



子どもでもこの症状で辛い思いをしている子ども多いと思います。今回は「片頭痛」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。クリニック通信2018.2月号(No.50)にて説明をしていますのでご参照ください。

小児にはどのような頭痛が多いか

小児の一次性頭痛の代表的なものは、片頭痛と緊張性頭痛です。その中でも**片頭痛は比較的頻度が高い頭痛**です。小児・思春期では多く、小中学生の4.8～17.2%が片頭痛だと言われています。



小児の片頭痛の症状、診断

片頭痛の症状は、**前兆があるタイプとないタイプ**があります。前兆があるときにはキラキラした光、ギザギザした光が視界に現れて見えづらくなる**閃輝暗点**という症状を感じる方が最も多く、他にもチクチク感、感覚が鈍くなる、言葉が出にくくなるなどの症状があります。日本の片頭痛の患者のうち、約20%が前兆あり残り約80%が前兆なしと言われています。



通常は前兆症状が5～60分続いた後に頭痛が始まります。片頭痛による頭痛は、発作的に起こり4～72時間持続し、**片側性のズキズキと脈打つような拍動性の痛み**が特徴です。感覚が過敏となって普段は気にならないような**光、音、においを不快に感じる**方も多いです。また、**吐き気、嘔吐を伴う**ことが多く、階段昇降などの日常的な動作によって頭痛が増強するため寝込んでしまい、学校や仕事に支障をきたすこともあります。

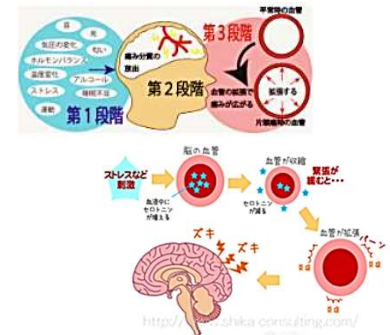


片頭痛の診断は、国際頭痛分類第2版 (ICHD-II) という基準がありますが、小児の場合はその基準に適さないこともあると言われています。**痛みの持続は1～72時間で頭痛部位は片側性ではなく、両側性(前頭側頭部)である場合が多い**です。後頭部を痛がることは稀です。もし、後頭部を痛がることが多い時には他の疾患を疑う必要があります。



片頭痛のメカニズム

脳の硬膜には三叉神経という顔面の感覚を司る神経の終末が存在します。片頭痛は一度収縮した脳の血管が過剰に拡張して起こるとされています。過剰な太さに広がった血管は三叉神経という神経に刺激を与え、痛みの原因となる物質が放出され血管の周りに炎症が起きます。この炎症によりさらに血管が広がり、ますます三叉神経に刺激を与え、この刺激が大脳に伝わり痛みとして認識され、頭痛が起きると言われています。



片頭痛が生じた時はどうすればよいか

片頭痛は血管が拡張することで起こるので、血行が良くなると痛みが強くなります。そのため体を動かしたり、温めたりすると症状が強くなってしまいます。**光や音、においにも敏感になっているので、暗い部屋で頭を冷やししながら安静に過ごして様子を見ましょう。**医師から処方されている鎮痛薬(カロナール)を使用して下さい。痛みが強くなってから使用すると十分な効果が得られないことがありますので、**痛いなどと思ったらすぐに使用**することがポイントです。カロナールは熱がない時でも、食後ではなくても安全に使用できます。患者さん本人用に処方されている体重相当の薬を使用しましょう。



片頭痛の治療薬として「トリプタン製剤(商品名:マクサルト®など)」という薬があります。成人の片頭痛に対しては第一選択薬になっていますが、残念ながら**小児に対しては保険適応がありません**。この薬は脳のセロトニン受容体というものに作用して拡張した血管を収縮させ、さらに血管周囲の炎症を抑制することで、片頭痛の症状が改善します。

小児の場合は、まず**「アセトアミノフェン(商品名:カロナール)」**を使用します。それでも効果がない時には、医師の指示により、体重40kg以上かつ12歳以上であればマクサルト®などを使用することもあります。

片頭痛は、周囲から見て本人の辛さが伝わりにくい症状です。そのため辛くても理解されなく苦しんでいることもあります。症状を訴えたら無理をさせずに早目に内服、休養させるのも、辛い症状を長引かせないために必要です。

今月の絵本

クロコダイルとイルカ ドリアン助川:作 あべ弘士:作

乱暴者に皆に嫌われているクロコダイルが、アヤカと名乗るイルカに初恋をするお話です。恋する心に動かされ、大海原へと泳いでいくクロコダイル。読み終えると何とも切ない気持ちになる絵本です。



クリニックの本棚にあるよ♪

お知らせ

新型コロナウイルスが心配なときには、すぐに受診するのではなく、まずは相談窓口にご相談ください。残念ながら、一般的な医療機関では現時点では検査ができません。

心配な症状がある方は 救急安心センターさっぽろ【受診相談】011-272-7119 (#7119)
その他、一般的なお問い合わせについては 新型コロナウイルス一般電話相談窓口 011-632-4567

