慢性痛
急性痛

香曽我部義則先生の今月のカルテ　vol.94

ペインクリニックの現場から

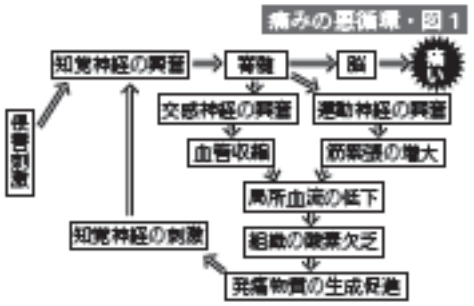
梶木病院麻酔科・ペインクリニック科の香曽我部義則先生と藤井洋泉先生が、痛みの治療や緩和についての情報を届けてくれる「ペインクリニックの現場から」。痛みの正しい理解と知識として、香曽我部先生が、急性痛・慢性痛の痛みの悪循環について話をします。

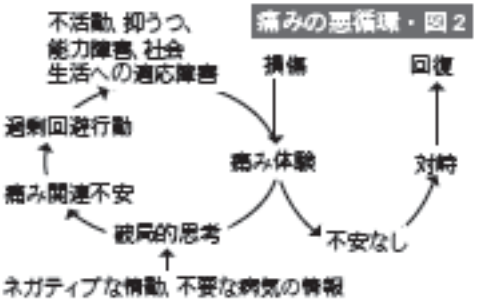
■プロフィル　こうそがべ・よしのり
昭和54年に岡山大学医学部卒業後、同大学麻酔科・蘇生科講師、岡山労災病院麻酔科第一部長に。平成16年から現職。日本麻酔学会指導医。日本ペインクリニック学会認定医。現在日本麻酔学会、日本ペインクリニック学会、日本慢性疼痛学会、国際疼痛学会などに所属

生体は組織損傷があっても修復し治癒させる能力を持っていますが、痛みの悪循環が痛みの悪化と遷延をもたらします。

急性痛の悪循環は、組織損傷により生じます。図1のように外傷ややけどなどで組織が損傷されると、ブラジキニンなどの発痛物質が産生されます。発痛物質は侵害受容器を刺激し、末梢神経から脊髄（せきずい）へ、脊髄から脳へと伝わり、主に大脳皮質が痛みを認識します。

痛み感覚は交感神経を興奮させ、血管を収縮させます。同時に筋肉の緊張を増します。結果、局所の血流低下が生じ酸素不足に陥ります。血流低下、酸素不足は発痛物質の生成を促進するため神経をさらに刺激し続け、痛みの持続をもたらす悪循環を引き起こします。





悪循環による痛みの持続を脳が学習・記憶すると、慢性痛の原因となります。慢性痛は難治性となりやすいため、早期に疼（とう）痛対策を取ることが大切です。

抗炎症鎮痛薬、中枢性鎮痛薬など薬物療法のみならず、知覚神経を遮断し、痛みを伝えないようにする神経ブロック治療は非常に有効です。

慢性痛の悪循環は、痛みの体験により生じる現象です。恐怖心や不安が解消できる環境や性格であれば痛みから回復できます。痛み体験がネガティブで、思考が悲観的だったり、痛みを拡大視したり、無力感に陥るような性格であると、図2のような悪循環に陥ります。

痛みの体験は、思考が破局的であれば何事も否定的な感情を引き起こし、不必要な病気に関して、過度にかつ不正確な情報を得て、痛みの関連不安を増大させます。これは痛みに対して過剰な回避行動に結びつきます。その結果、不活動、抑うつ、機能障害に陥り、薬物への執着増大などを生じ、痛みが増悪する悪循環に陥ります。この悪循環は、能力障害や社会生活への適応障害が大きな問題となります。この場合、最も大切な治療は、身体機能、心理的因子や社会的因子の改善を図ることとなります。

◇お答えは、梶木病院（北区西花尻）の香曽我部先生です。☎086（293）3355㈹

急性痛の悪循環は、知覚神経を遮断する神経ブロックが有効
慢性痛は、身体機能、心理的・社会的因子の改善を