



診察する清水医師。初診では血圧測定をし、問診に時間をかける

「頭痛」ときにMRIや血液検査を実施する。

そこで今回は頭痛の実態について取材するため、東京・汐留にある汐留シティセンターセントラルクリニックを訪ねた。ここでは現代の頭痛治療を牽引する、清水俊彦医師が「頭痛外来」を開設している。

「ここ一カ月ぐらいで急に痛みが強くなった」「手足のしびれやマヒが出る」といった症状があったら、すぐにMRI検査などを受けたいという。脳波検査も一般的な医療機関での検査ではあまり行われていない。しかし、清水医師は、これは頭痛の状態を診断する上で欠かせない検査だという。

脳波検査では、患者は頭に22個の電極を付け、診察用のベッドに横になる。部屋が暗くなったところで光を点滅、刺激を受けたとき、安静時の脳波をとる。検査時間は10〜20分程度だ。

多くの頭痛患者の脳波をみてきた清水医師は、現代人の頭痛の一つの可能性として、次の点を指摘する。「程度の差はありますが

が、慢性頭痛を抱える患者さんの場合、長引く痛みの影響で、脳がかなり敏感になっていきます。脳波検査の結果をみると、ほとんどの方の脳波が光の刺激によって大きく振れ、かなりの興奮状態を示します。また、光の刺激が止んでも、その状態は続いています」  
ここまで脳が興奮すると痛みのほかに、集中力の低下、神経が高ぶる、眠れないといった症状が出てくるという。さらにひどくなると、仕事や対人関係にまで影響を及ぼしかねないと清水医師は言う。

### 薬物乱用頭痛が脳の興奮を惹起する

しかし、頭痛と脳の興奮や過敏性とはどう関係するのか。清水医師は言う。「実は、片頭痛のたびに脳の異常な興奮が起こるのですが、何度もそれが繰り返

「片頭痛の患者さんの脳の興奮はまず光で始まり、次に音、最後ににおいとなります。音に過敏になっていく方は重症、においに過敏になっていく方は最重症と考えられます」

「冒頭で、頭痛には慢性頭痛と二次性頭痛があると紹介したが、実は二次性頭痛のなかにも、「薬物乱用頭痛」というものがある。これは市販の鎮痛薬が頭痛を誘発するものだ。痛みが出たらそれをまた薬で治そうと



脳波測定では決められた場所に電極を貼り付けていく。耳にもつけるのがおもしろい

「鎮痛薬は表面上の痛みをとりませんが、脳の興奮状態は抑えられません。したがってきちんと治療をしている方より脳の興奮状態が慢性化しやすいのです」  
清水医師は脳の過敏性に対し抗てんかん薬などを予防的に用いている。3カ月程度で頭痛の回数が減り、過敏性もとれてくるという。さらに、清水医師の研究で、水ぼうそうの原因となる水痘・帯状疱疹ウイルスが片頭痛や群発頭痛に関与していることが分かった。

「血液検査で抗体価が高い方に抗ウイルス薬を追加で服用していただくと、頭痛が治まるのが少なくありません」(清水医師)

まさに、目から鱗の最先端の頭痛治療。原因を診断せずに鎮痛薬を出すだけの治療とは根本的に異なる。決して難しい治療法ではないが、一般の内科医には中々広まらない。これ以上の頭痛の悪化を避けるためにも患者としては一日も早く、最先端の治療が広く確立することを願うばかりだ。



検査室で行われる脳波測定の様子。光の刺激刺激は一定時間あり、数回繰り返される。痛みはまったくないが、目を閉じていても光の刺激は必ず感じられる

医療ジャーナリスト

伊藤隼也が行く

ニッポンの医療現場 第22回

## 頭痛と脳過敏症候群 —“生活の質”を高める医療III—

# なかなか治らない慢性頭痛 意外なものが原因だった？

頭痛に悩む人の多くは「単なる頭痛だから」と決めつけて、市販の鎮痛薬などでやりすごしているのではないだろうか。しかし、頭痛には重大な病気が潜んでいたり、思わぬことが原因になっていたりすることもある。今回は以外と知られていない頭痛の実態を取材した。

日本人の5人に1人 頭痛に苦しむ人は多い

わが国における頭痛患者人口は3000万人あまり。日本人の5人に1人が経験している身近な症状だ。

頭痛と一口にいっても、いくつかタイプに分かれている。代表的なものは後頭部から首筋にかけて張ったように痛む「緊張型頭痛」、こめかみのあたりが脈を打ったように痛む「片頭痛」、目の奥がえぐれるように激しく痛む「群発頭痛」で、この3つが慢性頭痛(二次性頭痛)と呼ばれるものだ。また、これらの複合型もある。このほかに、くも膜下出血や脳腫瘍など別の病気が原因で生じる二次性頭痛がある。

慢性頭痛に対しては、最近、片頭痛の特効薬ともいわれるトリプタン系薬剤が使われるようになり、多くの患者が救われるようになった。しかし、その一方で、市販の鎮痛薬でやりすごしたり、病院でも適切な治療を受けられなかったりして、いまもお頭痛に苦しむ人たちが多いのも事実だ。