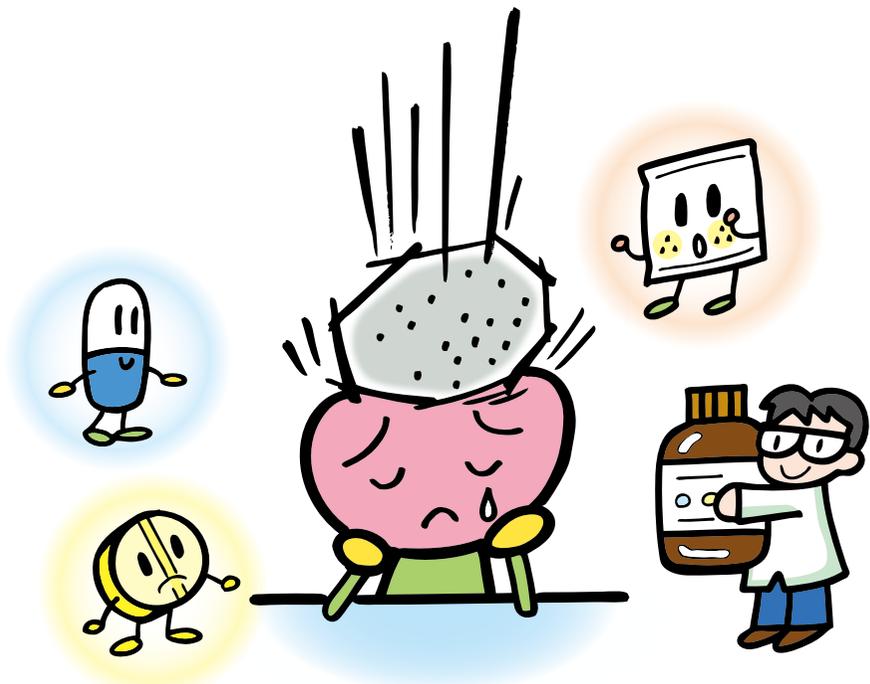


片頭痛を知ろう

頭痛は、多くの人が経験したことがあるかと思えます。緊張性頭痛、片頭痛、群発頭痛、薬剤性頭痛など様々ありますが、それぞれ症状によって治療薬も異なります。今回はとくに、片頭痛についてクローズアップしたいと思います。



片頭痛とは

一言で片頭痛といっても、実はその中にもいくつ種類があります。目がチカチカする(閃輝暗点)等の前駆症状を伴うもの、明確な前駆症状はないが発作前に生あくびや肩の張りを感じるものなど、前駆症状を伴わないものなど、大きく分けても3種類あります。日本人では閃輝暗点などの明確な前駆症状を伴うものは少ないので、片頭痛だと気づかない方も少なくありません。

片頭痛 Q & A

Q どのような症状があるのですか？

A 多くの片頭痛にみられる症状として、脈打つようなズキズキした痛み、吐き気・嘔吐があります。これらの痛みは名前の通り、片側だけに表れることもあります。が、両側に表れたり、左右で痛みの度合いが異なったりする場合もあります。

片頭痛には多くの特徴があります。光や音、臭いで頭痛が悪化

しますし、他にも日常の行動をしているだけでも悪化します。一回の発作が数時間から3日以内で治まることも特徴的です。一般に起床時に起きやすく、痛みの強い部分を手で圧迫することで痛みが一時的に軽減する方もいます。

Q どのような方がなりやすいですか？

A 約4：1の割合で女性の方が多く罹患します。思春期に発症しやすく、罹患する人の多くは30歳までには1度は発作が起きるようです。妊娠を機に発症するような場合もあります。日常生活が乱れていても発作が起きやすくなります(後述)。

Q 日常生活で気を付けることは？

A 片頭痛が起きやすくなる原因はいろいろありますが、その原因にも個人差があります。

1日2食しか食わず、空腹の間が長かったり、チョコレートやワイン、カマンベールチーズ等の濃厚なチーズを取り過ぎたりすることで片頭痛が起る方もいます。他にも寝不足や寝過ぎなど睡

眠時間が影響しますし、旅行などで生活環境が著しく変わることにによる疲労、ストレスが発作の原因になることもあります。女性の方だと、月経中や月経前後に決まって起きたり、経口避妊薬を服用していたり、ホルモン療法を行っていることで頭痛が悪化する場合があります。

片頭痛のお薬

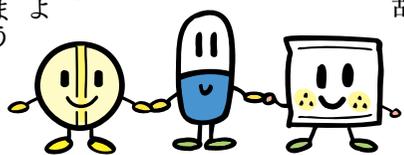
頭痛はその症状によって治療法が異なりますが、薬物療法が主体になります。若い人や高齢者、症状の軽い人では通常の鎮痛薬やNSAIDsと呼ばれる非ステロ

イド性の鎮痛薬が使用されることが多いようです。軽い症状の場合には市販薬で済ませる方もいますが、薬物乱用頭痛につながる可能性もあるので注意が必要です(後述)。また多くの場合、睡眠によりかなり改善されるので睡眠薬が処方される場合もありますが、生活習慣の悪化を招く可能性もあるので十分注意が必要です。他にも女性の方で月経の時に決まっても発作が起る場合はステロイド剤が処方されることもありますし、前駆症状が明確だったり、頭痛の程度が強かったりする場合にはエルゴタミン製剤やトリプタン系製剤が処方される場合があります。ただし、虚血性心疾患や脳血管障

薬を服用する上で気をつけてほしいこと

すでに頭痛で悩まされている方なら頭痛薬を常備している人も少なくないと思いますが、薬の使

いすぎによる薬物乱用頭痛に注意しなければなりません。薬物乱用頭痛では片頭痛にも似た症状が毎日のように起り、薬を服用しても鎮痛効果が十分に出ないことがあるため、二度このような状態になってしまうと、治療にはかなり時間がかかってしまいます。普段から頭痛薬を服用していて、それでも慢性的な頭痛に悩まされている方は、最寄りの頭痛の専門医に相談しましょう。



(雄勝調剤薬局 遠藤康平)

基準薬局リスト

秋田市

- アイ薬局 ☎018-853-9821 ☎863-5851
- アイリス薬局 ☎018-835-6040 ☎835-6002
- 秋田みなみ会営業局 ☎018-889-6220 ☎889-6164
- アミック中通調剤薬局 ☎018-831-0571 ☎831-0570
- アミック中通六丁目薬局 ☎018-834-6037 ☎831-6909
- アルヴェいわま薬局 ☎018-884-0911 ☎831-0911
- 安保薬局 ☎018-834-2572 ☎834-2563
- 池田薬局山王中園店 ☎018-883-0780 ☎883-0781
- 越後谷薬局 ☎018-862-2061 ☎863-3228
- 追分佐野薬局 ☎018-873-7002 ☎873-7003
- 加賀千代薬局 ☎018-862-1050 ☎862-1321
- かがや薬局 ☎018-865-7231 ☎865-7232
- 勝又薬局 ☎018-834-3240 ☎834-3260
- 亀の町薬局 ☎018-834-0143 ☎834-0143
- きさらぎ薬局 ☎018-847-4563 ☎847-4566
- 熊澤藩山堂薬局 ☎018-835-0110 ☎835-0110
- グリム薬局 ☎018-832-0385 ☎832-0385
- 小泉薬局本店 ☎018-832-3981 ☎833-1215
- コスモス薬局 ☎018-829-0555 ☎829-0121
- 小町堂薬局 ☎018-839-0795 ☎839-9166
- 今薬局 ☎018-833-2205 ☎832-6481
- ささき調剤薬局 ☎018-835-2582 ☎835-2582
- 佐野調剤薬局 ☎018-864-0866 ☎865-4254
- 佐野薬局中央店 ☎018-824-6222 ☎824-6225
- 佐野薬局中通一丁目店 ☎018-884-1133 ☎884-1134
- 佐野薬局本店 ☎018-823-9361 ☎823-9356
- さわやか薬局新屋店 ☎018-888-8371 ☎888-8372
- 山王佐野薬局 ☎018-823-3371 ☎823-3374
- 山王薬局 ☎018-863-6132 ☎823-0013
- サン薬局 ☎018-880-2833 ☎880-2831
- 城東薬局 ☎018-831-6777 ☎831-7222
- すずらん薬局 ☎018-857-0770 ☎857-1616
- すずらん薬局泉店 ☎018-869-7780 ☎869-7781
- すずらん薬局港北店 ☎018-816-0301 ☎816-0305
- すずらん薬局土崎店 ☎018-880-2101 ☎880-2102
- スダ薬局 ☎018-862-3755 ☎864-7662
- スダ薬局(からみでん店) ☎018-835-9986 ☎835-4509
- (外旭川)スダ薬局 ☎018-868-4338 ☎868-4547
- スパーク薬局 ☎018-864-0622 ☎865-3939
- すばる薬局 ☎018-857-1422 ☎845-1545



お薬手帳

処方せん公文書の有効期限は処方日を含めて4日間です。

秋田県薬剤師会

秋田市千秋保田町6-6 TEL.018-833-2334
E-mail info@akiyaku.or.jp
http://www.akiyaku.or.jp