



知つておきたい！

頭痛の基礎知識



【プロフィール】
平成17年新潟大学医歯学総合研究科(大学院)卒業、医学博士。新潟大学医歯学総合病院、新潟市民病院など県内外の医療機関に勤務後、2019年に「にいがた脳神経クリニック」を開院。日本脳神経外科学会専門医・指導医、日本脳神経血管内治療学会専門医。

(図1) 頭痛の分類

一次性頭痛	二次性頭痛
体质や環境・生活習慣により引き起こされるもの	脳や身体の病気が原因で起こるもの
◆くも膜下出血 (脳動脈瘤の破裂)	◆慢性硬膜下血腫
◆脳内出血	◆脳腫瘍
◆頭痛	◆脳膜炎
◆脳以外の疾患による頭痛	(高血圧・副鼻腔炎・神経痛などによる頭痛)

怖くないけど慢性的にツライ「一次性頭痛」

頭痛は、体质や環境・生活習慣によって引き起こされる「一次性頭痛」と、脳や身体の病気が原因で起こる「二次性頭痛」に分けられます(図1)。一次性頭痛は、命の危険はないものの、日常生活を送る上では大変悩ましいものです。図2に一次性頭痛の種類とその特徴と主な症状をあげます。片頭痛の場合は、トリプタン製剤という薬が非常に有効であり、内服薬で効果が乏しい場合には吸入薬や注射剤もあります。頻度が高い方の場合は予防薬があります。鋭く激しい痛みが特徴の群発頭痛は、はつきりとした原因是不明ですが加齢と共に発作がおこらなくなります。頭痛発作への対処としてはトリプタン製剤の注

(図2) 一次性頭痛の種類

片頭痛
◆20歳代～40歳代の女性に多い
◆頭の片側が脈うつ様に痛む
◆吐き気を伴う
◆明るい光や音、臭いで痛みが増す
◆4時間～3日程度で収まるが繰り返しやすい
◆月経周期や気圧の変化を引き金に起こる事もある

群発頭痛
◆「眼に火箸を差し込まれた様な」眼球をえぐり取られる様な激しい痛みが1～2ヶ月続く
◆毎日同じ時間帯に1、2時間ほど起こる
◆男性に多く、喫煙とも関係

緊張性頭痛
◆両側側頭部から後頭部にかけて、締め付けられる様な痛み
◆同じ姿勢で長時間作業をするデスクワークの方が多い
◆心身のストレスによる頭部から首、肩までの筋肉の過剰な緊張に伴って起こる

薬剤乱用性頭痛
◆月の半分以上で頭痛があり、頭痛薬を過剰に服用している
◆片頭痛が緊張性頭痛のどちらかで悩んでいた方が、頭痛薬の過剰摂取によって引き起こされるケースが多い

(図3) 二次性頭痛の主な種類

脳内出血	くも膜下出血(脳動脈瘤の破裂)
◆高血圧症により脳内の動脈が破裂して出血を起こす	◆突然、頭が割れるような激しい頭痛が起きる
◆手足の麻痺や言語障害を伴う	◆脳の血管にできる脳動脈瘤というこぶが突然破裂する事で起こる
◆出血の拡大によっては致命傷に	◆重症の場合は頭痛が発生後、すぐに倒れて死に至る危険性もある

慢性硬膜下血腫	脳腫瘍
◆高齢者の転倒や軽い頭部の打撲をきっかけに発症	◆腫瘍が脳を圧迫することで頭痛を発症
◆頭痛に加え物忘れ症状、歩行障害、食欲低下なども伴う	◆早期には朝起きがけの頭痛として自覚される

髄膜炎
◆脳を覆っている膜が細菌やウイルスに感染し炎症する事で、強い頭痛を起こす
◆早期に診断・治療しないと重症化して命にかかる

脳以外の疾患による頭痛

高血圧による頭痛、副鼻腔炎による頭痛、頭部や顔面の皮膚の知覚を担う神経が炎症を起こすことで起こる頭痛など



高性能な1.5テスラ超伝導MRIとマルチスライスCTによる高度な画像診断による質の高い診断と外来治療を行う。入院や手術が必要な際には近隣の高度医療機関との緊密連携で、最適な治療への道案内を担う。



にいがた脳神経クリニック
NIIGATA BRAIN CLINIC

新潟市中央区女池6-4-64
025-288-0555

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00～12:00	●	●	●	●	●	●	/
14:00～18:00	●	●	●	/	●	/	/

*休診:木曜午後、土曜午後、日曜祝日
※予約なしでも受診可
(受付は診療時間終了の30分前まで)

が可能です。神経痛に関しては、抗ウイルス薬で原因の治療を行いながら、神経痛に特化した鎮痛剤によって痛みのコントロールを行います。

頭痛は早期診断・治療が重要
頭ドックも疾患予防の一助に

これまで解説したすべての頭痛に共通しているのは、詳細な問診と迅速な画像検査を行い、その頭痛が危険な頭痛かどうかを最初に判別し、早期診断することが大変重要という点です。問診では、いつかどの様に痛いのか、まずは詳しくお話をきかせて下さい。そしてもう一つ、予防の一

環としてぜひ脳ドックを検診選択肢の一つに入れて頂きたいです。特に一次性頭痛の中には、発症前の兆候が画像診断で判明する場合も数多くあります。ご自分の(EIFスタイル)を振り返ってみると、「怖い頭痛」のような大変な病気を防ぐために積極的に検診を受けること。そして、頭痛でお悩みの方は、自己判断せずに必ず専門医に相談してください。

射や酸素吸入に効果があります。緊張性頭痛の場合は、消炎鎮痛剤が有効ですが、作業時に良い姿勢を保つこと、首から肩まわりの筋肉の力としなやかさを保つことで治ります。頭痛薬の頻繁な服用をやめる事で治りますが、これらの頭痛により多量の薬を頻繁に服用することでおこる薬剤乱用性頭痛です。頭痛予防薬でサポーターしながら頭痛薬の頻繁な服用をやめることで治りますが、やめた直後は反動で強い頭痛がくる為、これを乗り越える必要があります。背景が大きい場合や頭痛の頻度が高い場合は、精神的な緊張を緩和する為に安定

性頭痛の場合は、消炎鎮痛剤が有効ですが、作業時に良い姿勢を保つこと、首から肩まわりの筋肉の力としなやかさを保つことで治ります。頭痛薬の頻繁な服用をやめる事で治りますが、これらの頭痛により多量の薬を頻繁に服用することでおこる薬剤乱用性頭痛です。頭痛予防薬でサポーターしながら頭痛薬の頻繁な服用をやめることで治りますが、やめた直後は反動で強い頭痛がくる為、これを乗り越える必要があり、病気の理解と根気が必要です。