

令和六年 五月 二十六日

青鳳会講師 吉野 久

○ 緒 言

今回の題目は「慢性頭痛の鍼灸治療」としているが、慢性の頭痛でも扁桃炎が原因となっているものを取り上げたい。

扁桃炎も慢性的に患っている患者は多数あり、それが原因となって常時、頭痛薬に頼っている患者が多数おり、そうした患者を私の鍼灸院でも、去年だけで 11 名治療している事情があり、今回このような話をしようとした意図である。

この扁桃炎を原因とした慢性的な頭痛は、さきの新型コロナ禍を契機として一挙に増えたように記憶する。新型コロナ・ウィルスによる咽喉部の感染もさることながら、マスクを手放せない・人との距離に気をつけなくてはならない・感染した際の保健所や行政への報告と指導・リモートワークによる家族との軋轢・社会全体の変化による仕事の行き詰まり、といった、つまりは社会がすっかり変わってしまったことによる大きな精神ストレスによって、患者がもともと抱えていた扁桃炎が悪化したのではないかと思われるのである。

頭痛といえば頭痛薬の使用に直結するが、頭痛薬を使う側も、好きこのんで買うわけではなく、それが無くては動けないという切実な理由があって買うのである。

それに加えて頭痛薬の使用量が徐々に増えてゆくことも問題で、どれだけ頭痛薬を飲んでも頭痛が止まらないという恐ろしいジレンマに陥っている人々が、今では社会問題となっており、私自身も薬局で頭痛薬だけを 7~8 箱、1 万 5 千円以上を買う人を見たことがあるし、治療院の患者さんのなかに、ロキソニンを一度に 4 錠のんで痛みを止めるという人がいた。これも恐ろしい社会問題である。

さて、今回の発表の眼目である東洋医学的な頭痛治療の話に移るまえに、頭痛一般についての知識をおさらいしておこう。

頭痛の種類

《一次性頭痛》 他に原因となる病気の無いもの

《二次性頭痛》 病気などの原因によって引き起こされる頭痛・・・くも膜下出血、脳腫瘍、慢性硬膜下出血、副鼻腔炎、うつ病など

この場合は、今まで感じたことのない痛みがある、突然痛みが出て、どんどんひどくなるなどの経過が観察される。

《一過性の頭痛》風邪や熱中症、二日酔いなどといった日常的な病気や行動が原因で起こる。

■ 頭痛のメカニズム

頭の内外の血管や頭につながる神経が圧迫や炎症などの刺激を受けたり、頭や頸の筋肉が伸び縮みしたりすると、それぞれの部位で痛みの刺激を受け取る部分が反応して頭痛が発生する。血管で起こった痛みは広い部分に伝わり、頭皮や頭の骨を取り巻く部分に刺激が起こったときは、その部分が痛む。

■ 慢性的に起こる頭痛（一次性頭痛）の主なタイプ

原因となる病気などがなく、「同じような痛み方をする頭痛を、いつも経験している」という場合は、慢性的な一次性頭痛が考えられる。

一次性頭痛には主に偏頭痛、緊張型頭痛、三叉神経・自律神経性頭痛の3タイプがある。

偏頭痛（血管性頭痛）～ズキズキする、動かしたときに痛む

偏頭痛は、頭の片側（または両側）が脈打つようにズキズキと痛む頭痛をいう。吐き気、嘔吐を伴うことがあり、光・音に敏感になるなどの症状がある。痛みは強く、4～72時間ほど持続し、体を動かしたり入浴したりすると悪化する。

原因ははっきりしていないが、何らかの刺激が三叉神経にたいする刺激となり、さらに血管の拡張や炎症が発生していくためと考えられている。

偏頭痛が起こる前には、目の前がチカチカする、目が回るなどの前兆が現れることがある。20～40歳代の女性に多くみられ、月経時やその前後に発症するケースも多くみられる。妊娠中は、一時的に軽減する人が多数いるが、半数の人は出産後1カ月程度で再発する。

緊張型頭痛（筋肉収縮性頭痛）～ジワジワ締めつけられる感じがする

一次性頭痛のなかで最も多いとされるのが緊張型頭痛である。後頭部、こめかみ、額を中心に頭重感や圧迫感または締めつけられるような痛みがジワジワと発生し、しばらく続く。偏頭痛のように吐き気や嘔吐が発生することはなく、体を動かした際に痛みが悪化することもない。痛みの強さは軽度～中程度で、日常生活に支障が出ることは少ない。主な原因は、頭、首、肩の筋肉の緊張によって血行が悪くなることとされているが、ストレスなどの神経的な緊張が引き金となることもある。

なお、緊張型頭痛のある人が偏頭痛を起こす混合型もある。

〈原因〉 身体的・精神的ストレス、顎関節症、長時間同じ姿勢でいる（うつむき姿勢など）、運動不足、眼精疲労

群発頭痛、三叉神経・自律神経性頭痛～目の奥にガンという衝撃が一定期間、毎日起る

頭の片側に頭痛が現れ、それと同じ側の目や鼻、耳などに異常が現れる頭痛を「三叉神経・自律神経性頭痛」という。

群発頭痛は左右どちらかの目の周囲からこめかみのあたり（前頭部～側頭部）にかけての激しい痛みと、痛むほうの目の充血、涙、鼻水、鼻づまり、まぶたの下垂などといった症状を伴うのが特徴で、痛み発作は1日に2～8回繰り返され、数日～3ヵ月ほどの間、集中して続く（群発期）。

発症年齢は20～40歳で、男性に多い傾向があったが、近年、男女差は徐々に減少する傾向にある。

痛みが起こるメカニズムとしては、目の奥の動脈の拡張が原因でうっ血や炎症が起こり頭痛につながるという説、眼や上顎、下顎に向かって走る三叉神経の活動が過剰に高まることによって発生するという説などが考えられている。

睡眠中に起こることが多く、激痛で目が覚めることがある。

〈原因〉 飲酒、喫煙、血管拡張剤の服用、気圧の変化

■ 「更年期障害」と頭痛

閉経前後のおよそ10年間、女性はホルモンの分泌量や自身を取り巻く環境など、体と心にかかわるさまざまな変化を体験する。この変化の影響によって出現する更年期障害として、主症状といわれる顔のほてりやのぼせ、汗、イライラ感などのほか、頭痛を訴える人も多数に上る。

更年期障害によって頭痛が起こる理由は明らかではないが、女性ホルモン（エストロゲン）の量の急激な変化と、精神的な不安からくるストレスの両方が、頭痛の出現に関与している可能性が考えられている。

このように見てくると、慢性扁桃炎を原因とする頭痛とは、さきに述べた「慢性的に起こる頭痛（一次性頭痛）」のうちの、「偏頭痛、緊張型頭痛」に分類されるものとなる。すなわち、「よく知られた頭痛で、原因はある程度分っているのだが、治す術がない頭痛」ということになるのだが、扁桃炎という側面から光を当てると、十分に治癒可能な症状だと言えるのである。

この「慢性扁桃炎」に光をあてたのは長野潔という大分市で活躍しておられた先生で、臨床の傍らに、今は無き月刊誌『医道の日本』に臨床記録を長らく書いておられたが、その処置法は一言でいえば、東西医学の融合といえる。東西医学の融合と言えば、まずは柳谷素霊先生が嚆矢としなければならないが、柳谷先生のものち、さらに微に入り細を穿って、東洋医学を西洋医学に食い込ませた功績は大きい。それを二冊の著書として上梓しておられるが、今でも光彩を放っている。（2001年死去）

以下は、長野潔先生による、扁桃についての記述である。（『鍼灸臨床わが三十年の軌跡』医道の日本社刊 平成5年）

■「免疫機能強化処置法」より「免疫系、及び鍼灸治療学的視点からの扁桃の重要性」

扁桃は免疫系のなかでも特に重要な位置を占める。それは免疫機構の一環として、抗体生産の場を持つとともに、解剖学位置からしても外部からの細菌、ウイルス、異物等に最も接触しやすい感染門戸としての場である。また扁桃の免疫学的位置づけとして、発生学的には中枢に近く、機能的には末梢性を受け持つという両側面を具備している。

扁桃が弱体化すると、扁桃における細菌毒素、菌体成分、あるいは組織の分解産物等が血行性またはリンパ行性に、他の遠隔臓器および二次疾患を起こす。また、これらの細菌毒素、菌体成分、組織分解産物が体液中に混じり、これらが抗原となって抗体を生産し、抗原抗体反応の結果としてアレルギー反応が起こる。アレルギー状態に、内的あるいは外的因子が加わると、作られた病巣抗体の作用下に諸臓器の結合織が障害されて、間質炎を中心とした臓器病変が起こり、二次疾患として発症するとされている。

免疫機能強化の処置法

この処置法は、先述した免疫の仕組みの基本に立って、扁桃をはじめとしたリンパ節、胸腺、脾臓、粘膜下リンパ組織などを目的として強化する処置法であるが、中でも生体の第一防衛機構としての扁桃を中心に処置する方法である。古典に「風邪は万病のもと」と言われる如く、ヒトの生命は疲労レベルにおいてすでに扁桃の病変が認められることは周知のとおりである。

したがって免疫機能処置の主軸となるのは、とくに扁桃の処置であることを強調しておきたい。

扁桃の診察法

1. 六部定位脈診

肺実（じつ）は扁桃の炎症を表していることが多い。

肺虚（じょ）は扁桃炎が慢性化することによって、肺機能が低下していることを表していることが多い。

2. 天牖穴の圧痛

急性～慢性扁桃炎のある場合、天牖穴に圧痛が現れる。

圧痛がない場合、魚際（ぎょさい）の圧痛を診る。

3. 祖脈診

瀆脈（じやくみく）が現れる・・・内呼吸・外呼吸の低下。

扁桃処置

・取穴 大椎、天牖、手三里、照海の七穴に施灸する。

掌蹠膿疱症、掌蹠紅斑症、結節性紅斑、慢性の微熱（他疾患のないもの）

めまい、吐き気、頭痛、頭重、頸肩の凝り、耳鳴り、不眠、易疲労、全身倦怠、平衡感覚の減少。

治療期間 鍼治療・週一回、施灸・毎日、四ヵ月を目安とする。

鼻腔の内側壁と咽頭・喉頭

