



OTC薬を上手に使おう…薬の選択⑧ 頭痛薬の周辺(1) 頭痛とくすり

頭痛はごくありふれたからだの不調で、全く頭痛の経験がない人はいないと言ってもいいのではないのでしょうか？かぜのときの様な一時的な頭痛もあれば、ずっと続く慢性的な頭痛もあります。調査によれば、10人のうち3人ぐらいは頭痛に悩まされているとのこと。このことは、OTC医薬品の売り場で鎮痛薬を買う人が多いことでも分かります。頭痛にも種類があり、使われる薬にもいろいろなものがあります。なかには合わない薬や間違った使用法のためにかえって頭痛がひどくなっている場合もあります。今回から頭痛薬周辺の話題を取り上げていきます。

<頭痛の種類>

頭痛の国際分類によれば13種類の頭痛区分があり、さらに細かく分類されています。少し難しいですが、頭痛の種類は大きく「機能的頭痛」と「症候性頭痛」に分けられています。「症候」とは病気があることですから、「症候性頭痛」は脳などに何らかの病気や障害があるときに起こる頭痛ということになります。こちらの方は脳神経外科や内科での専門的治療になりますので今回は触れません。

「機能」とはさまざまな体の働きに関わることですから、「機能的頭痛」は病気などの原因がないが、何らかの要因によって機能に変化を来し、繰り返して起こる頭痛ということになります。機能的頭痛の代表格は、①緊張型頭痛、②片頭痛、③群発頭痛とされていますが、区別がつかないものや混合型のものもあります。特に片頭痛と緊張型頭痛は慢性頭痛と呼ばれ、生命に関わるところがないので「心配のない頭痛」とされていますが、頭痛が頻繁に起こり、生活に支障を及ぼすので適切な治療が必要です。

①緊張型頭痛

症状:★重く、締めつけられるような持続性の鈍い頭痛 ★痛みは両側性 ★頭痛の程度は軽度～中等度 ★肩こり・目の疲れ・体のだるさ等の随伴症状がある

特徴:ストレス(精神的ストレス、悪い姿勢など肉体的ストレス)を誘因とし、毎日のように頭痛がする。中高年に多い。

治療薬:医療用では精神安定薬、筋弛緩薬、消炎鎮痛薬。OTC薬では解熱鎮痛薬を用いる。予防として抗うつ薬を用いることもある。

②片頭痛

症状:★激しい、ズキズキとした拍動性の痛み ★頭の片側が多い ★発作と発作の間は無症状 ★吐き気・嘔吐などの随伴症状 ★前兆として、閃輝暗点、半身しびれを伴うこともある

特徴:ストレスが緩んだときなどにおきやすい。女性ホルモンが関与する。食物(チョコレート・ワイン・チーズなど)や血管拡張薬が原因となることもある。女性、若い人に多い。家族歴あり。月に1～2回、多いときは週1～2回、4～72時間持続する。

治療薬:医療用としてエルタゴミン製剤(血管収縮薬)、消炎鎮痛薬、コハク酸スマトリプタンが使われる。OTC鎮痛薬は、発症の初期には有効である。予防薬として、ロメリジン塩酸塩のほか、新しい3種類の薬が使われるようになった。

現実には、きちんとした医師の治療を受けている人の他に、OTC鎮痛薬を使って自己治療をおこなっている人が多数いると思われます。薬を使えば使うほど頭痛がひどくなる「薬剤依存性頭痛」が問題になっています。次回で取り上げていきます。

