鈍い痛みが広がります。こちらは軽いストレッチや体操によつて痛みをある程度やわらげることができますが、片頭痛と

同様、専門医の診察をオススメします。

痛みが激しいときは すぐに病院へ

慢性頭痛とは異なり、緊急を要するのが二次性頭痛。クモ膜下出血や脳出血などいわゆる脳卒中による頭痛で、放つておけば身体に障害が残ったり、生命に危険を及ぼす恐れがあります。どのような症状が現れるかというと、クモ膜下出血の場合、突然バットで殴られたような激痛が走り、激しい吐き気をとまいません。脳出血では手足がしびれたり、ろれつが回らなくなったりして、頭痛が徐々に強くなります。万一、これらの症状が現れたら早急に、病院でCTやMRIなどを含めた検査を受けてください。受診が早ければ早いほど、治療効果が期待できます。