

痛み緩和の効果も、近く発売

ズキンズキンと脈打つような痛みがある片頭痛。患者は全国に約1000万人いるといわれるが、市販薬だけに頼る人が多く、医療機関を受診する人は少ない。片頭痛の痛みの軽減や頻度の抑制が期待できる飲み薬が近く発売される。治療の選択肢が広がってきた。

28歳の女性は10代の時から吐き気を伴う頭痛が月に数回あった。従来は市販薬で対処していたが、最近は頭痛の回数が増え、寝込んで仕事を休むことや、吐いて食事をとれない日も出始めた。そこで初めて頭痛外来を受診したところ、片頭痛と診断された。医師から片頭痛発作をできるだけ抑える注射薬の処方を受けたところ、2カ月程度で頭痛の回数は半分以上になり、症状も軽くなったという。

多いとされ、ストレスや月経周期、睡眠不足や台風などの気象の変化に伴う気圧の影響が引き金になるとされる。原因やメカニズムは完全には解明されていない。

治療法には痛みを抑える急性期治療と頭痛の頻度を減らす予防治療がある。片頭痛の痛みは神経で炎症や痛みの原因物質が放出されることで起こる。急性期治療では痛覚神経の興奮を抑える「トリプタン」や「ラスミジタン」コハク酸塩（製品名レイボー）、「痛みや炎症を抑える」「ロキソプロフェン」（同ロキソニンなど）や「アセトアミノフェン」などがある。

ロキソニンなど一部はドラッグストアで買えるが注意も必要だ。順天堂大学の井関雅子特任教授は「市販薬を頻繁に使うとこたえて頭痛が誘発される可能性がある」と話す。

多くの人が「頭痛が月に10回以上使っている人は、少しの刺激で強い痛みを感じるようになっていく可能性がある」という。

筑波大学の柴田靖教授は目安として月に4回以上片頭痛がある人や、回数が多いが寝込むほど日常生活に支障が出る人には予防治療を薦めるといいます。

予防治療には一部の抗てんかん薬や抗うつ剤が使われる。21年以降からは片頭痛の発作に強く関係する「CGRP（カルシトニン遺伝子関連ペプチド）」という物質の働きを阻害する抗体医薬が注射剤として登場。片頭痛の治療が大きく変わったといわれる。

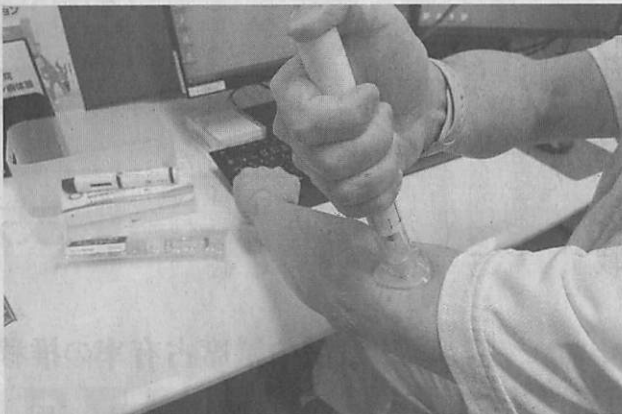
注射剤は腕や腹、太ももなどに打つ。最初の2回は医療機関で注射を受け、自己注射の指導を完了すればその後は処方された注射剤を自宅でも自己投与できる。現在3種類あり、月に1回もしくは3カ月ごとに投与する。もっとも注射剤は人によっては使いにくいという声もあった。

そこで登場したのが飲み薬タイプだ。今年9月に厚生労働省から製造販売承認を取得した米ファイザーの「リメゲパント硫酸塩水和物（製品名ナルテイク）」で、近く国内でも販売される。予防の場合は2日に1回服用する。柴田教授は「注射に抵抗感のある患者でもはじめやすい」と指摘する。予防薬だけでなく急性期の治療薬としても使える。

片頭痛の予防には生活習慣の改善も役に立つ。順天堂大の井関特任教授は「生活リズムを整え睡眠を十分とり、適度な運動を行いストレスをためすぎないことも重要だ」と話す。片頭痛の引き金は様々で、それに対処するための生活習慣の工夫も大切となる。

（藤井寛子）

片頭痛、飲み薬で予防



片頭痛を予防する注射剤など治療薬の選択肢が広がっている

周囲の理解不足も課題

片頭痛は症状のない時期にも、いつ起こるか不安になったり、不安から人との約束を避けてしまったりと心理的な負担が大きい。一方で見た目には変化がなく、周囲の理解が得られにくい。

症状で仕事に集中できず、重いと仕事を休まざるを得ない場合もあるが「たかが頭痛で仕事を休むなんて」と偏見の目で見られることも少なくない。

日本神経学会・日本頭痛学会・日本神経治療学会が監修した「頭痛の診療ガイドライン2021」では、片頭痛で本来の能力が発揮できないことによる経済損失は日本で年間最大2・3兆円に上ると試算する。

片頭痛の主な症状

- ズキズキと脈打つような痛み
- 吐き気・嘔吐（おうと）
- 光や音・においに敏感になる



視野の一部が見えなくなる、肩の緊張、眠気などが前兆として表れることも

引き金は様々

- ストレス
- 疲れ
- 睡眠不足
- 月経周期
- 天候の変化
- など

痛みを抑える治療と予防治療がある

急性期治療で使われる主な薬

- トリプタン製剤 注射や飲み薬、点鼻など様々なタイプ
- アセトアミノフェン
- ロキソニンなどの非ステロイド性抗炎症薬
- ラスミジタンコハク酸塩（製品名レイボー）

予防治療で使われる主な薬

- CGRP関連 21年に注射タイプが承認。まもなく飲み薬が登場予定
- 一部の抗てんかん薬や抗うつ薬

予防治療の対象の目安

- 発作が月に4回以上ある人
- 回数は少ないが寝込んで生活に支障がある人

片頭痛は日常生活に支障が出る恐れ

予防治療が効かなかった人の主な声

- 次にくる発作が不安になる 55%
- 仕事に集中できない 52%
- 人との約束を遠ざけてしまう 50%
- 周りの人の理解が得られない 48%
- 家族との時間を犠牲にしている 44%
- 仕事を休んでしまう 32%



（注）1カ月で片頭痛が4日以上あり、予防治療がきかなかった患者を含む1万1266人を対象とした調査から。順天堂大の井関雅子特任教授の資料から