

こどもの頭痛 ～こどもと親を悩ませる 頭の痛みについて～

神戸大学大学院医学研究科内科系講座
小児科学分野 こども急性疾患学部門
藤村順也



頭が痛くて



- 「熱があって頭が痛いと言っています」
脳に何かあるんじゃないかと心配で・・・
- 「夏風邪と言われてたんですけど、頭が痛いって言って嘔吐の症状が出てきたんです」

頭が痛いのに・・・



- 「頭が痛いと言ったけれど、子供に頭痛があるわけではないだろ。と言われた」
- 「頭が痛くて保健室に言ったけれど、熱がなかったので教室に戻るように言われた」

小児の診療で頭痛に遭遇する場面は意外と多い

本日の内容

- こどもの痛みって
- こどもの頭痛の頻度や原因
- 注意が必要な緊急性のある頭痛
- こどもの慢性頭痛について

本日の内容

- **こどもの痛みって**
- こどもの頭痛の頻度や原因
- 注意が必要な緊急性のある頭痛
- こどもの慢性頭痛について

そもそも痛みって何だろう??

- 痛みの定義(国際疼痛学会)

「組織の実質的あるいは潜在的な傷害に結び付くか、このような傷害を表す言葉を使って述べられる不快な感覚、情動体験」

からだの痛み

心理的な痛み

2つが混在した特殊な感覚といえる。

痛みの表現



- 痛いと言葉を発することができるのは1歳半頃から
- しかし、幼児期のこどもの「痛い」は
「いや」、「寂しい」、「かゆい」などと疼痛以外でも表現される

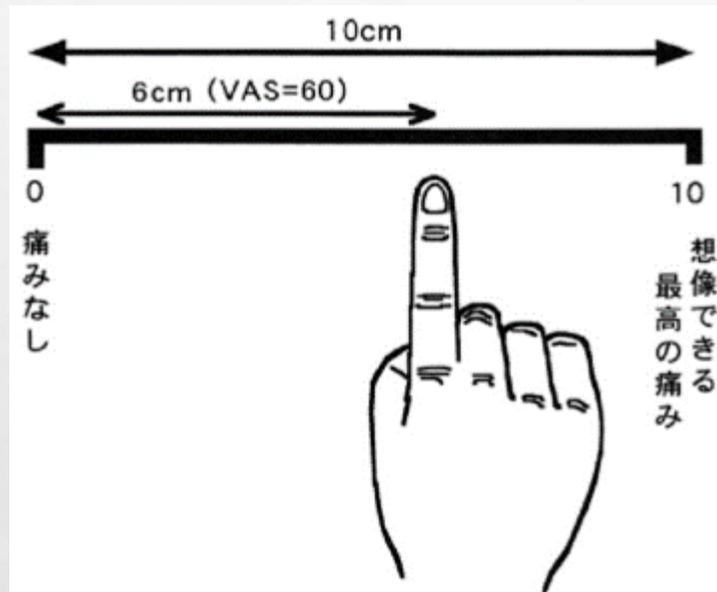
痛みの評価が難しい。

痛みの評価 PART1

年齢(月齢)	表現
0-6か月	反射的反応に怒りの要素が加わる。
~1歳半	痛みを表す発声。状況への恐怖を示す。
~2歳	「痛い」と表現できる。愛着行動を求める。
~3歳	痛みに対する表現が多様化する。
~5歳	痛みの特徴を表現できる。感情表現が加わる。
~10歳	痛みの原因を話すことができる。
11歳~	痛みの意味を話すことができる。

年齢に応じて表現が異なる。

痛みの評価 PART2



視覚的アナログスケール(VAS)

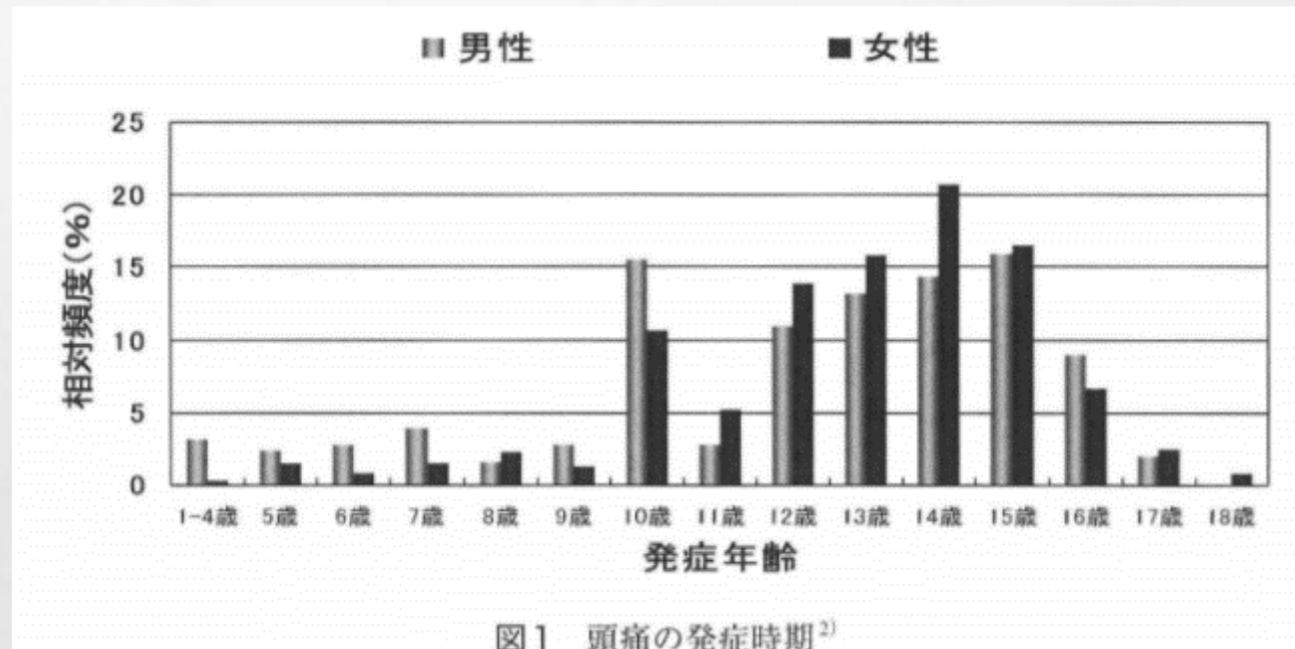
フェイススケール

日常生活がおくれるかどうかも重要

本日の内容

- こどもの痛みって
- **こどもの頭痛の頻度や原因**
- 注意が必要な緊急性のある頭痛
- こどもの慢性頭痛について

小さい子にも頭痛はあるの？



多いのは10歳以降であるが、
低年齢でも頭痛のあるこどもがいる。

頭痛のあるこどもは多いの？

表1 人口統計基盤の小児頭痛有病率

著者	発行年	国名	年齢(歳)	片頭痛有病率(%)			緊張型頭痛有病率(%)		
				男児	女児	総数	男児	女児	総数
Knezevic-Pogancev et al	2010	セルビア	3~17	8.0	9.6	8.6			—
			3~7	4.2	3.6	3.9			—
Ofofwe et al	2010	ナイジェリア	11~18			13.5		—	
Arruda et al	2010	ブラジル	5~12	3.9	3.6	3.8	17.0	17.7	17.4
Russell et al*	2006	デンマーク	12~14	7.0	8.2	7.6	78.6	84.5	79.5
Abu-Arafeh et al	2010	review	3~19	6.0	9.7	7.7			—
Stovner et al	2010	review	5~21	5.6	8.2	8.3	10.9	16.1	14.0

*12~41歳の33,764人の大規模な双子の研究の思春期(12~14歳)のデータのため、平均から除く。

日本だけでなく、海外でも頭痛のこどもが
おおむね10人に1人いる。

頭痛のある子どもは多いの？

表 2 学校(学生数)基盤の小児頭痛有病率

著者	発行年	国名	年齢(歳)	片頭痛有病率(%)			緊張型頭痛有病率(%)		
				男児	女児	総数	男児	女児	総数
Alp et al	2010	トルコ	11~18			14.3	4.4	4.2	8.6
*疑いも含めた片頭痛				23.0	29.5	25.5			
Visudtibhan et al	2010	タイ	12~14			12.1			0.7
Fuh et al	2010	台湾	13~15			12.2			27.6
Gupta et al	2009	インド	16~18			17.2			11.0
Isik et al	2009	トルコ	5~10			3.4			—
Unalp et al	2006	トルコ	14~18			21.3			5.1
Visudtibhan et al	2007	タイ	12~15	11.7	16.2	13.8			—
Akyol et al	2007	トルコ	9~17	7.8	11.7	9.7			—
Fendrich et al	2007	ドイツ	12~15	4.4	9.3	6.9	19.1	21.2	20.2
Ando et al	2007	日本	12~15	3.3	6.5	4.8			—
Milovanović et al	2007	セルビア	7~12	2.1	4.6	3.3	0.9	1.7	1.3
Ayatollahi et al	2006	イラン	6~13			1.7	5.5		—
Karli et al	2006	トルコ	12~17			14.5			—
Suzuki et al	2005	日本	16~18	13.7	17.5	15.6	23.0	30.6	26.8
Wang et al	2005	台湾	13~15			5.9			6.3

中学校で5%、高校では15%程度が片頭痛をもっている。

片頭痛？緊張型頭痛？ 頭痛の種類

一次性頭痛

原因がない

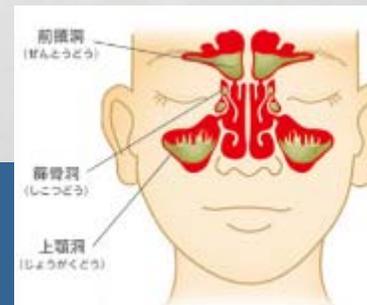
例：緊張型頭痛、片頭痛など



二次性頭痛

原因がある

例：ウイルス性疾患、
副鼻腔炎、頭部外傷



二次性の頭痛

表 1 二次性頭痛の原因

	Burton ⁵⁾ (1997)	Lewis ⁶⁾ (2000)	Kan ⁷⁾ (2000)	Scagni ⁸⁾ (2008)	Lateef ⁹⁾ (2009)	Conicella ¹⁰⁾ (2008)
年齢 人数	2~18 歳 288 名	2~18 歳 150 名	0~18 歳 130 名	0~16 歳 526 名	2~5 歳 364 名	2~18 歳 432 名
二次性頭痛の割合				42.0	84.3	55.0
ウイルス性疾患	39.2	39.0	28.5	38.0	61.0	14.8
副鼻腔炎	16.0	9.0				16.7
頭部外傷	6.6	20.0		—*	13.0	8.7
溶連菌咽頭炎	4.9	9.0				
ウイルス性髄膜炎	5.2	9.0	2.3	0.4	1.1**	2.5
VPシャントトラブル	0.3	2.0	11.5	0.4	3.8	1.8
脳腫瘍		2.6		0.4	1.9	1.1
痙攣後		1.3		0.9	0.5	
脳血管障害				0.5	0.3***	

数値は頭痛全体に対する割合(%)

*: 頭部外傷による頭痛、細菌性髄膜炎による頭痛は、除外

二次性で最も多いのはウイルス性疾患。
特に幼児においては7割がウイルス性疾患によるもの

頭痛の原因～時系列に沿って～

【急性】

- 髄膜炎、脳炎、気道感染症

【亜急性】

- 脳腫瘍、水頭症、慢性硬膜下血腫

【慢性】

- 機能的頭痛、神経痛

急性の頭痛



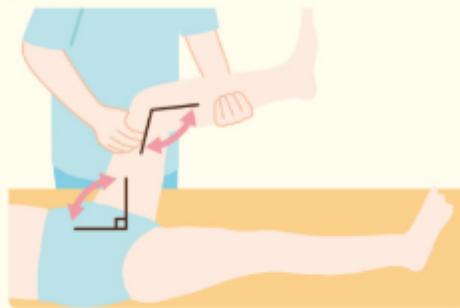
緊急性のある頭痛の可能性は低い！！

髄膜刺激症状って??

A 項部硬直



B ケルニッヒ徴候



C ブルジンスキー徴候



髄膜刺激症状って??

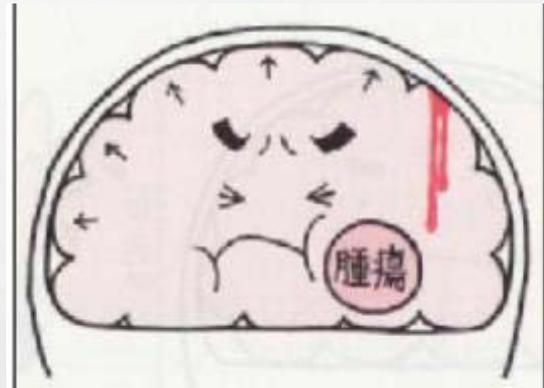


Jolt Accentuation

1秒間に2-3回の頻度で
首を振ってもらう

頭蓋内圧亢進って？

- 持続的、慢性的な頭痛
- 吐き気や嘔吐
- うっ血乳頭



こどもの頭痛

- 二次性頭痛で一番多いのはウイルス感染時の頭痛である。
- 原因が特定できない一次性の頭痛が5-15%程度いる。
- 髄膜刺激症状、頭蓋内圧亢進症状がないかは重要である。

本日の内容

- こどもの痛みって
- こどもの頭痛の頻度や原因
- **注意が必要な緊急性のある頭痛**
- こどもの慢性頭痛について

小児での危険な頭痛のサイン PART1

- 5歳未満
- 初回の頭痛
- 5分以内に最強度に達した急性発症
- 6か月未満の経過で進行性に増悪
- けいれん
- 外傷の既往

小児での危険な頭痛のサイン PART2

- 嘔吐を伴う発熱がある
- 体重減少がある
- 血圧が高い
- 中枢神経所見がある
(意識障害、髄膜刺激兆候、けいれん、麻痺、失語)
- あざなどがある

急性の頭痛



これらの頭痛は注意が必要！！！！

髄膜炎と脳腫瘍

● 髄膜炎

髄膜(脳および脊髄を覆う保護膜)に炎症が生じた状態。

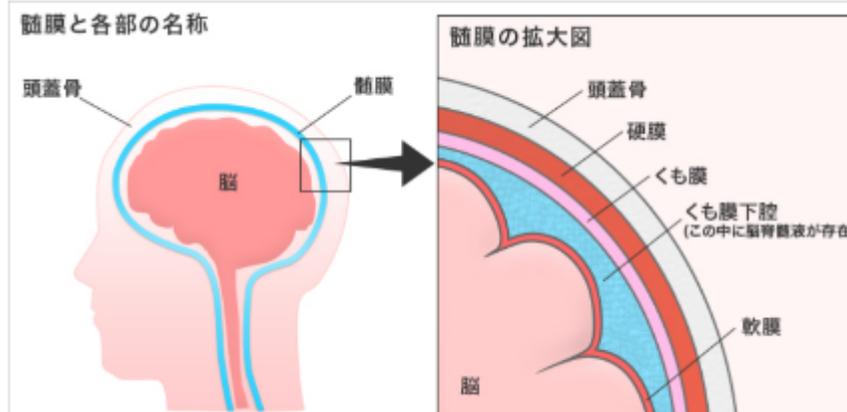
症状: 発熱・頭痛・嘔吐

検査: 髄液検査

治療: 細菌性⇒抗生剤による治療、ウイルス性⇒基本的に支持療法

● 脳腫瘍

頭蓋骨の中に腫瘍がある。腫瘍には、良性と悪性がある。子どもでは悪性疾患患者だけで考えると、脳腫瘍は白血病の次に多い。



すぐに受診したほうがよい場合

- 頭痛、発熱があり、歩行困難や首を振れないなど髄膜刺激症状、嘔吐を伴う場合
- 頭痛があり、けいれんや意識障害などがある場合

本日の内容

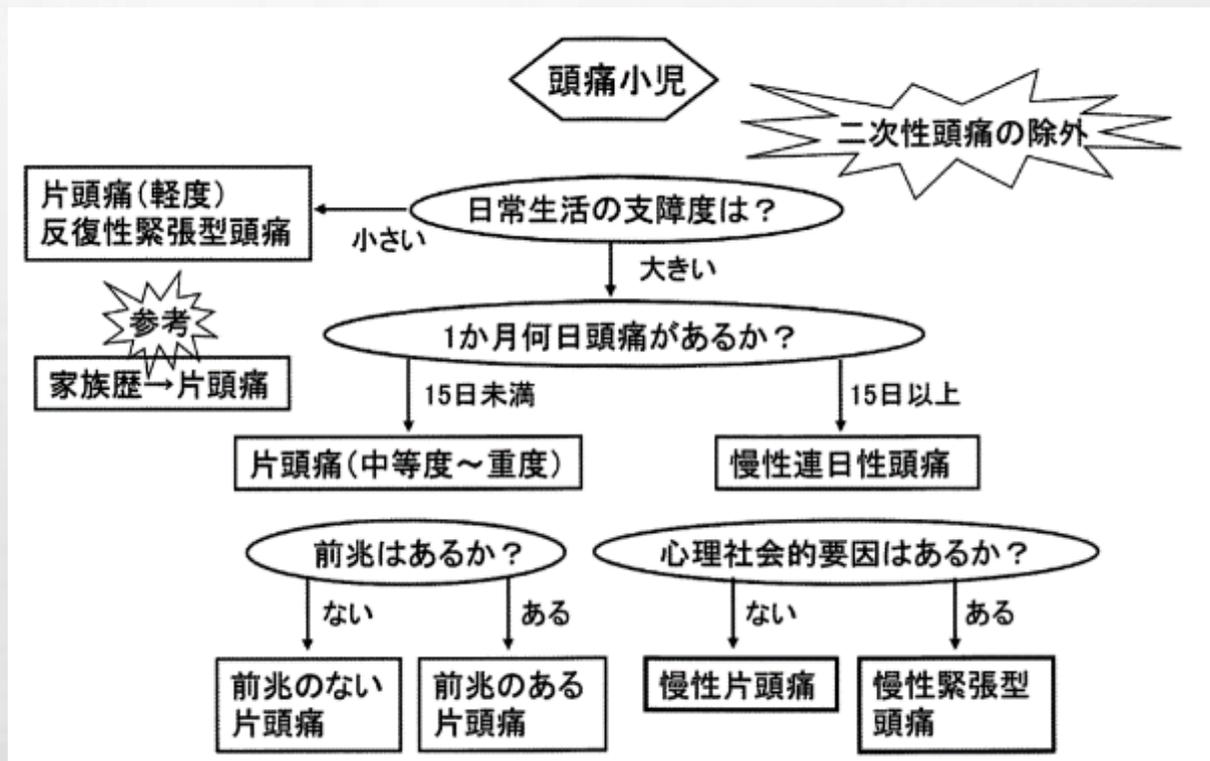
- こどもの痛みって
- こどもの頭痛の頻度や原因
- 注意が必要な緊急性のある頭痛
- こどもの慢性頭痛について

頭痛での問診

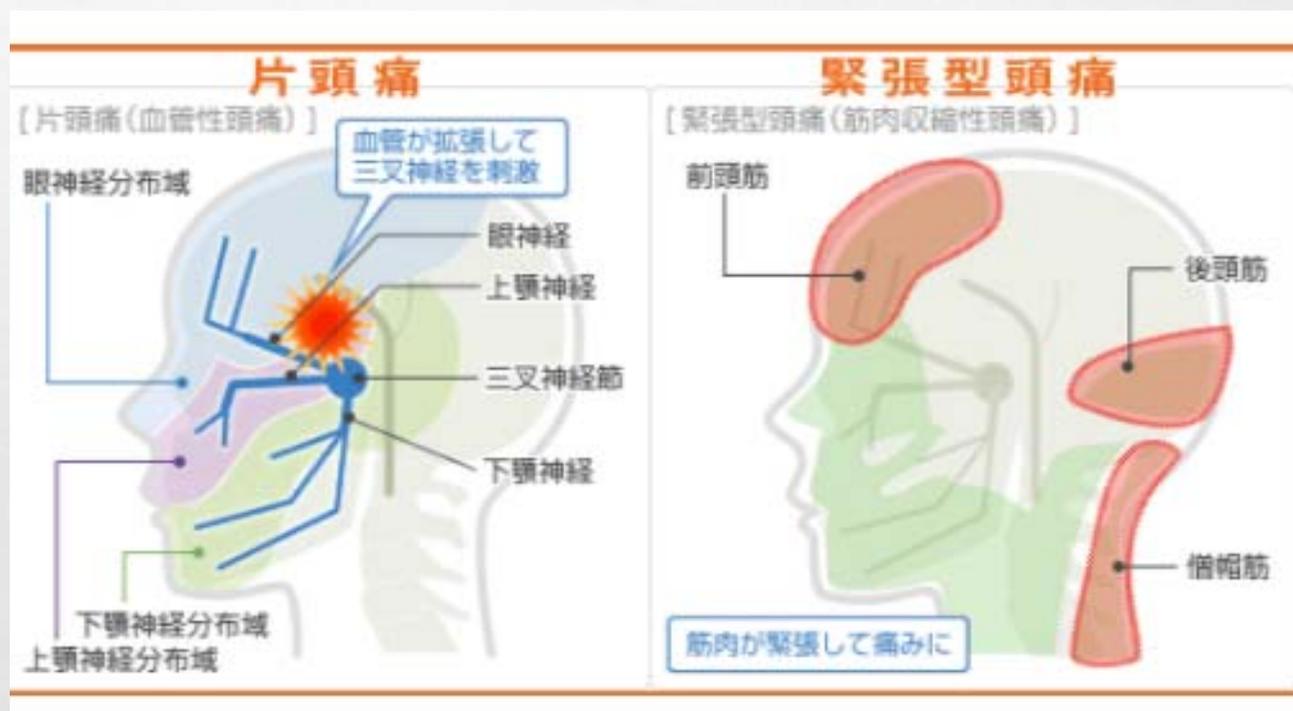
- 経過：急性、反復、慢性、進行性
- 性状：拍動性、頭が重い感じ、刺すような痛み
- 部位：上顎、前頭部、側頭部、片側か両側か
- 持続時間は？
- 1日のうちに起こりやすい時間は？
- ひどくなる要素：光、音、食べ物など
- 改善する要素：睡眠、安静

頭痛の診断には詳細な問診が一番重要。

小児の一次性頭痛の簡易診断 アルゴリズム



代表的な一次性頭痛



片頭痛と緊張型頭痛



	片頭痛	緊張型頭痛
発作的な頭痛	+	-
持続時間	4～72時間 18歳未満では2～72時間でもよい	30分～7日間*
部位	片側性 18歳未満では両側性(前頭・側頭部)が多い	両側性
性質	拍動性	非拍動性**
強さ	中等度～重度	軽度～中等度
日常的動作による悪化	+	-
悪心(中程度以上)・嘔吐	+	-
光過敏・音過敏	+	-***
頭痛の家族歴****	濃厚	希薄

* 慢性緊張型頭痛では絶え間なく続くことがある

** 圧迫感または締め付け感

*** 緊張型頭痛では、光過敏、音過敏のいずれか一つのみ

**** 国際頭痛分類第3版β版にはない

小児の頭痛のイメージ

片頭痛
てんかんに関連した頭痛



緊張型頭痛



片頭痛 + 緊張型頭痛



心理社会的要因関与の頭痛
(慢性緊張型頭痛)



心理社会的要因関与の頭痛
(慢性緊張型頭痛 + 片頭痛)



脳腫瘍などの
脳神経外科的疾患

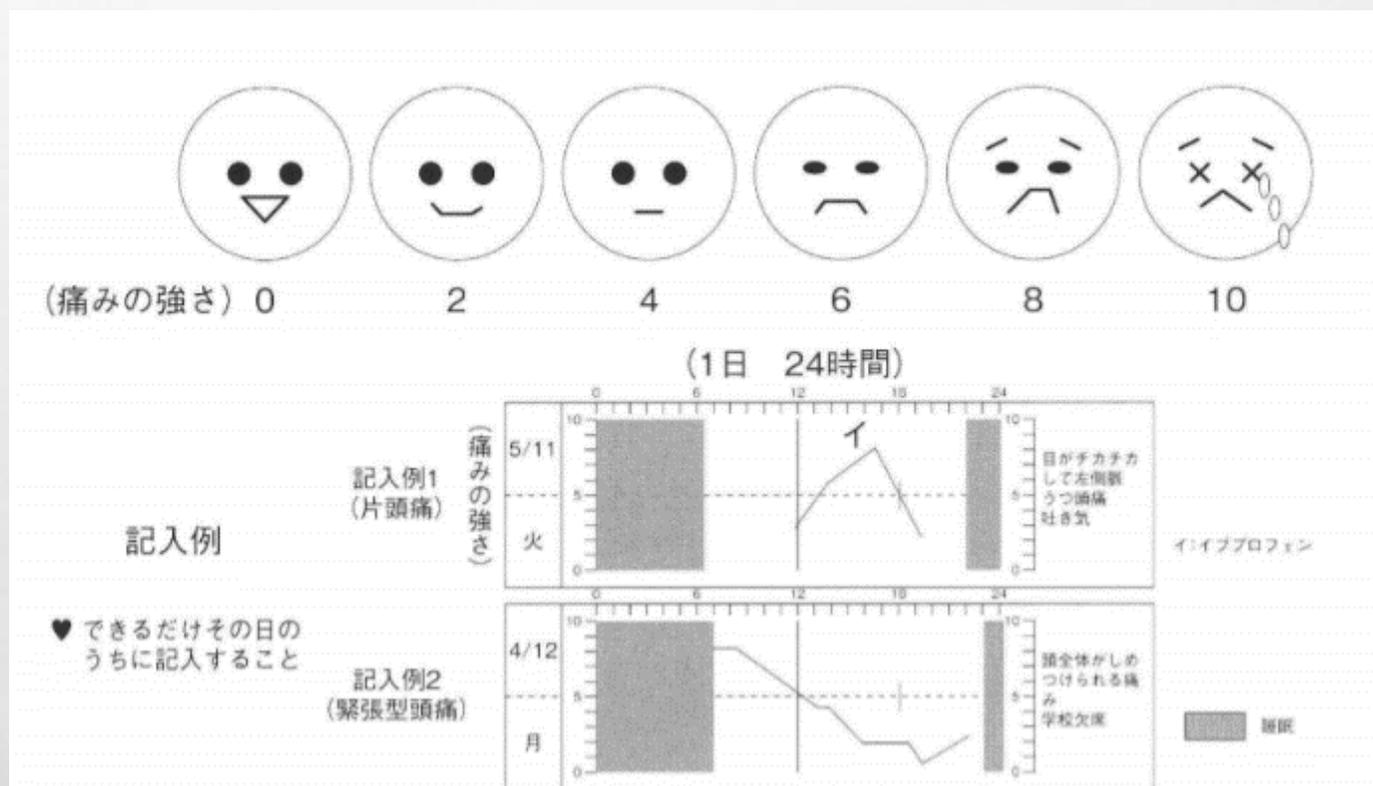


頭痛ダイアリーの利点



- ・自分の頭痛の症状に対して理解が深まる。どんな時に痛くなるかなどの推定ができる。
- ・診察時にも短時間で情報のやりとりができて、結果的に治療がスムーズとなる。
- ・薬の効果についても記載することができるので、治療の効果も見ることができる。

頭痛ダイアリーの応用



慢性頭痛の治療 非薬物療法

- 十分な睡眠や規則正しい食事を行う
- 夜は暗く静かな部屋でゆっくりと休む
- 明らかな誘因を見つける
 - ・環境因子：天候、温度差、運動、人込み
 - ・食事因子：チョコレート、チーズ、空腹
 - ・内因性因子：月経周期
 - ・精神的因子：ストレス、緊張、疲れ、睡眠不足

慢性頭痛の治療 薬物療法

- 頓用薬

一般的な鎮痛薬：アセトアミノフェン、イブプロフェン

片頭痛の場合は疼痛出現後すぐに使用することが重要！！

- 予防薬（片頭痛）

アミトリプチン、シプロヘプタジン、トピラマート、トリプタン製剤

まとめ

- こどもの頭痛は大部分は一時的なもので重篤なもの
は少ない。
- 髄膜刺激症状、頭蓋内圧亢進症状がある頭痛は注
意が必要。
- 痛みを評価するスケールがあり、それを使うことで痛
みの推移をみることができる。
- 慢性的な頭痛の診療、評価には頭痛ダイアリーが有
効である。

ご清聴ありがとうございました