

いきいき健康術 第55回

『頭痛にこころ』

このコーナーは、町立病院・診療所の医師や専門職員がみなさんにお届けする健康情報「コーナー」です。
今回の担当は和知診療所の川人 豊先生。日ごろから多くの人々を悩ませる「頭痛」についてのお話です。

頭

痛と言っても、痛みの場所や程度などさまざまで、原因により症状が異なります。頭痛を大きく分けると、緊張型頭痛、偏頭痛、群発頭痛のほか、神経性頭痛があり、何が原因なのかは注意が必要です。鎮痛剤を飲んでごまかしていると痛い目にあうことがありますので気を付けてください。

緊張型頭痛とは

頭痛の原因の七〇％程度を占め、一日中痛みが持続するタイプのもので、肩や首の後ろの筋肉が緊張すること(肩こりなど)で生じるもので、重だるく、頭が締め付けられるような頭痛です。首・肩の回旋運動やマッサージ、ストレッチが有効ですが、頸椎の病変でも生じることから、治りが悪い場合はX線をとることがあります。

偏頭痛とは

頭痛の原因の二〇％程度を占め、比較的女性に多いのが特徴です。前兆(チカチカとしたまぶしい光やギザギザ線が見えるなど)のあることがあり、月に数回程度、収縮していた血管が拡張することによって起こる頭痛です。にぶい痛みから始まり、拍動する強い頭痛になります。現在は、セロトニン作用薬が特効薬として使われています。

注意が必要な頭痛の症状

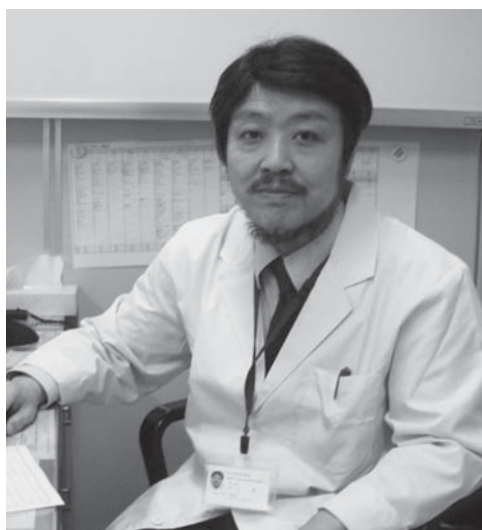
ほかに、突然の強い頭痛、長く続く頭痛は要注意で、吐き気や意識の低下がある場合は「くも膜下出血」、高熱を伴えば「髄膜炎」や「脳炎」の可能性があります。また、頭痛が何日も続き、症状が悪化する場合は、頭部の打撲により脳内に血のたまりができる「慢性硬膜下血腫」が疑われます。

このような症状がある場合は、早めに医療機関を受診し、頭部CTなどの検査を受けましょう。

和知診療所情報

和知診療所では、午前中の診療開始時間を午前九時三十分に変更しています。なお、受付時間は従来どおり午前八時三十分から行っていますのでお間違えのないようお願いいたします。

☎ 84-11112



かわひと ゆたか
内科医師 川人 豊先生
(和知診療所)