



#### 4. ドクターすなみの脳のおはなし

##### 第134回 片頭痛の予防薬

私の外来へ受診する方でもっとも多いのは頭痛の患者さんです。頭痛の中で多いのは緊張型頭痛の患者さんですが、片頭痛と緊張型頭痛の診断はかなり難しいと思っています。

患者さんに聞くところによると、病院やクリニックを受診して頭にきたことのトップは頭痛で受診した時の医師の対応に問題があることです。こんな医師がいると聞きます。

「はい、きょうはどうされましたか」

「ええ、数日前から頭痛がひどくて」

「それで痛いときはどうしてるの」

「はい、市販の頭痛薬を薬局で買って飲んでます」

「それでよくなるの」

「はい、いつときは楽になるんですが」

「じゃあ、それでいいんじゃないの」

「そうかもしれませんが、なぜ頭痛が起こるのかを教えてくださいたいのです」

「それに答えることはとてもむずかしい」

もう1件。

「最近、頭痛がひどくて」

「ではMRIを検査してみましょう」

MRIを終えて

「異常ありませんね。大丈夫ですよ。頭痛で死にはしません」

「でもすごく痛くて困ってるんです。仕事もできません」

「じゃあお薬出してみます。片頭痛によく効きます」

「この薬は以前に飲んだことがあって、全然効きませんでした」

「そんなことはないよ。効くからタイミングを変えて飲んでみて」

もう1件。

頭痛の回数や痛みの状況を話したら「あなたのは軽い方だね。もっとひどい人がたくさんいるよ」と医者から言われました。確かにそうなのかもしれませんが、私には私の頭痛しかわかりません。「それくらいなら薬を飲まずにがんばりなさい」と言われ、もうこのクリニックには行かないと決めました。

患者さんと医者にも相性があります。この医者なら任せてみようと思ったら、とことん何でも話して相談してください。この医者とは相性が悪いと思ったら、医者を変えたほうがいいです。信頼できるかできないかが大切であり、真摯に対応してくれるかどうかで判断すればよいと思います。

さて、わたしの外来へ通ってくれる患者さんで片頭痛の患者さんの中に、予防薬でうまく頭痛がコントロールできている方が増えてきました。予防薬を使っているとほとんど痛み止めを飲まなくてよくなった患者さんもいます。痛み止めを飲む回数が減った、痛みの程度が軽くなった、と言ってくれる患者さんもいます。

きょうはそんな片頭痛の予防薬についておはなししたいと思います。

##### 1) 塩酸ロメリジン

標準的な片頭痛予防薬で脳血管をやや拡張した状態で安定させる働きがあります。1日に2回、約2~3カ月間続けて服用します。その後は様子をみながら、症状に応じて継続しますが、これらの薬は患者さんによって飲み方が変わります。たとえば生理の3日前になると痛くなるという方は生理の数日前から飲み始め、生理が終わると中止するか、自分でいろいろと試して服用の仕方を決めてもらっています。カルシウム拮抗薬は高血圧の治療薬として使われますが、ロメリジン（ミグリス）は血圧への影響は少ない薬です。ちなみに、降圧薬として用いられているカルシウム拮抗薬がすべて、片頭痛の予防効果があるわけではありません。

##### 2) バルプロ酸

片頭痛に高い有効性が期待できるということで、予防薬の第1選択薬の1つとなりま

した。抑制性神経伝達物質であるGABAを増加させることにより、脳の過敏性を正常化させ、気分を安定させます。  
副作用としては、眠気、肝機能障害です。また胎児の奇形発生が増加する危険があり、妊婦には使えません。

### 3) アミトリプチリン

片頭痛、緊張型頭痛両者に予防薬として使用されています。抗うつ薬ですが、うつ  
の症状がなくてもよいとされています。副作用としては、口の渇きと眠気がありま  
す。

1日1回、夕食後か寝る前に内服して、効果が発現するまでに通常8～10週間かかるの  
で、気長に治療を続ける必要があります。

=====

▼こちらから「Salud!えひめ」のバックナンバーをご覧ください。

<http://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/ehime/cat130>

-----  
Salud（サルー）とはスペイン語で「健康」「乾杯」を意味する言葉です  
同僚や友人ご家族に「Salud!えひめ」をぜひご紹介ください。

-----  
全国健康保険協会（協会けんぽ）愛媛支部

〒790-8546 松山市千舟町4-6-3 アヴァンサ千舟 1階

TEL 089-947-2100（代表）

ホームページ <http://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/ehime/>

-----  
▼配信停止を希望される方はこちらから

[https://merumaga.kyoukaikenpo.or.jp/webapp/form/16520\\_kly\\_1/index.do](https://merumaga.kyoukaikenpo.or.jp/webapp/form/16520_kly_1/index.do)

▼登録情報を変更されたい方はこちらから

[https://merumaga.kyoukaikenpo.or.jp/webapp/form/16520\\_kly\\_2/index.do](https://merumaga.kyoukaikenpo.or.jp/webapp/form/16520_kly_2/index.do)

※現時点の登録情報が記載されていますので上書き入力にて変更してください。