

Vol.94

院長 関の

Face to Face

2016年 4月 1日発行



繰り返して起こる頭痛には大きく分けて、片頭痛「緊張性頭痛」「群発性頭痛」などがあります。片頭痛は女性に多く、発生率は男性の約4倍です。睡眠不足、天候、アレルギー反応、ホルモン変動、遺伝、誘発食品…など様々な原因が挙げられています。また明らかでない原因が不明な場合も多くあるそうです。緊張性頭痛は頭痛の約7割を占め、中高年の

たかが頭痛、されど頭痛



男女に多く見られます。原因はストレスで起きることが多く、ある漢方医の先生によれば、ストレスで胃が冷えて収縮するため背部の筋肉が引つ張られて緊張し、脳への血流を阻害して頭痛が起こるといふ考え方もあるようです。その先生は胃を温める漢方を処方されま

す。一般の頭痛薬では効かなくなり、お医者さんに緊張性頭痛を訴えると、筋弛緩薬」を処方されることもあるようですが、あまり常用したくはないですよ。やはり我々のような治療で内臓や筋肉の緊張を取ることもひとつの解決策になると思います。最後に群発性頭痛ですが、これはほとんどが働き盛りの男性に見られ、バットで殴られたような痛みが突然起こるので非常に辛い頭痛です。こちらもはつきりと原因はわかっていますませんが、自律神経を整えることが大切であるとされていますので、生活習慣を整えることとストレスを減らすこと、自律神経を安定させる鍼灸治療などが有効だと思います

関 修一(せきしゅういち)

健育会 東銀座整骨院・整体院・

鍼灸院 院長

代替医療の総合治療院としての確立を目指す。タイトルの「face to face」患者さん自身へ向き合っ

とを願ってつけた