

## 頭痛の漢方治療（2022年4月）

東京医科大学病院 漢方医学センター 及川哲郎

前回は花粉症について書きました。花粉症の季節が終わりを迎えるといよいよ春本番です。でも春から夏にかけては気候が変わりやすく異動の時期でもあり、体調を崩しやすいので注意が必要です。「春に三日の晴れなし」という諺もあるように頻繁に低気圧が通りますし、6月は全国的に梅雨入りします。不慣れな新しい環境のストレスの影響も出て、頭痛持ちの人にはつらい季節・・・ということで、今回は頭痛について考えてみます。

頭痛というときも膜下出血や脳腫瘍など悪い病気を連想しがちですが、頭痛患者さんの約9割は一次性頭痛つまり一般に慢性頭痛と言われている病気です。一次性頭痛には、片頭痛、緊張型頭痛、群発頭痛などが含まれています。この中でも片頭痛は、発生機序として神経に働くホルモンの変化や血管収縮拡張が関与しているとされ、自律神経系との関わりが深いと考えられます。緊張型頭痛も筋肉の緊張や、精神的ストレスが原因で発症することが多い病気です。こうした頭痛に対して、一般的な鎮痛剤と異なる鎮痛効果や自律神経バランスを整える作用を持つ漢方薬は有効な場合が多いと思われま

漢方薬を選ぶときには、どういうときに頭痛が出るか聞き出すことがとても大事です。冷えると悪化するなら呉茱萸湯や当帰四逆加呉茱萸生姜湯など体を温める漢方薬、逆に暑がりで高血圧気味なら黄連解毒湯など熱を冷ます漢方薬を選びます。月経のトラブルなど漢方医学でいう瘀血が関与する場合は桂枝茯苓丸など、いわゆるお天気病み（今風には氣象病）は漢方医学の水の異常が関係し半夏白朮天麻湯や五苓散など、またストレスやメンタル（漢方医学の気の異常）が関与する場合なら抑肝散、半夏厚朴湯などが良いでしょう。特にこれから梅雨の時期にかけて多い頭痛は、低気圧による気圧の変化で脳がむくむことによって起こる可能性が考えられ、このようなタイプの人はお天気病み用の漢方薬が役に立ちそうです。なお病名的には片頭痛なら呉茱萸湯、筋緊張性頭痛には葛根湯を用いることが多いと思います。

30歳台女性の片頭痛の患者さんは、以前より月に数回頭痛発作がありましたたが、最近になり頻度が増加し吐き気も伴うとのことでした。CT、MRIでは異常なく片頭痛の治療薬が一定の効果を示すものの、いつも薬が足りなくなり困っていました。冷え症で冷房が頭痛の誘因になるとのこと。呉茱萸湯で1ヶ月後頭痛の頻度が減り、約1年でほぼ軽快し冷えも改善しました。呉茱萸湯は臨床試験でも有効というデータがあり、慢性頭痛の診療ガイドラインに掲載されている、いわば現代医学的にもお墨付きの漢方薬です。これまでの頭痛治療で効果が十分でない場合、漢方薬を試してみたい場合はどうか。