



## 頭痛日記

(訳) 平田幸一

患者さんまたは臨床医によつての記載されたものかどうかにかかわらず、長年にわたつて記述されている頭痛日記は非常に精巧で重要な情報をもっています。

10年以上使用していた「単純であるが、簡単な」頭痛日記は、まさにそうなのです。

この日記から、月当たりの頭痛回数と頭痛が機能的に日常生活を制限するような酷い頭痛の日数を算出することができて、患者さんが急性期用の薬物投与を濫用している可能性があるかどうかの見極めができるのです。

日記は、各患者（例えば、17/7の記載は問題の月の間、患者が17日の頭痛を経験したことを意味する。そして、そのうちの7は日常生活上機能的に動けないほどの痛みを表す）のような「頭痛のプロフィール」あきらかにするするために使用されるのです。

患者さんの片頭痛が月経に関連したものかどうかについて知る、つまり、頭痛と生理の時間的関連を知りたい場合、単にいつ月経の流れが始まったか、そして、それがいつ終わったか日記の上で記載するよう依頼します。

John F. Rothrock, MD  
Professor and Vice Chair  
Director, Headache Treatment and  
Research Program  
University of Alabama at Birmingham  
Birmingham, AL, USA

Translated by  
Koichi Hirata, MD, PhD  
Professor and Chairman  
Department of Neurology  
Dokkyo Medical University