

<線維筋痛症>

今回は日本でも人気の米歌手が公表した線維筋痛症についてご紹介します。多くの病気は痛みを感じる部位に、炎症など痛みを招く原因が存在します。しかし線維筋痛症は血液や画像検査をしても異常が見つからず、全身に激しい痛みが起こる原因不明の病気です。日本での有病率は人口の約1.7%、患者数は約200 万人と推定され、多くは30～50 歳代の女性に発症します。

【症状】発症時は痛みが急に全身に広がる場合や肩甲骨の周辺などから全身へ広がる人、爪を切るだけで激痛が走るケースもあります。また体がいつも緊張状態になり交感神経のバランスが崩れ、めまいや便秘、下痢、耳鳴り視力障害、不眠、うつ状態など様々な症状が現れるようです。

【診断】世界的に用いられている診断基準では・・・

- 1.体の広範な部位の原因不明の激しい痛みが3 ヶ月以上持続ないし、再発性にみられること
 - 2.診察ではあらかじめ決められた体の特定の部位（18 カ所）を親指で4kgの強さで圧迫すると、11 カ所以上に痛みを訴える
- ことの2 点が認められれば線維筋痛症と確実に診断されます。

【治療】薬物療法では各種抗うつ薬と新型抗てんかん薬が効果を得られるようです。また保険適用になったプレガバリンでは痛みを起こす物質の放出を抑えて痛みをやわらげる効果があると言われています。非薬物療法では精神療法としての認知行動療法と有酸素運動（エアロビクス）が有効です。上記の症状や診断項目に当てはまる方は早めにお近くの医療機関へ受診することをお勧めします。