支部研究会

NSAIDSで終わりにしない

を救おう!」をテーマに、 協会会議室とWEB配信併 ツをつかんで頭痛患者さん 横浜支部は4月18日、「コ 身の経験を絡めながら診療 を当て、様々なデータや自 のコツを披露した。 の3種に分けられている。 痛性脳神経ニューロパチー

働き世代が多数 片頭痛の74%は 生活に支障

口千佳子氏が務め、53名が

高い一次性頭痛にスポット 参加した。当日は有病率の

次性頭痛、二次性頭痛、

用で研究会を開催。講師は

せやクリニック副院長の川

頭痛は国際頭痛分類で一 有 性頭痛(群発頭痛など)、咳・ 運動・アイスクリーム頭痛 意である。▼MRA・MR 脳に原因があり、見逃し注 などである。二次性頭痛は 痛、③三叉神経·自律神経 異常が無く明らかな原因が | 普及後に症例が増えた椎 には①片頭痛、②緊張型頭 不明な頭痛を指す。具体的 一次性頭痛は脳・身体に ーに分類される。 ルと紹介した。

丁寧な問診で鑑別診断 週に "何日、薬を飲む?

治療薬を詳細に解説した。 ズムや症状の差異、予防薬・ 記)。一次性頭痛のメカニ 述べた上で、コツを提示(下 診で診断する場合が多いと 神経内科では、丁寧な問 する腹部片頭痛に留意し、

in)、▼歩いて来るくも膜

の40%は歩いて来る(walk-く頭痛のみのくも膜下出血 骨動脈解離、▼神経症状な

は難しいこともあり、MR

下出血などは問診での診断

や早期紹介が望ましいとし

%が生活に支障をきたす痛 で、最多は①の片頭痛が占 た。歯が痛む三叉神経痛は、 や20~50代、働き世代・子 みを抱えている。特に女性 める。その片頭痛持ちの74 育て世代の有病率が高く、 有痛性脳神経ニューロパチ 経済損失も年間数兆円レベ 慢性頭痛の有病率は40% して▼拍動性、▼基本3日 会社を休む、▼お風呂・ア 吐、▼光・音・臭い過敏、 段昇降で悪化、▼悪心・嘔 兆、 ▼NSAID sが効か 以内で収まる、▼歩行・階 ▼閃輝暗点など可逆性前 ない・効きにくい、▼学校・ まず、①片頭痛の特徴と 学校生活を点数化してもら

化、▼誘因はストレス・気 の変動の影響を受けないた れ、小児患者は腹痛で発症 がると説明した。 ルコール・マッサージで悪 生理―などを列挙。閉経を 光・空腹・特定の食べ物・ 迎えた女性はエストロゲン 圧変動・睡眠不足・寝すぎ・ また遺伝の影響にも触

痛難民を作らないために 受診もしくはNSAIDs えましょう」と再来院を促 で、記録して次回教えて下 も、「今回処方する薬の効 さい」、「治療がうまくいか 果や副作用が分からないの の処方で終了している。頭 すことを提案。記録には頭 なければ他の方法に切り替

支部研究会の様子(協会会議室)

の激痛、▼3時間以内で収 まる、▼鼻水・涙・顔面の ▼痛みでじっとしていられ ③群発頭痛は特徴的で▼ タン製剤を処方して適切な まずは2週間の服用の我慢 だと頭痛の原因を説明し、 以上続くと罹患リスクが高 を提案する。併せてトリプ

た。

りからくる」と訴えるもの は片頭痛の前兆の場合が多 再診予約をとって

ジで改善、▼悪心・嘔吐は も多く、鑑別は難しい。日 述べた。ただ片頭痛と緊張 少ない、▼光・音過敏−と 呂・アルコール・マッサー 事・学校は行ける、▼お風 覚、▼軽度から中等度で仕 続く、▼締め付けられる感 両側性、▼一日中・一週間 本の片頭痛患者の7割が未 型頭痛を併発している患者 ②緊張型頭痛の特徴は▼ トバージョン、発作性片側 頭痛にも触れた。 が収まる群発頭痛のショー に聞き取るべきと注意喚 るため、痛みの程度を丁寧 は間欠期でケロッとしてい 同時刻に起こる、▼アルコ い等)、▼早朝・夕方など ない(頭を壁に打ち付けた 製剤や酸素吸入が有効と述 起。治療薬にはトリプタン べた。また20~30分で痛み ルで悪化ーなど。来院時

専門医への紹介も一つ 薬剤乱用性は治療困難

痛)があり、鎮静剤を10日 が重要になると解説した。 月に15日以上頭痛(慢性頭 高い。問診でも触れた「鎮 は特に要注意で、再発率も 静剤の服用、日数・の把握 以上内服する生活が3カ月 薬物乱用性頭痛(MOH) 内科)へ紹介する一など、 度が高い・程度が重い場合 らい再診予約をとる、▼頻 に(二次性頭痛を見逃さな 臨床で役立つコツを披露し (鎮静剤を出し続けない)、 等を処方、▼治療困難な薬 い)、▼頭痛を記録しても ▼CGRP関連製剤のため 物乱用性頭痛をつくらない は予防薬やトリプタン製剤 鑑別診断のため問診は丁寧 最後に、まとめとして▼

動画はコチラ

分かりやすいスライド資料を

用いた当日の動画は会員ページ

で公開中!予防薬や治療薬につ

いても紹介されています。

頭痛ダイアリーで記録

現状で取り組んでいる施設 を紹介。医師・看護師・理 われる。理想とされる一方、 るチーム医療に加え、患者 的治療プログラム(MTP) 同士の支援・情報共有が行 として、多職種による集学 学療法士・心理療法士によ は少数だと説明した。 使用を促すと良いと述べた。

コツをつかんで 頭痛患者さんを救おう!!



医療法人 謙武会 せやクリニック 川口千佳子

協会HPのパスワードがご不明な方は、**☎**045-313-2111へ



または週に何日頭痛薬を飲みますか? (「回数」ではなく 「日数」で頭痛の頻度を尋ねる)

- ②市販の頭痛薬は効きますか?どの薬
- ③どこが痛みますか? (側頭葉、目の奥、後頭部)
- ④ずきずき、がんがん、どくんどくんしますか?
- ⑤頭痛で寝込みますか?

頭を動かすだけで悪化しますか? 真っ暗で遮音した部屋で寝たいですか?

- ⑥頭痛の時、吐き気はありますか?
- ⑦目の前に黒い部分が出て見えにくくなりますか? (目の前がチカチカするのは閃輝暗点と異なる)



講師 川口千佳子氏

痛ダイアリーやアプリを紹

うと補足。この他、「肩と (具体的な薬剤名は動画を GRP関連製剤を紹介した 漢方の他、 専門医が使うC 患の方には有効とした。予 が、先にトリプタン系の処 Dsを用いる場合もある れなかった方や、冠動脈疾 トアミノフェン・NSAI 防薬にはアミトリプチンや タン系は他剤で効果を得ら んをお勧めした。 新しいジ 急性期の治療薬にはアセ