

# 頭痛に使える漢方



來村昌紀 (らいむらクリニック院長)

本コンテンツはハイブリッド版です。PDFだけでなくスマホ等でも読みやすいHTML版も併せてご利用いただけます。

▶ HTML版のご利用に当たっては、PDFデータダウンロード後に弊社よりメールにてお知らせするシリアルナンバーが必要です。

▶ シリアルナンバー付きのメールはご購入から3営業日以内にお送り致します。

▶ 弊社サイトでの無料会員登録後、シリアルナンバーを入力することでHTML版をご利用いただけます。登録手続きの詳細は <https://www.jmedj.co.jp/page/resistration01/> をご参照ください。

▶ 登録手続

<b>Introduction</b>	p2
<b>1</b> はじめに — 頭痛における漢方薬の有効性	p4
<b>2</b> 肩こりや首の痛みからくる緊張型頭痛	p5
<b>3</b> 片頭痛	p7
<b>4</b> 月経関連片頭痛	p8
<b>5</b> 天候の影響を受ける頭痛	p11
<b>6</b> 高齢者の頭痛	p13
<b>7</b> ストレスによる頭痛	p14
<b>8</b> 漢方薬の副作用の話	p16
<b>9</b> おわりに	p17

▶ 販売サイトはこちら

日本医事新報社では、Webオリジナルコンテンツを制作・販売しています。

▶ Webコンテンツ一覧

# Introduction

## 1 肩こりや首の痛みからくる緊張型頭痛

肩こりや首の痛みからくる緊張型頭痛には、西洋医学的には消炎鎮痛薬の湿布や塗り薬、筋弛緩薬、解熱鎮痛薬の内服などが用いられる。鎮痛薬を長期に使用すると、鎮痛薬の使用過多による頭痛を引き起こす原因となりおすすめしない。緊張型頭痛では温めると痛みが楽になる場合も多く、筋肉の緊張をゆるめる作用のある葛根湯かっこんとうや血流を良くする桂枝茯苓丸けい し ぶくりょうがんが有効である。

## 2 片頭痛

予防薬としては以前から使用されていた抗うつ薬、抗てんかん薬、Ca拮抗薬、 $\beta$ 遮断薬に加え、新しく発売された抗CGRP抗体薬がある。これまでの予防薬では、効果までに2~3カ月かかるという問題や、眠気やだるさの副作用の問題、妊娠可能年齢の女性には使用しにくい( $\beta$ 遮断薬を除いて)問題点もある。また、新しい抗CGRP抗体薬では経済的負担の問題もある。

急性期治療薬としては解熱鎮痛薬、制吐薬、トリプタン製剤、ジタン系製剤が使用されるが、これらの薬剤においても眠気、だるさ、胸部症状、めまいなどの副作用の問題があり、使用が難しい患者もいる。

これらの欠点を補う治療薬として、副作用が少なく、経済的負担も少ない漢方薬がある。片頭痛は若い女性に多く、冷え性を伴うことが多い。ひどい場合には嘔気・嘔吐を伴うため、温めて痛みをとり、嘔気を抑えることのできる呉茱萸湯ごしゅ ゆとうが有効である。

女性では月経前後に片頭痛が起こり、月経不順のため、月に2回月経が来ると、それだけで頭痛の頻度も増えて薬の使用頻度も増える問題点もあるが、西洋薬の治療ではこの月経不順自体には効果がない。そこで月経関連片頭痛では、月経痛や月経不順を改善する当帰芍薬散とう き しゃくやくさんや桂枝茯苓丸の併用が有効である。

### 3 天候の影響を受ける頭痛

片頭痛を含む一次性頭痛では、気温や気圧、湿度の変化など、気候の影響で頭痛が悪化する患者がいる。最近では頭痛以外でも、めまいや倦怠感など様々な症状が出る疾患として、「気象病」あるいは「天気痛」という概念も出てきている。西洋医学的には片頭痛に一般的な解熱鎮痛薬を投与する場合には、トリプタン製剤、あるいは乗り物酔いの防止に使われるジフェンヒドラミンサリチル酸塩・ジプロフィリン配合錠などの中枢性の制吐・鎮暈薬が使用されるが、どれも対症療法である。一方、漢方薬は予防的にも使用でき、頓服的に用いても効果がある。台風や梅雨時などの天候の影響で悪化する頭痛には、<sup>ごれいさん</sup>五苓散が有効である。

### 4 高齢者の頭痛

高齢者の頭痛の原因は様々であるが、片頭痛の慢性化、緊張型頭痛や脱水や気候の変化への適応力の脆弱化、体力の低下、運動不足、フレイルなどが原因として挙げられる。これらに対し、一般的な鎮痛薬や筋弛緩薬、抗不安薬などが処方される場合が多いが、高齢者では胃痛などの消化器症状、めまいやふらつき、転倒などの副作用が出やすいことに注意が必要である。一方、漢方薬ではこれらの副作用が少ないのが特徴である。高齢者で胃腸虚弱があり、乾燥気味で目の充血やのぼせ、高血圧気味の頭痛には<sup>ちようとうさん</sup>釣藤散が有効である。

### 5 ストレスによる頭痛

ストレスにより緊張型頭痛や片頭痛、神経痛が起こったり悪化したりする場合がある。西洋医学的には鎮痛薬やトリプタン製剤、抗不安薬や抗うつ薬、神経痛には抗痙攣薬などが使用される。抗痙攣薬や抗不安薬、抗うつ薬には、眠気、だるさ、便秘などの副作用が出る場合がある。一方、漢方薬ではこれらの副作用が少なく、ストレスで悪化する頭痛には<sup>よくかんさん</sup>抑肝散が有効である。

## 1 はじめに — 頭痛における漢方薬の有効性

慢性頭痛の患者は、わが国の大規模疫学調査によると約4000万人いると推定されている<sup>1)</sup>。その多くが片頭痛や緊張型頭痛などの生命の危険を伴わない一次性頭痛で、器質的疾患を伴い一部生命の危険を伴う二次性頭痛は1割以下となっている。一次性頭痛の代表的な片頭痛を有する人は840万人と推定されている<sup>1)</sup>。生命の危険がない一次性頭痛と言っても、代表的な片頭痛では頭痛の影響で日常生活への支障度が高く74.2%の人が生活の質(QOL)を阻害されているというデータもある<sup>1)</sup>。

近年、画像診断の進歩や薬理学的研究の進歩により片頭痛の病態が解明されつつあり、予防治療においては片頭痛の発症機序をふまえて開発されたCGRP (calcitonin gene-related peptide) 関連抗体薬が2021年に発売され、わが国でも臨床応用されている。その有効性が高く評価され、片頭痛の予防治療にパラダイムシフトが起きている。さらに2022年には、急性期治療薬として以前から用いられているトリプタン製剤に加え、セロトニン受容体の関連薬として経口の5-HT<sub>1F</sub>受容体作動薬であるジタン系製剤が新たに発売され、わが国でも臨床応用が始まっている。このように、ここ数年で著しく片頭痛領域では治療が進歩しているが、これら西洋医学の持つ欠点、たとえば妊娠希望の女性への使用の難しさ、薬剤費用の高さ、めまいや脱力など副作用の問題点がある。西洋医学的治療を行ってもなかなか治療が難しい患者に対して漢方薬を併用することでこれらの欠点を補い、患者のQOLを上げることに寄与できる可能性がある。

日本神経学会・日本頭痛学会・日本神経治療学会監修の「頭痛の診療ガイドライン2021」<sup>2)</sup>では、「頭痛治療において漢方薬は有効か?」という問いに「漢方薬は伝統医学をもとに、経験的に使用されてきた治療薬である。頭痛に対しても各種の漢方薬が経験的に使用され、効果を示している。近年では徐々に科学的エビデンスも集積されつつあり、頭痛治療に対する