

津久見市の小児医療・小児保健の向上を目指して

こどもの病気対策法⑨

頭痛編

大分大学医学部 地域医療支援・小児科分野 教授 是松聖悟

頭痛は、急いで受診しなければいけない髄膜炎を含む脳の感染症や頭蓋内出血からかぜ、片頭痛まで、頭痛の原因は様々です。頭痛、発熱、吐き気を伴い、寝ている状態から、顎を引くように首を前に曲げようとさせた場合に痛みが増強し曲げられない場合（項部硬直と呼びます）は、髄膜炎の可能性が高まります。項部硬直がなくとも、発熱や吐き気を伴い、しかもアセトアミノフェンの坐薬や頓服で軽減しない場合は、急いで受診が必要です。アセトアミノフェンは、熱さまじや痛み止めなどの目的で、医療機関から処方されるものです。夜間の初期対応のために常備しておくことをお勧めします。体重1kg分につき1回10-15mgですので、例えば10kgの子ならば100mgの坐薬を1個、15kgの子ならば200mgの坐薬を約2/3個、はさみなどで切つて投与してあげてください。頓服もあります。

しかし、フローチャートは急な頭痛への対応のため、記載していませんが、子供の慢性的な頭痛、しばしば反復する頭痛などでお困りのご両親も多くおられると思います。慢性頭痛の原因としては、また別の病気が挙がってきます。

もっとも注意が必要なのは脳腫瘍です。これは早朝、いつ

も同じ部位が痛く、日に日に増悪していきます。しばしば吐き気、物が二重に見える、ふらつきなどの症状が伴います。該当する場合は、かかりつけの小児科医にご相談下さい。

片頭痛は、前頭や側頭部がズキンズキンと痛み、吐き気、光がチカチカみえるなどの症状を伴い、朝よりも午後から痛み出す傾向があります。数時間から数日持続する場合があります。遺伝することの多い病気です。

筋緊張性頭痛とは、筋肉の収縮によって生じるもので、頭全体が締め付けられるような痛みとなりますが、吐き気は通常伴いません。精神的な緊張や疲労によって誘発されやすい病気です。

周期性嘔吐症（自家中毒）という、幼児期にしばしば嘔吐、頭痛が生じ、時に点滴を受けないと治らないが、小学校に入學するころには自然軽快する病気もあります。

更には起立性調節障害という自律神経のアンバランスによって思春期に生じる病気や、副鼻腔炎（ちくのう症）のことで、頬や前頭に痛みがあり、軽く指で叩いても痛む、てんかん、高血圧、斜視や緑内障などの眼の病気、う歯、歯の咬合不全、薬物中毒、心因反応も慢性頭痛の原因となります。かかりつけの小児科医に一度ご相談下さい。

夜間のこどもの頭痛 フローチャート

