



こどもにも頭痛はあるの？ 「頭が痛い」と言ってきたときに考えること

大人の症状と思われがちな頭痛。年齢が低いほど頭痛を表現するのが難しいだけで、実はこどもにとってもありふれた症状です。頭痛の種類を整理してみましょう。



頭痛は大きく一次性頭痛と二次性頭痛に分かれます



頭痛自体が病気の頭痛を一次性頭痛と呼びます。一方、何かの病気に伴う頭痛を二次性頭痛と呼びます。まずはこの2種類の頭痛を認識しましょう。

二次性頭痛で最も多いのは感染症に伴う頭痛



何かの病気に伴う「二次性頭痛」で最も多いのは風邪やインフルエンザなどの感染症に伴う頭痛で、これはイメージがしやすいかもしれませんが、特にインフルエンザで熱が出た時は、頭痛を伴うことが多いです。鼻かぜをこじらせて副鼻腔炎(蓄のう症)になったときも、頭痛を伴うことがあります。

二次性頭痛で次に多いのは、転んで頭を打つなどのケガに伴う頭痛です。頭をぶつけて頭痛がする時は、頭痛以外の症状(意識消失、嘔吐、けいれんなど)に気をつけて、場合によってはCT検査などの精密検査が必要になることもあります。

一次性頭痛で最も多いのは片頭痛



頭痛自体が病気の「一次性頭痛」で最も多いのは片頭痛で、こどものくり返す頭痛の半分は片頭痛が原因であると言われています。その名のとおり頭の半分が痛くなることが多い病気ですが、こどもの場合は頭の両側が痛くなることも多いです。特にこめかみからおでこの痛みを訴えることが多いようです。

小学生で5%、中学生では15%の子に片頭痛があるとも言われています。特にお母さんが頭痛持ちの場合、お子さんに片頭痛が出やすい傾向があります。

典型的な片頭痛では、脈打つような痛みが数時間続き、その後徐々に消えていきます。頭の痛みだけでなく、屋外をまぶしく感じる、特定の匂いをかぐと気持ち悪くなる、といった症状を併発することも多く、生活に支障を来しやすいのが特徴です。こどもがこのようなくり返す頭痛を訴えたら、しっかり治療すべきですので、病院を受診しましょう。

その他、最近はスマホの使いすぎ、寝不足などが原因の頭痛も増えてきています。規則正しい生活を送ることを心がけましょう。

さらに詳しく聞いてみたい方は、ぜひ小児科オンラインでご相談ください。

新渡戸文化学園の保護者の方は**何度でも無料**でご利用いただけます。

小児科オンラインのご利用はこちらから

▶ LINEの友だち追加

スマホでクリックすると追加できます

PCでご覧の方は「小児科オンライン」とご検索いただくか右のQRコードをスマートフォンでお読み取りください。



会員登録に必要な合言葉

※合言葉はサービス案内チラシにて保護者の方のみご案内しております