

まどろみ(片頭痛)をなくしたい

“おなご先生”の独り言in診察室

(51)

りびえするの読者の皆さま、元気で過ごしておられますか？ 心身のリフレッシュはどうですか？ 私は休診日になりね？ 私は休診日になりね？ 私は休診日になりね？

め、じつとしていざるを得ない

④ちよつとの光、音、臭いが気になる

⑤月に1度〜2度、多い時で週に1〜2度くらい

の割合で頭痛が生じる

片頭痛は女性に多く、しかも働き盛りの30代、40代に特に多い疾患。また片頭痛は血管が何らかのメカニズムで拡張伸展

しすぎて、併走している神経を圧迫して生じる痛みです。だから動脈硬化が少なく血管が伸び縮みするくらい若い？ という証拠がもしもありませんね

それで問題。Q1・この片頭痛の症状を全年齢層の女性の約

9%③約15・9%②約12・女性の場合、仕事だけでなく子育てや家事を抱えており、休む間もない忙しさ。ほつとしたい休日などに片頭痛で苦しめられたりすると、本当に悲しくなりますね。

では、片頭痛はなぜ女性に多いのでしょうか？

一つには女性ホルモンとの関与が言われています。女性は子孫を残すべく卵巣からエストロゲンホルモンが分泌され、排卵が起こります。排卵後黄体が形成されて黄体ホルモンであるプロゲステロン

やすい環境を整えます。エストロゲンはその分泌量がピークを過ぎるとだんだんと減少していきま

すが、それが片頭痛を起す原因の一端とも言われています。

また月経と関連して生じる、月経関連片頭痛も

“ちよんぼしが気になる片頭痛”の巻



服用を抑えたらよいのでしょうか？

①多くても月5日未満

②多くても月10日未満

③多くても月15日未満

できれば、週2日くらいまでが理想です。こうい

えばもうお分かりですね。月経中に片頭痛が生

じ、3日続けて薬を飲んだけれど、それ以外は1

週間1度くらいという方なら3日続いても大丈夫です。

ではどうすればよいのでしょうか？ 一人で悩まずに医療機関で受診して

みて下さい。正しい治療を受けるためには、頭痛の症状を細かくメモし

てもらうと医師としては助かります。片頭痛は薬

で十分コントロール可能な疾患で、痛くなってから十分効く内服薬や点鼻

薬のトリプタン系薬剤がありますからご安心あれ

ただし、この薬剤は医師の処方が必要ですので一般薬局(OTC)では購

入できません。

以上、片頭痛について

説明しましたが、くも膜下出血のような生命にかかわる恐ろしい頭痛もあります。

①今までに未経験の激しい頭痛である時

②手足のマヒや複視(1つのものが2つに見える症状)を伴うケース

③けいれんを伴うケース

④突然生じる頭痛

⑤発熱、炎症を伴うもの

⑥意識障害を伴うもの

このような症状のものは緊急を要するもので、特に注意が必要です。

答え Q1②約12・9%

Q2②多くても月10日未満

(いんべ杉谷内科小児科 医院院長・杉谷美代子)

松江市東忌部町

訂正 前号のメタボリック

クシンドロームの説明の中で、危険因子の「高血

圧症」「糖尿病」は「高血圧」「高血糖」の表記の誤りでした。