

頭痛（片頭痛）問診編（その1）



Aさんは、手で額を押さえながら「診察室」に入ってきて、ひどく取り乱したように椅子に腰掛け、「ひどい頭痛で悩まされています。ほとんど毎日です。ひどい時には、仕事も出来ずに、ただ暗い部屋でじ～としているだけです」と…

「いつごろから頭痛があるのですか？」

「少なくとも、20年以上の付き合いだと思います。でもここ10年くらいは本当にひどくて…週に3、4回は頭痛があります。だから、常に頭痛薬は持ち歩いています」

「どんな薬ですか？」

「色々使っています。アスピリン、タイレノール、コデイン、タルフィン…ほとんどあらゆる薬を試しました。時には、コーヒーを1杯飲んだだけで、頭痛が、ピタリっと治る事もあるんですが…」

「これまで、病院で検査とか受けましたか？」

「はい！大学病院にも行きましたし、痛み専門のペインクリニックやら、神経学専門クリニックにも…レントゲン、脳波検査、CT、とか受けました。でも、脳腫瘍はなさそうでした」

「頭痛に何か決まったパターンはありませんか？」

「あります！痛い時は一日中痛みっぱなしです。それと、午後の遅い時間に多いみたいです。そのあたりの時間帯は、イライラして不機嫌な事が多いです。色々な方法で痛みを解消しようとしたの

ですが、なかなか効果がなくて...ある時、何かの本に書いてあった方法で、高タンパク質、低炭水化物の食事療法をしました。炭水化物は精製していない物を食べるようにして、砂糖も一切やめてみました。」

「それで、どうでした？」

「1週間くらいは、具合が良かったのですが...その後はもっとひどい頭痛に悩まされました。それで、その食事療法は3週間で止めてしまいました。」

「その、低炭水化物(低血糖)食事療法をしている時、どんな物を食べていましたか？」

「高タンパク中心でした。卵を良く食べました。牛肉も増やしました。チーズもかなり食べました。炭水化物は全体的に少なくしました。」

「それで、午後の遅い時間の頭痛はなくなったのですね。」

「ええ、そうです。」

「仮に6～8時間食事をしなかったりすると、頭痛はしていましたか？」

「ええ、良く痛んだと思います。いつもではなかったと思いますが、でも、コーヒーを飲むと楽になる事もありました。」

「コーヒーに砂糖は入れますか？」

「スプーン半分くらいです。」

「以前と比べて、特に怒りっぽくなったり、イライラしやすくなったとかありませんか？」

「あります！周りの人に良く言われました」

「食事療法を試みていた時に、砂糖を止めて、1週間くらいは調子が良かったけど、その後、頭痛がひどくなった、と言うお話でしたよね」

「そうです」

「ご家族で、花粉症とか、鼻炎とかの方はいらっしゃいますか？」

「息子と、母がそうですが、何故分かったのですか？」

「いえ、ただ可能性があるかな？と思って聞いたのです。あなたの場合、低血糖の可能性と、食品アレルギーの可能性を疑ったのです。それらは、片頭痛の原因になっている事が多いのです。」

「母から聞いた話では、私の幼いころは牛乳にアレルギーがあったそうです。でも大人になるにつれて、無くなっていました。今では、アレルギーの兆候はまったくありませんよ」

「アレルギーは成長するに従って、治ってしまう事もありますが、表に現れる症状が変わるだけで、アレルギーの体質は残っている事もあります。」

「私の頭痛の原因が、アレルギーから来ているかもしれないという事ですか？」

「アレルギーと低血糖が一番怪しいと思います。アレルギーの検査と、糖耐性検査をしてみましょう」

検査の結果、低血糖で、しかも食品アレルギーがあった。

つづく...