

かかりつけ薬局の 「頭痛」 知っ得情報



16

昭和初期、こめかみに梅干しを貼っている年配の方を多く見かけました。いわゆる「頭痛持ち」と言われた人たちです。

梅干しをこめかみに貼るのも頭痛を和らげる民間療法の一つでした。

頭痛は大きくわけて緊急の治療を要する急性と、慢性的なものがあります。前者は「くも膜下出血」「脳出血」などが挙げられ、頭痛と一緒に手のしびれ、ろれつが回らないといった症状が伴います。(このような症状があればすぐに医療機関を受診してください)

後者は「筋緊張型頭痛」「片頭痛」「混合型」などがあります。

薬局に頭痛薬を買いに行った時、一つ二つ薬剤師から質問されたことはありませんか? 「急いでいるのに」とか「いつもの薬で

よいのに」など思われる方もいらっしゃると思います。その短い質問が、薬剤師のセルフメデイケーションのお手伝いの時間なのです。

頭が締め付けられるように痛い、肩から首筋が凝っている、仕事でパソコンの前に座りっぱなしな

どの話から緊張型の頭痛と思われる場合は、鎮痛剤の他に筋肉をほぐしてあげる薬をお薦めします。鎮痛剤は種類が多いので質問させていただければお薦めの薬が絞れます。そしてお薬だけでなく、日常生活を少し改善することで、痛みが楽になるようなお話をすることもできます。

片側だけにズキンズキンと起きる片頭痛は厄介なことに市販の鎮痛剤では治めきれないことが多い頭痛です。片頭痛を引き起こす要

因は色々あり、それを知ることに対応しやすくなることもあります。

頭痛薬の使い過ぎによる頭痛もあります。日常的に使い続けていると痛みの神経が過敏になり頭痛を起こしやすくなります。痛みが起きますので、また痛み止めを服用するという悪循環にはまってしまう。

令和元年となる現在、頭痛の薬もたくさん種類があります。何でも相談できる、かかりつけ薬剤師をお持ちになり、自分に合った鎮痛剤と一緒に選んで服用してください。

担当薬剤師 齋藤博美
問い合わせ ☎047・360・3600 一般社団法人松戸市薬剤師会



健康サポート薬局
まり松戸薬局
松戸市松戸1329大橋ビル1F
☎047・308・7971