

特集 痛みの治療について

About Treatment of Pain

私が、ご説明いたします

ペインクリニック外来
麻酔科
荒川 和也



昨年4月より当院に入職し、6月よりペインクリニック外来を開始しております。出身は三角です。麻酔が専門で、これまで救急、離島・へき地医療にも携わってきました。今回、広報誌に執筆する機会を頂きましたので、痛みの治療について書いてみたいと思います。

痛みをどう考えるか。

痛みは嫌なものです。痛みをプラスに考えることはなかなかできないでしょう。強いて言えば、トレーニング後の筋肉痛くらいでしょうか？
といつても、それは原因がはっきりしており、一過性のものだともみんなが分かっています。且つ筋肉の張りのような感覚の延長であるからでしょう。スポーツをしたことのある人なら、誰もが通る通過点のようなもので、且つ筋力アップへの目安になるようなものだからです。
それでは逆に、これまで感じたことのない痛みで、原因が分からず、いつ治るかも分からないような痛みであれば、人は不快に思い、また不安になることでしょうか。この痛みはいつになれば治るのだろうか。そうして、原因もわからず治療もできなければ、生活の質は下がり、場合によっては寝たきりや、うつ状態になってしまうかもしれません。

このことからご察し頂けるとおり、痛みは単純

みの原因があつて、そのために治療が困難になっているケースもあります。また原因は病気やケガでも、その痛みの治療を邪魔するものが、生活習慣の中にかくれているケースもあります。このような場合は、当然我々医療者も気にかけてお話ししますが、本人の自覚に乏しい場合はなかなかわからないこともあるのが現状です。
自分で考え、治そうと努力することは当然ながら一番大事なことですね。そんなことを改めて感じさせてくれた患者さんの話でした。

当院ペインクリニック外来での主な対象疾患

- ・頭痛・肩こり・頸肩腕症候群など、首〜肩に由来する痛み・症状
- ・帯状疱疹後神経痛・術後痛などの慢性痛
- ・腰痛・坐骨神経痛など腰部脊椎由来の痛みなど
- (膝や肩などの関節の痛みについては整形外科外来で診て頂きます)
- ・その他、顔面神経麻痺・突発性難聴などの診断がついており、星状神経節ブロックなどでペインクリニック外来での処置が必要である方も対応いたします。

※他にも、痛みに関する診断・治療には、外来時間中に随時対応しておりますが、急な痛みについては原因を調べることが優先です。そして原疾患の治療が最優先になります。ですので、原因不明の急な痛みについては一般外来が窓口になります。

に病気や怪我から来るだけでなく、心の要素も含まれます。原因が分かっている、痛みが改善傾向な場合や、薬で軽減できる場合は、たとえ痛くてもある程度は受け入れることができるのです。そして、そのような状態の患者さんは、適切な薬を使用したり、リハビリテーションを行ったりしながら、痛みと上手に付き合っていくこととなります。

しかし、原因が分かっている、我慢できないような痛みもあります。もちろん、鎮痛剤などは処方されているのですが効果が不十分といったケースです。同様に、合併症の関係で神経ブロック療法が受けられなかったり、鎮痛剤が処方できないケースもあります。そういった患者さんも、痛みの治療が不十分で我慢できないまま日常生活を過ごし、生活の質が下がっていることがあります。ペインクリニック外来は、決して万能ではありませんが、こういった様々なケースを考慮し、一般外来よりも専門性の高いところで、

- ・診断の再考
- ・内服調整・変更
- ・合併症の少ない神経ブロック療法

などを行い、より痛みの少ない生活を目指すお手伝いをする外来です。

痛みは生活習慣病？

私が以前、慢性の頭痛で紹介いただいた患者さんのことについて、個人情報に関わらない程度にお話しをします。
その方は2年ほど前から右後頭部を中心とす

※より高度な治療や専門の知識・経験が必要な状態と判断した場合には、熊本市内の専門施設(大病院など)を紹介する場合もございます。

治療方法

① 神経ブロック療法

局所麻酔薬や抗炎症作用のある薬物を痛みに関わる部位に同注する治療法です。神経ブロック療法は以前から行われていますが、近年、超音波診断装置(エコー)を用いて注射する方法が普及し、精度と安全性が高まっており、当院でも採用しております。

これにより、病気・内服のために血が固まりにくく神経ブロック療法が施行し辛かった患者さんにも、比較的 safely にブロック注射を施行できるようなりました。

もちろん、出来ない場合もございます。随時説明いたしますので、ご相談ください。

② 薬物療法

痛みに関する薬物は、近年新しいものもどんどん出ており、その処方については、専門的知識が必要とす。また、鎮痛薬でなく、こころに作用する薬(抗うつ薬など)を鎮痛薬とともに使用することで、痛みが軽減するケースも多々あります。

ペインクリニック外来では、そういった内服調整も大事な仕事です。御来院の際には、今飲んでる薬が分かるよう、おくすり手帳などを必ず持ってきて下さい。

る頭痛で、いくつかの病院で診察を受けていました。まずは近所のクリニックで鎮痛薬を処方され、治らないので脳外科紹介されてCTスキャンをして特に異常なし。別のタイプの頭痛薬(片頭痛の薬)を処方されたが、あまり効果がない(むしろ効きが悪い)。そこで別のクリニック受診したところ、緊張性頭痛(首の筋緊張が主な原因の頭痛)の診断を受け、内服と首回りのリハビリをやってみたところ症状軽減あり。そこで、リハビリ目的に紹介通院されていきました。リハビリ科の先生が主治医だったので、なかなか改善に乏しく、私のペイン外来に紹介されたのです。

診察してみると、頸部に特徴的な筋緊張と圧痛点がありました。局所麻酔薬の注射をしたところ大変効果があつて喜んでいただきました。また、首のレントゲンを撮りましたが、年齢相応の変化程度で大きな問題はありませんでした。

ところが、効果はあるもののすぐに再燃してくるのです。頸椎に変形などがある方ならわかるのですが、それに頸部そのものに問題がある方は、朝起きた時に症状強いこと多いのですが、その方は夕方ピークなのです。

そこで詳しく話を聞いてみると、昼間は家族が出払っていて、一人でゴロゴロしながらテレビを見るのが楽しみだ、ということがわかりました。その時の姿勢を聞いてみると、右後頭部〜頸部がギョツと詰まるような姿勢でした。

そのため、ちゃんと姿勢を直して座ってテレビを見てみて下さい、と伝えました。ご本人さんは半信半疑(すーっと昔からそうしているのにと、そのくらいのことです)とおっしゃってました。したが、結果はご想像の通り、再燃無く完治しました。

痛みの原因は、多くは病気・ケガに伴うものや、その後遺症ですが、このように日常生活の中に痛

③ リハビリテーションなど

筋・骨格系の痛みについては、整形外科の先生方がより専門になります。ペインクリニック外来で痛みの治療を行うとともに、リハビリテーションが奏功すると思われる患者さんは整形外科医に相談後、リハビリテーションを行っていただきます。

最後に

私はペインクリニック外来の時間以外、基本的に手術の麻酔を担当しております。

痛みの治療をしているくらいですから、手術に際した痛みについてもこだわりをもって管理・処置をしています。前述の超音波ガイド下神経ブロックは、手術の際にも頻りに活用しており、術後の患者さんの痛みをできるだけ軽減しようと努力しています。手術に痛みはつきものですが、昔のように「痛くて当たり前」なんて野蛮なことは申しません。もちろん多少は伴うものですが、なるべく少なく済むよう配慮しております。当院で手術を受けられる方は、手術に際した痛みについても、どうぞご相談ください。

