# ペインクリニック 痛みの外来

済生会西条医療福祉センター
センター長 長櫓 巧

## ■ペインクリニックとは

このたび、済生会西条病院にペインクリニックが開設されました。「ペイン(pain)」は「痛み」、「クリニック(clinic)」は「外来」を意味し、ペインクリニックは「痛みの外来」です。我が国では、痛みの治療を専門にしている部門に、ペインクリニックの名称が使用されています。

## ■急性痛の治療法

痛みは、打撲・刺し傷などの外傷やいろいろな病気によって起こります。もともと痛みには、私たちに体の危険を知らせて、体を守る働きがあります。体の損傷や炎症などによる痛みは急性痛と呼ばれ、損傷部位にできた物質が神経を刺激して起こり、治癒とともに軽くなり、いずれ消失します。急性痛では原因の治療を行い、通常の鎮痛薬（抗炎症薬、オピオイド[麻薬類]）や、神経に局所麻酔薬や炎症を抑制する副腎皮質ホルモンを投与する神経ブロックがよく効きます。急性痛は通常、それぞれの病気を診ている診療科で治療します。

## ■ペインクリニックの対象となる痛み

体の損傷や炎症が治った後にも、痛みが長く続く場合があります（例…手術後の傷痕の痛み、帯状疱疹（たいじょうほうしん）後の痛みなど）。また、骨や関節の炎症や変形などによる痛み（例…脊椎の疾患による腰痛、下肢痛など）、原因のはっきりしない痛み（例…顔面痛、頭痛、全身の痛み、腰痛など）の中には、痛みが長期間続く場合があります。このように長く続く痛みは慢性痛と呼ばれ、ペインクリニックの対象となる代表的な病気です。

慢性痛の起こるしくみと治療法は、急性痛と異なります。慢性痛は、神経の過敏な状態が続いている場合や、損傷部位の炎症が持続している場合、心のストレス（心理的なしくみ）が働いて起こる場合などがあり、複数のしくみによって起こることも多くあります。慢性痛には体を守る働きは、あまりありません。

## ■慢性痛の治療

慢性痛には、まず薬による治療が行われます。慢性痛は神経が過敏な状態であり、神経の活動や興奮を抑える抗けいれん薬、抗うつ薬が有効な場合があります。急性痛に有効な抗炎症薬は、多くの方であまり効果がありません。狭い範囲の痛みには、痛んでいる神経に針を刺して熱などを加え、神経を長期間遮断する神経ブロックが有効な場合があります。神経の障害による痛みでは、脊髄などに電気刺激を加えて、神経の興奮を抑える刺激鎮痛法が使用される場合があります。心理的な原因で起こっていると考えられる場合は、心理・精神的な治療が行われます。

有効な慢性痛の治療は、患者さんによって異なりますので、その人に合った治療法を見つけて行うことが大切です。実際は、有効性が高いと考えられる治療から順次試してみます。

慢性痛の人には、痛みの種類に関わらず、共通の状態がしばしば認められます。長く続く痛みのために、体の機能が低下して身体活動が制限され、うつや不安な状態になり、睡眠障害や食欲異常を起こし、通常の家庭生活・社会生活を送ることが困難な場合があります。このような状態は、痛みをさらに増強し、痛みに伴う悪循環を形成します。痛み自体の治療のほかに、このような状態に対応することも大切です。

慢性痛で、痛みをゼロにすることは多くの場合困難です。慢性痛の人には痛みがつらく、苦しく、何もできないといわれる方がいます。このような方には、痛みがあってもつらさが減り、いろいろなことができるようになることを目標に治療します。また、痛みで体を動かさなくなり、体が不自由になっている方もいます。このような方にはリハビリなどを行い、体の機能の改善をめざします。

## ■まとめ

慢性痛の治療は、ペインクリニックの医師のみでは難しいことがあります。そのような場合には他科の医師（整形外科、心療内科、精神科など）、看護師、理学療法士、心理療法士などと協力して治療します。また、専門的治療を要する場合には他の施設を紹介します。どのような痛みでもかまいません。痛みでお困りの方は、一度ペインクリニックを受診してみてください。