

<ペインよもやま話>

本文章は、秋田魁新報社依頼原稿「聴診記」(痛みを治療するペインクリニック①～⑩、平成17年～18年掲載)に一部加筆・修正したものである。

痛みを治療するペインクリニック<第1回>

「痛みを我慢していませんか？」

痛みの治療を専門にするペインクリニックを初めて訪れた患者さんのお話。

痛みを諦めていた 70 歳代の女性:何年も前から左足がしびれて痛かった。足を伸ばすと苦しくて、足を伸ばして眠れない。いろんな病院に行ったが、痛み止めと湿布、デンキをかけるだけで少しも良くならない。最近行った病院でも「腰からきているので治らない」と言われ、諦めていた。新しい病院ができたというので、「ものは試し」と当院受診。レントゲン写真では、腰椎が変形し、椎間板も狭くなっている。硬膜外ブロックをした。その日から足を伸ばして眠れるようになった。とても喜ばれた。週 1 回計 10 回。左足に軽いしびれが残る程度になった。

20 年来の腰下肢痛で悩む 40 歳代の男性:約 20 年前椎間板ヘルニアで入院。その後も腰下肢痛(左のお尻にビリッとくる)と足のシビレがある。毎日の朝礼 10 分間立っているのも辛い。胃が弱くて鎮痛薬は飲めない。坐薬を使っても 2 時間位しか効かない。人から聞いて当院受診。硬膜外ブロック 5-6 回で坐薬が効いている時間が長くなり、10 回目位から「週 1 回の治療ごとによくなる」と喜ぶ。今、坐薬は使わず、毎日山仕事をして痛くない。調子が悪くなりかけるとブロックする。

人にはいろいろな痛みがある。ペインクリニックでは痛みの治療に、神経ブロックを使う。帯状疱疹の痛みには星状神経節ブロックや硬膜外ブロック。肩関節周囲炎(四十肩、五十肩)には肩甲上神経ブロック。むちうち(頸椎捻挫)には出来るだけ早く星状神経節ブロック、症状が強い場合は頸部硬膜外ブロック。ギックリ腰や椎間板ヘルニアで痛くて身動きも出来ないようなときも、硬膜外ブロックで楽になる。なかなか治らない慢性の痛みでも、中にはブロックで軽くなるもの、治るものがある。

痛みが楽になって患者さんが治っていくのは嬉しい。1 回で治る場合はもちろん気持ちが良い。なかなか治らなかった人が薄皮を 1 枚 1 枚剥ぐように治っていくのを見るのも楽しい。でも、治ると患者さんは来なくなる、暇になる、収入が減る、喜びが懐の寒さに変わる。医者は因果な商売、変な商売。

一回しか来ない患者さんが続くと、事務「また治っちゃったんですか?」。治っちゃったのか?治療が気に入らなかったのか?よくわからないが、都合の良い方に考えるようにしている。

痛みを治療するペインクリニック<第2回>

「硬膜外ブロックは痛くない？」 H17、10、31

痛みの治療を専門にするペインクリニックで、よく用いられる治療法の一つに「硬膜外ブロック」という方法がある。この神経ブロックは腰痛や帯状疱疹など多くの痛みにも効果がある。ところがこの硬膜外ブロックをとっても痛い注射だと思っている人が意外に多い。痛いどころか、「怖い」、「効かない」、「半身不随になる」と思っている人もいる。とんでもない話である。そんなに危ない注射を毎日やっていたら、大変な事になる。患者さんは恐がって来なくなり、ちっぽけな医院はとっくに潰れて、医者とその家族は路頭に迷っている事であろう。大体常識的に考えて、大の大人が痛み苦しむような治療をれっきとした医者が無理矢理するはずがない…と思う。だが、患者さんの話を良く聞くと、「痛い思い」や「怖い思い」をした人がいるというのは、どうやら本当らしいのである。

4、5人に押しえつけられながら腰に注射された50歳代男性の例：「2、3年前、腰椎椎間板ヘルニアの治療で入院し、持続硬膜外ブロックを2週間受けた。その時、腰にカテーテルを入れる注射が痛くて痛くて、とてもジッとしていられなくて、看護婦さんたち4、5人に体を押しえつけられながらようやく入れてもらった。」

盲腸の手術のとき腰の注射が痛くて大変だった、以来ブロックが怖い40歳代女性の例：「中学生の時に盲腸の手術を受けた。その時の腰の麻酔の注射が痛くて痛くて、今でも思い出すだけで恐くなる。硬膜外ブロックがその時と同じ注射なら絶対やりたくない。」

お二人とも腰の注射(前者は持続硬膜外ブロック、後者は腰椎麻酔)でとても痛い思いをされたようだ。誠にお気の毒な話ではあるが、たまたま何かの理由で局所麻酔の効きが悪かったか、不十分だった可能性が高い。なぜなら、局所麻酔が十分効いていれば、腰椎麻酔も硬膜外ブロックもそれほど痛くないはずなのである。ちなみに硬膜外ブロックの場合、まず細い針で皮膚に局所麻酔の注射をする。この注射でその後のブロック注射の痛みはほとんど感じなくなる。治療は通常5分位で終わる。あとは麻酔(腰部のブロックでは足の感覚が鈍くなる)から回復するまで、30~40分ベッドで休んでもらうだけである。ベッドを仕切るカーテンの中から健やかな寝息(時にはいびき)が聞こえる事もまれではない。先の例にあげたお二人には、良く説明した上で実際に硬膜外ブロックを受けてもらった。「あれっ、もう終わったの?」、「前とは別だ」などと驚かれた。

「硬膜外ブロックは痛くない」と思う。なぜ「思う」なのかは、まだ自分自身はやってもらったことが無いからである。(追加：一昨年腰椎椎間板ヘルニアになり、後輩の麻酔科医にやってもらいました。少し不安でしたが、痛くなかったです)。どんなに良い治療でも、痛くなく苦しくないようにやらなくては意味がないと私は思う。

痛みを治療するペインクリニック<第3回>

「星状神経節ブロック」H17、12、19

痛みの治療を専門にするペインクリニックで、硬膜外ブロックと同じ位よく用いられる

せいじょうしんけいせつ

治療法に星状神経節ブロックがあります。星状神経節は、頸部（喉の両側）にある交感神経の集まりで、形が星状をしているのでこのような名前がつけられました。頭頸部、上肢の血流を調節しています。この神経節を局所麻酔薬で一時的に遮断するのが星状神経節ブロックです。頭痛（緊張性頭痛、片頭痛など）、頑固な肩こり、頸椎疾患由来の症状（頸椎椎間板ヘルニアなど）、また頭、顔面、上肢の帯状疱疹、その他自律神経失調症、顔面神経麻痺、突発性難聴、上肢の血行障害などに効果があるといわれています。

実際に治療する時は、仰向けに寝てまっすぐ天井を見ます。とても細い針（直径0.4mm、長さ19mm）を使いますので刺す時はほとんど痛くありません。薬が入るとき背中の方に少し重苦しい感じがする位です。注射のあとはそのままベッドで休んでいただきます。安静時間は約30～40分位ですが、ほとんどの人がリラックスして気持ちよく休まれます。

ブロックの後、治療した側の顔面、上肢が温かくなります。また眼が充血したり、上まぶたが下がったり、鼻がつまったりします。これらは頸部の交感神経が遮断された徴候で、ブロックが良く効いている状態です。時間が経てば自然と元に戻ります。時に、注射の後に喉が詰まった感じがしたり、声が出にくくなったり、頸部や手がしびれたりすることがあります。他の神経まで麻酔薬が広がったために起こる症状ですが、一時的な症状で必ずなおりますから心配はいりません。以前、田中角栄さんが顔面神経麻痺になったとき、この治療を受けられました。その時角栄さんは総理大臣という要職にあり、毎日閣議があるのでブロック後は絶対に声は嘎れないようにして欲しいと申し出があったそうです。治療に当たったのは当時関東通信病院麻酔科部長の若杉文吉先生でした。ブロックするときはとても緊張されたと思うのですが、1回も声を嘎らすことは無かったそうです。どの世界にも名人と言われる人はいるものです。ただ、角栄さんはもともとかなりのしわがれ声だったような気もするのですが…。

星状神経節ブロックは繰り返し行うことで効果が上がります。もちろん1回だけでほとんど良くなったという患者さんも中にはいますが、普通10回を区切りとして行い、病気によってはそれ以上必要になることもあります。血が止まりにくい人、血を固まりにくくする薬を飲んでいる人はこの治療を受ける事はできません。また、不整脈のある人や、頸部の手術を受けている人もできないことがあります。

通常ペインクリニックでは、星状神経節ブロックや硬膜外ブロックなどを実施する際には、文書と口頭でその効果や起こりうる合併症、治療の実際などを説明し、患者さんにご理解を頂くようにしています。ご面倒でも説明文書をよく読み、分らない所は担当医によく話を聞いてから、納得した上で治療を受けられるようお勧めいたします。

痛みを治療するペインクリニック<第4回> 平成18年2月6日掲載

「带状疱疹と带状疱疹後神経痛」

带状疱疹後神経痛は、痛みの治療を専門にするペインクリニックでも、治療がとても難しい病気の一つです。带状疱疹の皮膚の症状が治った後も痛みが長く続く状態をいいます。皮疹の痕を強く押しはなんともないのに軽く触ると飛び上がるほど痛くて、ひどい場合は衣服を身につけることも苦痛になることがあります。高齢者ほどなりやすく、発疹がたくさん出た人や感覚の異常が強かった場合も痛みが残りやすいようです。人によっては10年以上も長く痛みで悩まされる場合もある厄介な病気です。ペインクリニックでは、主に神経ブロック療法を用いてこの痛みを治療します。神経ブロックで楽になることもけっこう多いのですが、なかなか痛みがすっきりとは取れない場合もあります。特に痛みが出てから治療開始までの期間が長いほど、治療が難しいようです。

さて、带状疱疹後神経痛の元になる带状疱疹もなかなか痛い病気です。治療は、その原因である水痘・带状疱疹ウイルス（水ぼうそうのウイルスと同じ）に対する抗ウイルス薬（内服薬、点滴など）が中心となります。痛みに対しては一般的に消炎鎮痛薬が用いられます。若い人や軽症の場合は、皮膚の症状が治ってくると痛みも自然と軽くなります。しかし、中には消炎鎮痛薬では痛みが楽にならず、ピリピリした痛みが一日中続くことがあります。ウイルスのために神経が傷んでいるのです。このようなときには、神経ブロック療法が有効です。頭・顔・首・腕・手などに発疹が出たときは星状神経節ブロック、胸・腹・背中・足などに出た場合は硬膜外ブロックを行います。症状が強い場合は、入院して持続硬膜外ブロック（背中から脊髄の近くに柔らかい細い管を入れて、局所麻酔薬を持続的に注入する）を行うこともあります。带状疱疹に対する神経ブロック療法の目的は、痛みを直接軽くするとともに、傷んだ神経や皮膚への血液の流れを良くすることにより、神経や皮膚の炎症を和らげ、治りを早くすることです。たった1回の星状神経節ブロックで、それまで一睡もできないくらい痛かった人が劇的に楽になることもあります。治療を始めるのが早ければ早いほど効果があるようです。带状疱疹後神経痛の予防にもなるという意見もあります。

残念ながら、带状疱疹に罹った人の一部がなぜ带状疱疹後神経痛になってしまうのかは、まだはっきり分かっていません。それを神経ブロック療法で予防できるかどうかは証明はされてはいません。でも、带状疱疹の痛みは激しく、带状疱疹後神経痛に至っては一種独特のとても辛い痛みになります。通常の鎮痛薬ではとても楽にならない場合が多いのです。たかが带状疱疹と甘く見てはいけません。「ほうっておくと…」などと某テレビ番組のように脅かすつもりはありませんが、痛みが強い場合はできるだけ早く、欲を言えば病気がまだ新鮮なうちに神経ブロック療法を受けられることをお勧めいたします。

痛みを治療するペインクリニック<第5回> (平成18年4月3日掲載)

「痛みの悪循環を遮断する(なぜ神経ブロックが効くのか?)」

痛みの治療を専門にするペインクリニックを初めて受診した患者さんに、「ところでこの注射(神経ブロック)はいつまで効くのですか?」と聞かれることがあります。痛みを持つ患者さんにとっては切実な問題だと思いますが、答える方としてはちょっと困ってしまいます。というのは、神経ブロックは単なる痛み止めの注射ではないので、注射した薬(局所麻酔薬)の効果がなくなっても、痛みが出てこなくて、楽になったままのことがよくあるからです。実はそうなる事をねらって、あるいは期待して神経ブロックを行っているのです。ではなぜ、このような事が起きるのでしょうか?それを説明するのが「痛みの悪循環説」です。

痛みの感覚は知覚神経から脊髄を通り脳に伝えられますが、その時交感神経や運動神経にも刺激が伝わります。その結果、痛んでいる部位の血管や筋肉が反射的に収縮してしまい、血液の流れが悪くなり、痛みを誘発する物質(発痛物質)が出てきます。この発痛物質が再び神経を刺激し、痛んでいる部位の血流をますます悪くするという一連の悪循環ができてしまうのです。

痛みの悪循環を断ち切るのに最も良い手段が神経ブロックです。神経ブロックは、痛みを直接取り除くだけでなく、痛んでいる部位の血流も改善させます。改善された血流のおかげで発痛物質は洗い流され、傷んだ神経などの修復も進みます。こうして痛みの悪循環が解消されると、神経ブロックで使った薬の効果が切れた後でも、痛みが楽になったままの状態になることがあるのです。

もちろん、このような説明は痛みを持つ全ての患者さんに当てはまるわけではありません。痛みの原因や種類によっては神経ブロック後もまた痛みが出てきます。そこで、冒頭の患者さんのご質問「神経ブロックはいつまで効くのか?」に答えるために、次のような説明(神経ブロックの効果判定)を考えてみました。

1. 超有効:神経ブロック後数日経っても痛みが出てこない。
2. まあまあ有効:神経ブロック後数日間痛みは楽だが、だんだん痛みが出てくる。
3. 効果微妙:神経ブロック当日痛みは楽だが、翌日には元に戻る。
4. あまり有効でない:神経ブロック後1-2時間位で痛みが元に戻る。
5. 全然有効でない:痛みが少しも楽にならない。

1, 2の場合は、神経ブロックの効果が期待でき、継続する事でさらに楽になる可能性があります。4, 5の場合は、痛みの原因の再検討や他の治療が必要な場合があります。

神経ブロックは実施している側から見ても不思議な魅力を持つ治療法です。「超有効」な患者さんをみると、このような治療法を考え出した先人の偉さをつくづく感じます。「有効でない」場合は、神経ブロックの限界を感じたり、自分の技術を疑ったりもします。いづれにしても、神経ブロック療法では治療に対する患者さんの反応を見ながら、その後の治療方針を決める必要があります。痛みの原因や種類を正確に見極め、適切な神経ブロックを実施することが、より多くの患者さんを痛みから開放する事につながると思います。

痛みを治療するペインクリニック<第6回> (平成18年5月15日掲載)

「副作用は無いのですか？」

痛みの治療を専門にするペインクリニックで、患者さんに神経ブロックの説明をしていると、「その注射に副作用は無いのですか？」と聞かれることがあります。治療する方は毎日特に問題なくやっていますのでなんとも感じないのですが、治療を受ける側としては、特に初めての場合は、やはり心配だと思います。「そういうことは一切ありません」と言って安心させてあげたいところですが、神経ブロックの場合そう簡単にはいきません。なぜなら、神経ブロック後には一時的ですが、必ず体に何らかの変化が起きるからです。治療する前にそのことを患者さんに良く説明して、理解していただく必要があります。また、「副作用」と一言でいっても、患者さんが実際に心配している内容や程度は様々です。ここでは、最も一般的な硬膜外ブロックを例にとり、二つのパターンを説明してみます。

まずは、「神経ブロックを受けたあとはどんな風になるのだろう」と漠然と心配されている患者さんの場合です。腰部の硬膜外ブロックでは、足が温かくなる、足やお尻がモソモソする、足に力が入りにくい、少し血圧が下がる、などの変化が起きます。人によって程度はさまざまですが、中には不快に感じたり、びっくりされたりする方もいるかもしれません。このような患者さんには、神経ブロック後に起こる症状を説明して「このような変化は神経ブロックが良く効いている証拠みたいなもので、安静にしていると自然と元に戻ります」とお話しします。

次に、「予期しない突発的なトラブル」を心配されている患者さんの場合です。硬膜外ブロックで起こりうる偶発的なトラブルの中で代表的なものが、脊髄を包んでいる硬膜を誤って刺してしまう硬膜誤穿刺(こうまくごせんし)です。硬膜誤穿刺により薬が硬膜の内側に入ってしまうと、盲腸の手術時などに行う腰椎麻酔のようになって、硬膜外ブロックよりも強い麻酔効果が現れます。足が動かなくなったり、血圧が下がったりして、点滴が必要になることもあります。ただしこのような症状は、少し時間はかかりますが局所麻酔の効果が切れるに伴い自然と回復します。その間、手術の麻酔のように、きちんと患者さんの状態を管理していれば、後遺症が発生するなど問題となることはありません。この硬膜誤穿刺が起こる確率は最近の報告では0.7%程度といわれています。トラブル発生を心配する患者さんには、発生頻度が極めて低い事、そしてもし発生したときも安全に対応できる事を説明します。

ペインクリニックに携わる医師は麻酔科のトレーニングを受けていて、救急時の対応にも慣れていています。また、治療中は血圧や血液中酸素飽和度などをモニターして患者さんの状態を観察するようにしています。必要なとき適切な処置が取れるような体制になっているのです。

痛みを治療するペインクリニック<第7回>

「高齢者の痛みの治療」平成18年6月19日掲載

ある高齢の患者さんが、膝を痛めて病院に行きました。

患者:「先生、左の膝が痛くて痛くて大変です。なんとかならないでしょうか?」

医者:「うーん、これはどうも年のせいだな。どうにもならんなあ」

患者:「えっ。年のせいですか?」

医者:「そうじゃ、年のせいじゃ。諦めなさい」

患者:「じゃあ先生、お聞きしますけど。左の膝が痛いのが年のせいなら、こっちの右の膝はどうなんですか?こっちも同い年なんですけど」

以前、落語でこんな内容の小話を聞いたことがあります。

確かに高齢者の痛みは、腰椎の変形や、膝の関節の変形など、老化に伴う変化が原因であることが多いです。ある意味では病気というよりも体の自然な変化といえるかもしれません。でも、だからと言って症状が軽いわけでもなく、画期的な治療法があるわけでもなく、かえって治療に困ることがよくあります。この小話のように年のせいにしてすますことができれば簡単ですが、現実の診療ではそうはいきません。

高齢者の痛みの治療は、痛みの原因や性質、そして程度を正確に調べることから始まります。老化が大きな要因であるとはいっても、痛みが起きている状況はさまざまだからです。腰椎の圧迫骨折で痛みが強く身動きもできない場合もありますし、脊髄の神経がビリビリ痛んで長歩きできないというような状況もあります。それぞれの状況に見合った治療をする必要があります。

消炎鎮痛薬などの薬物療法は痛んでいる所の炎症を軽減したり、筋肉の緊張を和らげたりして痛みを楽にします。リハビリなど理学療法は長期的な意味で身体能力を高め、痛みの予防効果もあります。また、このような保存療法では効果が期待できなくて、手術が必要になることもあります。

痛みの治療を専門にするペインクリニックでは、神経ブロックなどの注射を中心とした治療をします。高齢者であっても基本的には一般と同じように治療します。使う薬の量を加減し、患者さんの状態を注意深く観察することで安全に実施することができます。神経ブロックなどの注射では変形した骨を元どおりに治したりする事はできませんが、麻酔薬の効果で痛みが軽くなり、また組織の循環も改善するため、症状が和らぐことが期待できます。変形性腰椎症などの腰下肢痛では1回の治療ではあまり楽にならなくても、数回治療を続けると少しずつ楽になる傾向があります。高齢者が神経ブロックを受けるとき注意しなければならないのは、他の病気の治療内容です。不整脈や脳梗塞などで血栓予防の薬(抗凝固薬)を内服されている方では、神経ブロックが受けられない場合があります。

高齢者の痛みの程度や痛みから来る障害の程度は患者さんによって様々です。患者さんそれぞれの治療目標(痛み無くゆっくり眠る、家の中を歩けるようになる、散歩できるようになるなど)を立てて、根気よく治療することが大事です。

痛みを治療するペインクリニック<第8回> 平成18年7月31日掲載

「ペインクリニックと麻酔科」

痛みを専門に治療するペインクリニックは、麻酔科医が手術時の痛みをとるために、神経ブロックを応用したことから始まりました。日本におけるペインクリニックはこの神経ブロックを中心に独自の発展をとげ、日本麻酔科学会とは別に日本ペインクリニック学会を立ち上げるに至り、その会員数は4,000名余りに上っています。しかし、始めの頃ペインクリニックの外来は麻酔科医の常勤する総合病院にしかなくて、一般にはあまり知られませんでした。最近は大都市を中心にペインクリニックを専門にする診療所が増えてきて、少しずつ知られるようになってきました。それでも、「お宅は何をすところですか?」とか、「保険は利くのですか?」などと電話で聞かれることがよくあります。以前、大阪で開業した医師の話では、クリーニング店と勘違いして、洗濯物をたくさん抱えて診療所に入って来た人もいたそうです。

ペインクリニックには、内科、外科、整形外科といったような診療科としての標榜は、まだ認められてはいません。現在標榜を認められている診療科の中で専門を表示するとしたら「麻酔科」なのですが、麻酔科の外来とか診療所といっても何の治療をするのかよく分からないと思います。「麻酔をかけるのかな?」、「麻酔をかけてどうするのだろう?」と思われるのが関の山です。確かに神経ブロックで局所麻酔薬を使いますが、全身麻酔をかけるわけではありません。診療内容を少しでも分かってもらえる様に、「疼痛外来」とか「痛みの外来」などと、名前を工夫している病院もあります。早く「ペインクリニック科」と標榜できるようになり、診療内容が一般に広く認知されるようになればと思います。(追加:現在はペインクリニック科の標榜は認められています)

ところで痛みの治療を専門にするからといって、何でもかんでも治療するというわけではありません。通常、体のどこかが痛くなった場合、痛みの出た部位や状態により、それぞれの専門領域で治療が行われます。交通事故の骨折や胃潰瘍の患者さんが、痛いからといってペインクリニックを受診されても、十分な対応はできません。また、命にかかわるような痛み(クモ膜下出血の頭痛や心筋梗塞の胸痛など)の場合は、できるだけ早く専門病院を受診する必要があります。

ペインクリニックでは、首、肩、四肢、腰など整形外科的な痛み、頭痛など神経内科的な痛み、帯状疱疹などの皮膚科的な痛みなどを主に治療しています。また、他の診療科で有効な治療法が見つからない痛み、原因がはっきりしない痛み、もともとの病気が治ったのに残ってしまった痛みなどに対しても、神経ブロックを中心とした治療をします。

手術の麻酔に持続硬膜外ブロックを使うようになり、手術に伴う痛みはかなり軽くすることが出来るようになりました。手術後、切った創は大きいのにけろっとしていらっしゃる患者さんもいます。手術以外にも神経ブロックで楽になる痛みはもっとあると思います。今後いろいろな痛みに適切に神経ブロックが応用され、多くの痛みが緩和されるようになれば良いと思います。

痛みを治療するペインクリニック<第9回> 平成18年9月18日掲載

「痛み」のトラウマ

痛みの治療を専門にするペインクリニックに、「予防的な神経ブロックはできないのですか」と言われてこられた患者さんがいました。開業して1年も経たない頃のある土曜日で、昼近くなり患者さんが来そうな雰囲気も無いので、ちょっと早目に店じまいしようかなと思っているところでした。数ヶ月前まで硬膜外ブロックの治療を受けていた患者さんです。椎間板ヘルニアが原因で、3年位前から両足のシビレとお尻から足にかけての強い痛みがあり、当時手術も勧められたほどでした。初めて来られた時は立っているのも辛い状態でしたが、硬膜外ブロックを週1回行って、10回目位で日常生活が楽になり、立ち仕事も途中で休まなくてもすむようになりました。その後、調子が良かったので治療せず経過観察していたのです。

「また痛くなりましたか？」と聞きますと、「いや、痛くはないのですが、また痛くなるのが恐くて…。もし、予防的にブロック注射できるものならと思って来ました」

「残念ながら、全然痛くない方に予防的に神経ブロックをすることはやっていません」というと、がっかりされた様子だったので、「でも、もし痛みが少しでも出てくるようでしたら、いつでもいらしてください」と言いますと、少し安心された様子で帰られました。

人はあまりにも辛い痛みを経験すると、またいつ痛くなるかと心配になります。この患者さんのように、恐怖感を抱くようになる場合もあります。強い痛みや長く続く痛みはその人の辛い記憶となって残り、場合によってはトラウマ(精神的外傷)を与える事もあるのです。このような有害な痛みはできるだけ早く取り除く必要があります。病気の種類や状態によっては痛みを完全に取るのが困難な場合もありますが、それでも痛みを和らげる治療は必要です。通常の鎮痛薬で効果が無く、有効な治療法も無いような場合は、神経ブロックの治療を検討してみてもよいと思います。

ところで、治療で一旦痛みが治まった人でも、例えば腰椎に変形がある場合など、また痛くなることがあります。通常は「また痛くなってしまって…」と辛そうに受診されます。でも中には、「ちょっと早めに予防注射に来ました」と明るく冗談をおっしゃって受診される患者さんもいます。このような患者さんは、1~2回治療を受けるとその後しばらく受診されません。こちらが忘れた頃にフラッとやって来て、「今日もいつものやつ(ブロック)をお願いします」というような調子です。「これ以上我慢するとまた大変な事になってしまう」という状態が自分で分かるようなのです。つまり自分の体の具合を見ながら、自分で治療のタイミングを考えていらっしゃるのです。

痛みが再発したら、早目に治療を受けられることをお勧めします。予防注射はできませんが、軽い内に治療したほうが治りは早いようです。

痛みを治療するペインクリニック<第10回>

「まとめ」(平成18年10月23日掲載)

痛みの治療を専門にするペインクリニックのお話も今回で最終回になります。そこで今回はこれまでの内容のまとめをしてみたいと思います。

ペインクリニックというのは、神経ブロック(神経の伝達機能を遮断する注射、通常は局所麻酔薬を使う)を治療の中心にして、いろいろな痛みを治療するところです。麻酔科出身の医師が担当する事が多く、「麻酔科外来」とか「痛みの外来」などとも言われます。

神経ブロックには多くの種類がありますが、代表的なものは硬膜外ブロックと星状神経節ブロックです。硬膜外ブロックは腰痛や帯状疱疹など多くの痛みにも効果がありますが、なぜかとても痛い注射だと誤解されています。実際は、あらかじめ局所麻酔をするのでブロック注射の痛みはほとんどありません。星状神経節ブロックは、頭痛、頸椎疾患、顔や上肢の帯状疱疹、上肢の血行障害などに効果があります。

治療法は、痛みの原因、程度、種類などによって選択します。痛みの程度が軽い場合は、トリガーポイント注射と言う簡単な注射ですむ場合もあります。脊椎や神経に問題があり、痛みが重症な場合は神経ブロックが必要になることが多いです。高齢者でも必要があれば可能な限り神経ブロックを行います。できない場合もあります。例えば、不整脈や脳梗塞などで血栓予防の薬(抗凝固薬)を内服している場合は、神経ブロックはできません。

神経ブロックの効果はすぐに出る場合とゆっくり出る場合があります。強い腰痛と下肢痛のため普通に歩く事ができず、這うようにして診察台に上がられた患者さんが、治療後普通に歩いて帰られることもあります。1-2回の治療ではあまり効果が見られなくても、継続して治療するうちに薄皮がはがれるように症状が軽くなる場合もあります。痛みの原因や種類によって違いが出るようです。

一方、治療してもなかなか楽にならない場合もあります。そんなときは患者さんも辛いですが、治療する側も辛いものです。痛みの原因が複雑な場合に多いようです。痛みの原因をもう一回考え直したり、治療が適切に行われているか検証したりします。神経ブロックも万能ではありません。必要と思われる回数を適切に実施しても効果が無ければ、他の治療法を検討すべきです。

神経ブロックを治療の中心にするペインクリニックは、従来の診療科と比べると特殊かもしれません。またペインクリニックを専門にする医師が少ない為、診療所も少なく、まだ一般に広くは知られていません。でも神経ブロックで楽になる痛みは、意外と多いのです。今後ペインクリニックの診療内容を多くの方々に理解していただき、より多くの人が痛みから解放されることを願っております。