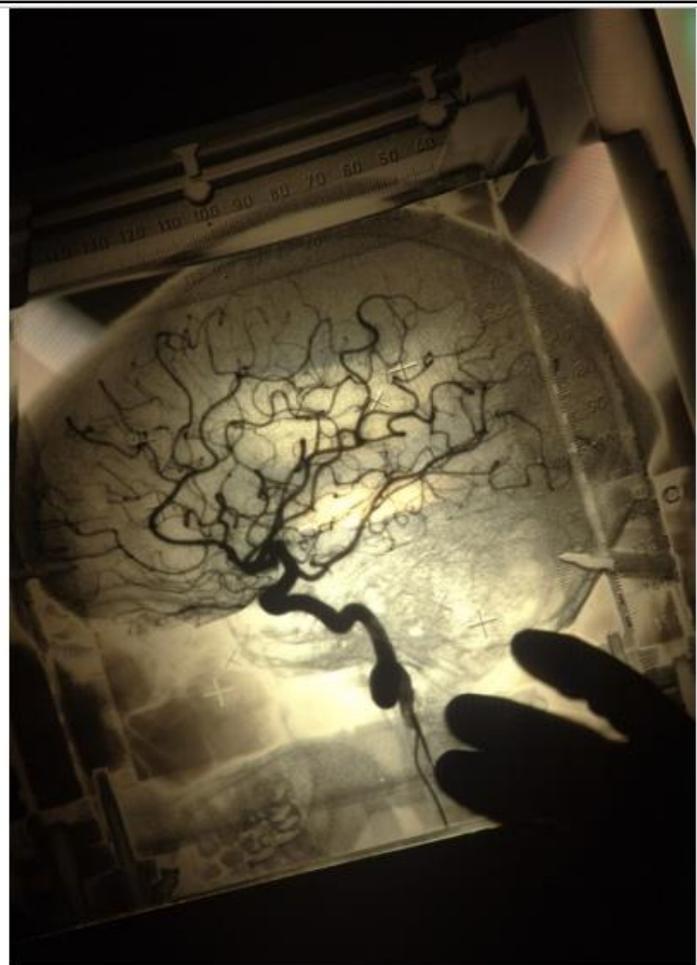


## 新型コロナの頭痛は何が違うのか、約2割は3カ月続くという報告も

2022.10.5 ナショナル ジオグラフィック 日本版

### 痛みの種類や継続時間によって3タイプ、適切な治療法を



米バージニア大学医療センターで撮影された血管造影図。新型コロナウイルス感染に関連する頭痛は、三叉神経への影響を伴う微小血管の損傷に起因する可能性がある。(PHOTOGRAPH BY JOE MCNALLY, GETTY IMAGES)

10年あまり前に外傷性脳損傷（TBI）を負ったヘザー・シュローダーさんは、頭痛とは長い付き合いがある。乗馬中の事故以来、断続的に襲ってくる片頭痛を投薬とボトックス注射でコントロールしてきた。しかし、2021年7月に新型コロナウイルスに感染したときの頭痛は、まさに「生き地獄」だったと、シュローダーさんは言う。

「TBI由来の片頭痛とは異なり、頭の上からばさりと毛布をかぶせられるように始まりました。だんだんと頭痛くなるのではなく、突然痛みに襲われて、それが耐え難いほどにつらいのです」。米テネシー州ノックスビルに暮らす52歳のシュローダーさんはそう語る。「普段の片頭痛は、最高レベルを10点とすると、ひどいときで8点か9点くらいで、嘔吐や光過敏、片頭痛後の倦怠感などの症状を伴います。

コロナ感染による頭痛は、10点満点中20点でした」

市販の頭痛薬も片頭痛の薬も、その痛みを和らげてはくれなかった。頭痛

は2週間継続し、睡眠も妨げられ、一度に15分から45分程度しか眠ることができなかった。「知人の多くは、コロナ感染による隔離期間を、テレビを見たり読書をしたりして過ごしていましたが、私は頭に冷湿布をのせて、ひたすら頭痛に耐えていました」

こうした経験を持つ人は、決してシュローダーさんだけではない。2022年5月11日付けで医学誌「Headache」に発表された総説論文によると、急性期の新型コロナ患者の約半数が頭痛を発症しており、約4人に1人は最初に現れた症状が頭痛だったという。新型コロナは呼吸器系疾患に分類されるが、同1月3日付けで医学誌「The Journal of Headache and Pain」に発表された論文によれば、中等症から重症の患者の約5人に1人は、最もつらかった症状として、頭痛、頭の中に霧がかかったようにぼんやりする「ブレインフォグ」、味覚・嗅覚障害などの神経症状を挙げている。

上記の割合は、実際よりも少なく見積もられている可能性が高い。「頭痛がどの程度報告されるかは、調査対象が入院患者か外来患者かによって異なります」と語るのは、米ニューヨーク大学ランゴーン医療センターの頭痛研究主任で神経科医のミア・トバ・ミネン

氏だ。「入院患者の場合、他に注目される症状が多いこともあって、頭痛はおそらく実際よりも少なく報告されていると思われます」（参考記事：「めまい、混乱、言葉が出ない…コロナは軽症でも認知力低下の恐れ」）

### 新型コロナによる頭痛の3タイプ

頭痛は新型コロナの初期症状として一般的だ。たいていは両側性、つまり頭部の両側で起こるが、「頭全体」が痛いと訴える患者もいる。痛みの強さは、中程度から激痛までさまざまだが、過去の頭痛よりもはるかにきついと言う人もいれば、片頭痛と同じくらいだと言う人もいる。しかし、前出の「Headache」誌の論文によれば、頭痛の既往歴がある人の47～80%は、新型コロナの頭痛は過去の頭痛とは異なり、突然、強烈な痛みに襲われると述べている。

例えばシュローダーさんの場合、以前の片頭痛はゆっくりと始まったため、なるべく光を避けたり、薬を飲んだりする時間を取ることができた。一方、新型コロナの頭痛は瞬時に襲ってくるうえ、感染後は片頭痛の症状も変化したという。「片頭痛は以前よりもはるかにコントロールが難しくなり、秋や初春には頻度もかなり増えました」とシュローダーさんは言う。

シュローダーさんの夫のジェシー・トラックスさんも、スポーツが原因でTBIを負い、妻と同様、ワクチンを接種した4カ月後に新型コロナに感染した。トラックスさんもまた頭痛を発症し、その痛みはTBIによる頭痛とは明らかに異なっていたと述べている。「新型コロナ頭痛の痛みは、歯科医のドリルが神経に当たったときのそれに似ています」。トラックスさんの場合、普段の頭痛は前頭部周辺に帯状に発生するが、新型コロナ頭痛は首の付け根と後頭部に起こり、10日間も続いたという。

ニューヨーク大学グロスマン医学部の神経学者ジェニファー・フロンテラ氏によると、新型コロナの急性期患者が訴える頭痛は、次に述べるように主に以前から存在する3つのタイプの頭痛と似た症状を示し、「片頭痛類似型」「緊張型」「持続性連日性」に分けられる。

片頭痛に似たタイプでは、頭の片側にズキズキとした痛みがある。しばしば吐き気、嘔吐、光や音に対する過敏を伴うが、頭痛の症状がある新型コロナ患者のうち、それらを訴えたのは半分以下にとどまっている。

複数の研究により、新型コロナ頭痛では、緊張型頭痛に似た症状が最も一般的に見られることが示されている。頭の両側で起こり、「頭全体がゴムバンドで締め付けられているような」感覚があると、フロンテラ氏は説明する。70～80%の患者が、頭痛は頭の両側および前部で起こると訴え、「圧迫されている」あるいは「締め付けられている」ような感覚だと表現している。

ただし、新型コロナ感染をきっかけに起こる緊張型頭痛の中には、別のタイプである持続性連日性として扱うべきものが存在する。このタイプは、数日から数週間、長い場合は数カ月間にわたって痛みが続く。ミネン氏によれば、これは「新規発症持続性連日性頭痛」(NDPH)と呼ばれる、主にウイルス感染、医療処置、ストレスのかかる出来事、飛行機での移動などが引き金となって長期間続く頭痛によく似ている。NDPHの場合、正式な診断が下るのは症状が90日間継続してからだが、医師はそれ以前に見極めることが多く、早めに治療を開始することもあるという。

2022年2月15日付けで医学誌「Cephalalgia」に発表された、新型コロナ患者905人を9カ月間調べ続けた研究では、頭痛の継続期間は中央値で14日間だったが、急性期に頭痛があった患者の19%は3カ月後、16%は9カ月後にもまだ頭痛が続いていた。急性期に頭痛がひどかった人ほど、継続期間が長くなる傾向にあった。(参考記事:「コロナとアルツハイマーに意外な関連、よく似た症状の謎と光明」)

## 新型コロナ頭痛の原因

新型コロナ頭痛を引き起こす具体的なメカニズムについては、まだ研究が進められている最中だが、可能性としては、ウイルスによる直接的な損傷、体が感染と戦う際の炎症に対する反応、血液中の酸素量の減少、脱水、血液凝固の問題、血管の内皮細胞の問題などが原因として挙げられている。ただし、新型コロナ頭痛の全例を説明しきれるものはない。

「おそらくは、微妙に異なる複数のメカニズムが働いているのでしょう」とフロンテラ氏は言う。「病理学的データで最も説得力があるのは、微小血管の損傷に関するものです」。新型コロナが血管に害を与えることはよく知られており、最大の脳神経である三叉神経に影響が及ぶ可能性も指摘されている。三叉神経は、顔面の感覚や、咀嚼(そしゃく)・嚙下(えんげ)といった運動を司っている。こめかみ付近に位置する左右の三叉神経節(神経の集まり)はそれぞれ、顔の上部、中央部、下部に沿って3本に枝分かれしている。

「頭痛と味覚・嗅覚喪失には関連がありますから、ひとつの可能性としては、嗅覚経路に何らかの損傷があると考えられます」とミネン氏は言う。「新型コロナウイルスが鼻を経由して入り込み、鼻腔に炎症を起こしているのかもしれませんが。それが三叉神経を活性化させれば、頭痛が起こることもあるでしょう」(参考記事:「新型コロナの臓器損傷、世界最高輝度のX線が明らかに」)

米ノースカロライナ州シャーロットの公衆衛生臨床研究者ローラ・ジョハンセン氏によると、2020年10月に自身が新型コロナに罹患した際の頭痛は「味覚と嗅覚が失われ始めるのとほぼ同時に起こり、一緒に悪化して」いったという。新型コロナ頭痛の多くの場合と同じように、ジョハンセン氏の頭痛も、頭の上部和前部に集中していた。

「まるで副鼻腔炎による頭痛と片頭痛が一緒になったような感じでした」とジョハンセン氏は言う。「4日ほど継続し、いったん始まると頑固に居座り、ひどくなったり弱まったりもせず、ただひたすら痛みが続きました」。解熱鎮痛剤のアセトアミノフェンを飲んでも、あまり効果はなかったという。

アセトアミノフェンの他にも非ステロイド性抗炎症薬、メタミゾール、トリプタン系薬、あるいはこれらを組み合わせる処方されることが多いが、こうした薬で痛みが完全に緩和されたと報告しているのは4人に1人に過ぎず、少しでも緩和されたと答えた人も半数しかいない。ミネン氏によると、頭痛の専門医は、緊張型頭痛や持続性連日性頭痛に対して、てんかん発作や神経痛の治療にも使われるガバペンチンを処方することが多いという。

「当然ながら、基本的な市販の痛み止めが効かない場合は、頭痛の専門医に診てもらうのが賢明でしょう」とフロンテラ氏は言う。「他に原因がないかを確認、自分の頭痛のタイプを見極めるためです」。氏によると、片頭痛類似型なのか、あるいは緊張型や持続性連日性の頭痛なのかによって、治療も異なってくるという。

## 新型コロナ後遺症の頭痛

新型コロナ感染に伴う頭痛は大半の場合、他の症状とともに治まっていくが、最大45%の人たちは、その後も頭痛に悩まされ続けている。

ロンドンに住むシステムアナリストのトラビス・リトルチャイルズさんは、過去4カ月間ほぼ毎日、新型コロナ頭痛に苦しめられてきた。感染中の頭痛は片頭痛に似ていたが、「圧力にとっても敏感に反応しました」と、リトルチャイルズさんは言う。前かがみになったり、せきをしたりすると特にひどく痛んだ。その後、痛みの程度は軽くなったものの、頭痛の性質は今もほぼ変わっておらず、後頭部を直接強く押されているような感覚があり、動くとともにさらに悪化するよう感じられる。

新型コロナ後遺症を患う他の人たちからも、感染中に始まった頭痛が消えないと訴える声が上がっている。2021年7月に医学誌「European Journal of Neurology」に発表された、新型コロナに感染して生き延びた合計2万8000人以上を対象とした35件の研究のメタ分析では、発症あるいは入院してから、頭痛が60日後も続いていた人は16.5%、90日後は10.6%、180日後以降も続いていた人は8.4%もいた。

新型コロナ頭痛についての研究のうち、ワクチン接種済みの人と未接種の人の症状の違いに触れているものは少ない。だが、2022年9月17日付けで医学誌「Clinical Infectious Diseases」に発表された研究では、ワクチン接種済みあるいは追加接種まで受けた人たちのほうが、さまざまな症状が比較的軽く、頭痛もその一つだった。

新型コロナ後遺症による頭痛を発症する可能性が高いのは、頭痛の既往歴がある人、感染時の最初の症状が頭痛だった人、頭痛が新型コロナによる他の症状よりも長引いた人、頭痛に痛み止めが効かなかった人などだ。新型コロナからの回復後も頭痛がある人は、片頭痛予防薬のアミトリプチリンやノルトリプチリンによく反応する傾向にあると、フロンテラ氏は言う。

シュローダーさんは、幸いにも新型コロナ後遺症の頭痛は発症せずに済んでおり、再度の感染を避けるため、今も夫とともに予防を続けているという。

「あんな頭痛は二度とごめんです」とシュローダーさんは言う。「今振り返ると、よくあれを生き延びたものだと思います。あの当時のことはなぜかあまりよく覚えていないのです……でも、あの痛みははっきりと覚えています」（参考記事：「コロナ感染で人格が変わる？ 脳研究でわかってきたこと」）