



2025.04

漢方医学センター・
麻酔科
矢数 芳英

気象病 天気が悪くなると 痛みがでませんか？

1. 気象病

気象病という言葉聞いたことがありますか？おそらく「雨が降ると何だか体調が悪くなる」、「天気が崩れると痛みが出る」と感じている人が皆さんの中にもいるのではないのでしょうか？日本では昔から「**天気が悪くなると古傷がうずく**」などと言われてきました。天気と体調に関係があるということはずいぶん前から指摘されていたことなのです。

体調を悪化させる天候の変化で最も多いのが気圧の変動です。たとえば「雨が降ると頭が痛くなる」というものがありますが、この原因は**気圧低下（低気圧）**と考えられています。他には湿度の変化や寒暖差で体調が悪くなる人もいます。

気象病の自覚症状として、痛み・めまい・倦怠感などの体調不良があります。他に喘息の症状も天気に関連していると訴える人もいます。このように様々な訴えがありますが、外来患者さんで実際に最も多いのは「痛み」の訴えです。

2. 雨の前の頭痛 ～ 原因は気圧低下

日常の診療でよく遭遇するのが、「雨が降ると頭が痛くなる」と訴えるタイプの人です。よく話をきいてみると、雨が降っている時に痛みが出るのではなく、「**雨が降る前に痛みが出る**」ことがわかります。人によっては「頭が痛くなってきたので、これから天気が崩れるのがわかる」と、天気予報より正確に雨の降るのを感じ取れる人がいます。

このような人は梅雨や台風のシーズンになると頭痛の頻度が増えます。そんな時によく効くのが五苓散(ごれいさん)という漢方薬です。もともとは下痢や嘔吐に使われていましたが、水分調整に長けた薬なので**気圧低下に伴う頭痛**に応用されるようになりました。近年では頭痛に最もよく使われる薬の一つとなっています。

もちろん頭痛に使われる漢方薬は五苓散(ごれいさん)以外にも沢山あるので、漢方医学センターでは患者さんの症状を伺って体にぴったり合ったお薬を選択して処方しています。

3. 天候で悪化する頭痛以外の症状

「天気が悪くなると古傷がうずく」という言葉ですが、実は幼い頃の自分がまさにこれに当てはまっていました。7歳の時に崖から落ちて両足を骨折したのですが、以降ずっと「**雨の前に足が痛くなる**」ことが続いていました。それで幼少期は足が痛くなると天気が悪くなるのがわかるようになり、また台風が来る前にとても足が痛くなったのを覚えています。幸い成長期が終わった頃からこの症状はほとんど消えてしまいましたが、患者さんから「天候に関連する症状の悪化」の話をしきと良く理解できます。

頭痛だけでなく、**体の様々な痛み・めまい・倦怠感**などが天候に左右されることがあるようでしたら、漢方治療の良い適応です。悩んでいたなら是非とも漢方医学センターにご相談下さい。