



子どもが「頭が痛い」と訴える時、どのようなことが考えられるでしょう。今回は「**子どもの頭痛**」についてのお話です。

頭痛は原因となる病気がない「**一次性頭痛**」と風邪やインフルエンザなどが原因となる「**二次性頭痛**」の二つに大きく分けられます。どのような痛み方なのか、痛み以外の症状はないかを観察し、緊急性がある症状なのか見極めることが大切です。しかし、小さい子供は自分で症状を正確に伝えることができません。そのため、頭痛のタイプを理解し辛い症状を早期に軽減させてあげる必要があります。

一次性頭痛

片頭痛

ズキンズキンと波打つような痛みで、発作的に始まります。発作の時は寝込むほど痛みが強く、吐き気を伴ったり光や音、においに敏感になる場合があります。頭痛前に生あくびや見ようとするところがぼやけて周りがキラキラして見えることがあります。

遺伝的要素が強く、家族、特に母親が偏頭痛を持っていることが多いです。

症状が出た時は暗い部屋で、静かに安静に過ごして下さい。

緊張型頭痛

頭が締め付けられるように痛むのが特徴です。そのメカニズムははっきりとはわかっていませんが、頭や肩、首の筋肉の緊張やストレスが主な原因となると言われています。痛みは片頭痛ほど強くない、吐き気や嘔吐は伴いません。



二次性頭痛

感染症などに伴う頭痛

風邪やインフルエンザ、胃腸炎の時にも頭痛を訴えることがあります。その場合、元となる感染症が落ち着けば、症状も軽減していきます。

また、ごく稀ですが中には脳出血や脳腫瘍、髄膜炎や脳炎など頭の感染症などが原因のこともありますので注意が必要です。



子どもが頭痛を訴える時・・・

解熱鎮痛剤として処方されている「**カロナール**」「**アンヒバ坐剤**」が**第一選択薬**（まず使う薬として推奨されているもの）です。

熱がなくても使用できますので、痛みが強くなる前に辛そうだったら使用してあげてください。

すぐに受診が必要な頭痛

- 意識がもうろうとしている
- けいれんをおこしている
- 何度も繰り返して吐く
- ぐったりとしている
- 麻痺、しびれなどの症状がある
- 耳の聞こえが悪い
- 物が二重に見える

このような症状がある場合は、画像診断など精密検査が必要になることがあります。

・・・中には鎮痛剤を使用しても症状が軽減しない頭痛もあります

起立性調節障害や心因性の頭痛などは鎮痛剤は無効であると言われてます。そのような場合は、その他症状も含め、受診にて相談してください。



今月の絵本

みけねこキャラコ

クリニックの本棚にあるよ♪

どいかや

みけねこのキャラコはかかっているちゃいろが少ないのが気がかりでした。でもそんな自分を努力して大好きになりました。みんなも自分を大好きになろうね！



お知らせ

インフルエンザは発症してから**48時間以内**に治療をすると、体内でのウイルスの増殖を抑えると言われてます。

しかし、**インフルエンザの検査は発症から12~24時間**が経過していないと体内のウイルス量が検査で判定できるだけ十分に増えていない、陰性の結果になることがあります。そのため陰性の結果が出たとしても、検査のタイミングが早いと、翌日再検査が必要な場合があります。

学級閉鎖になっている学校も出てきました。手洗い、うがい、マスクの着用など感染予防をしっかりと行いましょうね！！



次回もおたのしみに～