

梅ノ辻クリニックは、頭痛に力を入れているクリニックとして、皆様に頭痛のいろいろな情報を提供してゆきたいと思います。



トピックス



女はつらいよ・・・頭痛で悩む人の数には男女差がある



私どものクリニックにおける頭痛外来の統計によると、昨年（2008年）1年間の新患さんは、女性が男性の約3倍の数でした。これは全国どこの医療機関においてもほぼ同じ傾向がみられます。外来で最も多く見られる頭痛は片頭痛です。一般に肩こりやストレスなどが原因で生じる頭痛である緊張型頭痛が数としては最も多いのですが、会社を休んだり、家事ができなくなったり、寝込んだりするなど、日常生活に差し支えを生じる頭痛としては片頭痛が多く、そのため外来を受診される頭痛の方は片頭痛が最も多いのです。その片頭痛は20歳代から40歳代の女性が圧倒的に多く、頭痛の強さや頻度は妊娠、出産で変化し、また生理前や生理中に頭痛が始まることが多いのです。また更年期になると若いころに悩んでいた頭痛がうそのように軽くなる方がおられます。このように頭痛は女性ホルモンが深く関係しているといわれています。また頭痛の原因となることがある肩こりは、パソコンの入力作業を伴う仕事などによっても生じ、女性の社会進出に伴ってひどい肩こりの女性が増えています。女性は頸部や肩の筋肉自体が男性よりも細く、このため緊張型頭痛や肩こりも女性のほうが起こりやすくなるといわれています。このような事情で、頭痛は男性よりも女性のほうが断然多いのです。「女はつらいよ」ですね。

■ 頭痛相談 Q & A

30歳代女性の質問

Q：私は生理のときだけに頭痛があります。かなり強い頭痛で、よく嘔吐してしまいます。鎮痛薬もなかなか効きません。どうすればいいでしょうか。

A：生理のときだけ頭痛がある、このような頭痛は「純粋月経時片頭痛」といいます。多くは生理時にもあるが、生理とは関係ないときにも起こるものです。この生理のときに起こる頭痛は特徴があります。まず頭痛が強くて薬が効きにくく、片頭痛の特効薬であるトリプタンも効きにくいことが多いのです。ですから治療に難渋することがあります。あらかじめ頭痛の来る時期がわかっているときは、そのタイミングで予防薬や長時間作用方のトリプタンなどを服用してみるとということも考えられます。

■ 頭痛に悩んだ人びと

嶋大輔 （俳優、ミュージシャン）

嶋大輔さんは、芸能界でエネルギーに活躍されていますが、高校生のころから頭痛があったそうです。寝すぎると頭痛がして、また歌を歌っているときも照明がきつくて頭痛がしていました。そのうちだんだんと鎮痛薬を飲む回数が増え、気がついたら毎日薬を飲むようになっていました。もともとの片頭痛に別の頭痛が加わって、鎮痛薬でごまかしているうちに薬物乱用頭痛になったと考えられます。蓄膿症もあって頭痛を悪化させていました。今は薬も少なくして頭痛の予防薬を飲み、よくなっておられるようです。

梅ノ辻クリニック

文責 頭痛専門医：山田洋司

〒780-8011 高知県高知市梅ノ辻8-7

Tel：088-833-4580

URL <http://www.umenotsuji-cl.jp/> 2009. 8. 25発行