

平成 25 年 4 月 1 日

“痛み”は、本来は私たちの体に危険を知らせる重要な役割を果たしています。ところが、長期間持続する痛みは、危険を知らせる役割を果たさず、ただ不快な感情だけが与えられます。これを慢性疼痛といいます。今回は『慢性疼痛』についてお話しします。

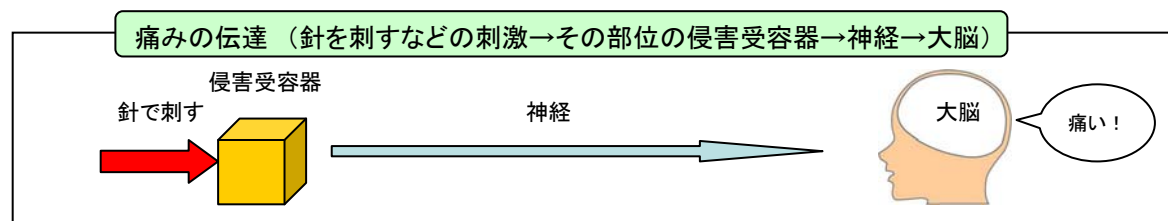
● 慢性疼痛ってなに？

痛みは体が傷ついたり、あるいは傷つきそうなときに生じる「不快な感覚」ではありますが、痛みを経験して学習することによりそれ以上の体へのダメージを避ける為に役立ちます。しかしこのような痛みは本来短期間に起こるべきもので、長く続きすぎる疼痛はただその人の生活の質を落としていくばかりです。原因はさまざまですが、3～6ヶ月を超えて持続する痛みは慢性疼痛として速やかな治療が求められます。

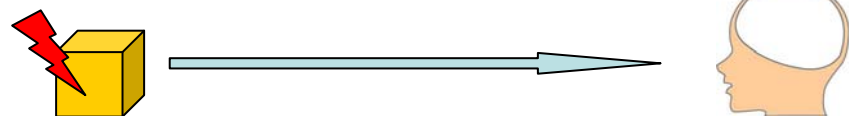
● 慢性疼痛の種類

慢性疼痛の分類はいくつかありますが、今回はその原因により3つに分類します。

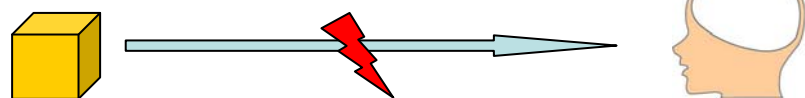
- **侵害受容性慢性疼痛** … 体の中にある痛みを伝える装置である侵害受容器の持続的な刺激による痛み。多発性リウマチ性関節炎、がん疼痛、慢性腰下肢痛など。
- **神経障害性慢性疼痛** … 痛みを伝える神経の障害による痛み。糖尿病性末梢神経障害、帯状疱疹後の神経痛、脊髄損傷、脳卒中後痛など。
- **心因性慢性疼痛** … 痛み体験が長引くことによりストレスが溜まり、それにより脳内の痛みの伝達に異常が起こり更に痛みが憎悪した状態。



● 侵害受容性慢性疼痛(侵害受容器が刺激され続けて痛みが持続)



● 神経障害性慢性疼痛(痛みを伝える神経に異常が生じ痛みが持続)



● 心因性慢性疼痛(ストレスで脳内の伝達に異常が生じ痛みが増幅)



● 慢性疼痛の治療

* 薬による治療

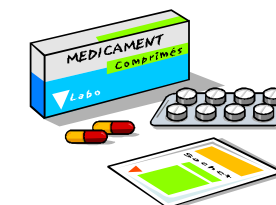
慢性疼痛の治療には、主に**非ステロイド系抗炎症薬**（ロキソニン、ボルタレンなど）、**麻薬性鎮痛薬**（リン酸コデイン、塩酸モルヒネなど）などの痛み止めが使われます。

非ステロイド系抗炎症薬 (NSAIDs) は痛みそのものや、痛みの原因になる炎症を起こす物質が体内で出来るのを防ぎます。

麻薬性鎮痛薬には強い鎮痛効果があり痛みが強い時に使われます。麻薬といっても適正に治療できるよう、安全な量を考えて薬がだされていますので、依存性もありません。急な増量や減量によって副作用も生じやすくなるため、医師の指示のもと、厳密に量を守って使用する必要があります。

痛み止めだけでなく、**抗うつ薬**、**抗てんかん薬**、**抗不整脈薬**など、本来痛み止めではない薬も痛み止めの作用を補助するために使われることがあります。これらの薬は神経に作用し、神経を通じた痛みの伝達を抑えるので、痛みの種類に応じて使い分けられます。また、痛みを抑えるだけでなく、気分の落ち込みなど精神面の改善作用もあります。

これらの薬以外にも、長い間の飲み続けられる**漢方薬**も使われます。



* 薬以外の治療

痛みを感じている神経に直接、局所麻酔薬を注射して炎症や痛みをやわらげる**神経ブロック**という治療法があります。注射する神経により、血流が改善して炎症を和らげる効果も期待できます。

体に**電極**を入れて、そこから**電気**を流し、神経を刺激することで痛みを抑える方法もあります。脳に電極を入れる場合と脊髄に入れるときがあります。これらは、イメージ的にはペースメーカーと似ています。電極を体の中に入れず、電極を体に貼って神経を刺激して、痛みを抑える方法もあります。

他にも、**レーザー光**を体に当てる方法や、脳内に放射線を当てて痛みを感じる部位の働きを弱める**γナイフ**での治療があります。**硬膜外内視鏡**といって、内視鏡を体に入れて、痛みの原因部分を直接治す方法もあります。

漢方薬に加えて**鍼**の治療もすることがあります。

参考

治療 Vol. 90 No. 7 (2008) 慢性疼痛診療ガイド
月刊薬事 Vol. 50 No. 12 (2008) 慢性疼痛の薬学的ケア

