

片頭痛とはどういう病気ですか？

片頭痛は神経の過敏症です。喘息やアレルギーと同様に体質です。体質なので、完全になくすことは困難ですが、年齢と共に症状は良くなることが多いです。遺伝もあります。

ストレスなどにより、脳と頭の痛みを感じる神経が過敏となり、脈打つような頭痛、吐き気、光がまぶしい、音がうるさい、めまいなどの過敏症状を起こします。



片頭痛ではどのように生活すればよいのでしょうか？

誘因を避ける必要があります。誘因としては寝過ぎ、寝不足、飲酒、過度な運動、強い光、生理、空腹などです。食べ物ではチーズ、チョコレート、調味料、飲み物ではカフェイン、ワインなどのとりすぎを避けて下さい。よって、規則正しい適度な食事、睡眠、運動などを心掛けて下さい。



片頭痛はどのように診断するのですか？

病歴と症状よりほぼ診断できます。稀に頭蓋内の病気が隠れていることもあるので、CTやMRIの画像診断も一度は必要です。片頭痛を放置すると脳梗塞を起こすことがあり、MRIなどの精査をお勧めします。



片頭痛はどのように治療するのですか？

片頭痛にはトリプタンと呼ばれる特効薬があります。片頭痛発作時にすぐ内服して、頭痛を改善します。片頭痛の特効薬なので片頭痛以外の痛みには効果がありません。頭痛が起きて何時間もしてからではトリプタンも効果はなく、頭痛の初期に早めに内服することが有効です。片頭痛の頻度が週に2回以上の場合は予防薬をお勧めします。予防薬は毎日内服する必要がありますが、2か月内服すれば、頭痛の頻度が減って、やめることも可能です。長期に予防薬を内服している方もいますが、問題ありません。



鎮痛剤のみの治療でよいのでしょうか？

鎮痛剤は痛みを無理やり抑える薬で、一時しのぎで原因治療ではありません。鎮痛剤を長期に飲み続けると、かえって痛み過敏となり、頭痛が悪化慢性化します。

鎮痛剤は週に2回までとし、予防薬などを併用することが望ましいでしょう。



片頭痛以外の頭痛はどんなものがありますか？

脳腫瘍、脳卒中、脳炎、髄膜炎、低髄圧など頭痛を起こす病気は多数あります。頭の病気以外に、目、鼻、耳、頸部、顎、心臓、内分泌など多くの病気で頭痛を起こします。すべてを一度に検査することはできないので、病歴や症状から疑わしいものから検査をし、必要な治療を行います。必要に応じて各診療科で精査します。

