



# 頑固な頭痛

—<sup>ちん づう</sup>鎮痛薬の飲みすぎ?—

指導：温知会間中病院 院長 間中 信也

企画：  
日本医師会

No. 313

## 鎮痛薬が頭痛の原因!?

頭が痛い、でも市販の鎮痛薬を飲めば飲むほど頭痛がひどくなる——こんな思わぬ悲劇があります。

たとえば、初めは軽い頭痛が頻繁に起こって、そのつど市販の鎮痛薬を飲んでいたら、やがて頭痛はほぼ毎日起こるようになり、3カ月を過ぎる頃になると症状は悪化、しかも薬がほとんど効かなくなり、ついには寝込んでしまったという実例があります。

**薬物乱用頭痛**

これは、頭痛が起こる  
→早めに鎮痛薬を飲む→  
脳が頭痛に対して敏感に  
なる→頭痛が悪化する→  
さらに鎮痛薬を飲むとい  
う悪循環が起きてしまっ  
たからです。このような  
頭痛を「薬物乱用頭痛」  
といいます。

どの鎮痛薬でも、飲み  
すぎればこのような頭痛  
を引き起こす可能性があ  
ります。

**薬物乱用頭痛のメカニズム**

日常の頭痛がきっかけとなり、①→②→③→①→②→③…という悪循環が生まれます。

## “頭痛地獄” から抜け出すには

鎮痛薬を月に10日以上飲むという状態が3カ月間以上続いている場合には、薬物乱用頭痛におちいる可能性があります。逆に、何日飲んだかにかかわらず、飲んだ回数が月に10回未満であればその心配はありません。

薬物乱用頭痛の悪循環を断ち切るには、まず鎮痛薬の連続服用を中止しなくてはなりません。そのうえで適切な治療を受ければ“頭痛地獄”から抜け出すことができます。有効な薬もありますから、心当たりの症状がある方は、かかりつけの医師を受診してください。

◆待合室等に掲示し、患者さんにお見せください。