

# 愛子先生の診察室便り

患者さんの健康上の気掛かりになることをお便りしていきます。

## 頭痛について(続編)

今月は、原因がはっきりしている二次性頭痛について考えましょう。前回、一次性頭痛は症状の頻度や重度は別として、“良性”と区別されることをお伝えしました。二次性頭痛には生命にかかわる“悪性”の頭痛が含まれます。その特徴を知っておくことで、予後が変わってきます。

### 二次性頭痛の主な特徴

- 突然起こる頭痛。
- 今まで感じたことのない頭痛。
- 我慢できない、後頭部をカナヅチで殴られたような痛み。
- 意識の変化、言葉や運動の障害・麻痺。

二次性頭痛の代表的な疾患にくも膜下出血が挙げられます。くも膜下出血の殆どの原因は、脳動脈の壁一部の欠損により、大きくなった瘤(こぶ)が破裂する脳動脈瘤破裂によるものです。くも膜下出血はMRIやCTなどの画像検査で診断し、脳動脈瘤の位置を確定後、外科的処置で治療します。術後は生活習慣を見直し、適切な内服薬の調整などで、再出血予防を徹底していきます。

そのほかの二次性頭痛の原因には、外傷、感染症、脳腫瘍、自己免疫病などがあります。一次性頭痛の症状を抑えるため、定められた期間・容量を超えて薬を使用することで頭痛が悪化する薬物乱用頭痛も二次性頭痛にグループ分けられます。

また、片頭痛(一次性頭痛)持ちの人がくも膜下出血(二次性頭痛)を起こすこともあります。そのため、一次性、二次性頭痛にかかわらず、ご自身の『何か違う』という勘を無視しないように心掛けて下さい。原因を追求することで、頭痛は治療や症状軽減が可能です。特に突然の頭痛や、**今まで経験したことのないような頭痛、いつもの頭痛と様子が異なる頭痛などは自己判断せず、遅れずに受診する**ようにして下さい。普段“頭痛持ち”で、病院にかかったことがない方は、診察に行く前に、「いつどんな痛みがあったか」頭痛日記をつけて持参すると良いでしょう。

なにかと頭痛の種となる出来事が多い12月は、暴飲暴食をせず、水分補給や休養を1日のルーティンに入れましょう。良いお年をお迎え下さい。



### 富田 愛子 Dr. Aiko (Tiarni) Tomita

神奈川県出身。オーストラリア滞在歴20年以上。NSW州で多くの医療機関、クリニックでの勤務を経て2014年よりメルボルンで診療を始める。豪州総合診療科学会認定専門医 (FRACGP)。東海大学医学部客員准教授。医学博士。

