

からだや心の悩みを専門の先生が回答してくれます。

●頭痛の悩み、メンタルヘルスの不安など、健康に関心する方が増えています。健康相談は「週刊」で行われます。質問は「週刊」にだけか、紙面でもOK。お気軽にメールでお寄せください。  
 ●医師・薬剤師・看護師への質問は「週刊」で行われます。お気軽にメールでお寄せください。医師・薬剤師・看護師への質問は「週刊」で行われます。お気軽にメールでお寄せください。  
 ●医師・薬剤師・看護師への質問は「週刊」で行われます。お気軽にメールでお寄せください。医師・薬剤師・看護師への質問は「週刊」で行われます。お気軽にメールでお寄せください。  
 ●医師・薬剤師・看護師への質問は「週刊」で行われます。お気軽にメールでお寄せください。医師・薬剤師・看護師への質問は「週刊」で行われます。お気軽にメールでお寄せください。  
 ●医師・薬剤師・看護師への質問は「週刊」で行われます。お気軽にメールでお寄せください。医師・薬剤師・看護師への質問は「週刊」で行われます。お気軽にメールでお寄せください。  
 ●医師・薬剤師・看護師への質問は「週刊」で行われます。お気軽にメールでお寄せください。医師・薬剤師・看護師への質問は「週刊」で行われます。お気軽にメールでお寄せください。

## 副鼻腔炎からくる頭痛の対処法を教えてください

1年ほど前、頭痛で神経内科に受診したところ、副鼻腔炎が原因ではないかといわれました。そのときは、たまっているうみが少ないので、手術をするほどではないといわれ、痛み止めをもらって帰りました。ただ、今でも鼻の脇がどんよりと重いときに頭痛がこります。手で押したり、鼻をかんだりしてうみを出すようにしていますが、よくなりません。対処法を教えてください。 ●30歳/千葉県/女性

# A



**かぜをこじらせないように気をつけ  
炎症の程度に合わせた治療を行いましょう**  
 大洞原 大次 耳鼻咽喉科 日本医科大学付属クリニック院長（副院長）

副鼻腔炎は鼻の代表的な病気の一つですが、蓄膿症といったほうがわかりやすい病名かもしれません。鼻の前面には、はつぺたにある上顎洞、目と目の間にある篩骨洞、その奥にある蝶形骨洞、それをおでこにある前頭洞という4つに分けた空洞（ほうく）があります。これを副鼻腔といいますが、鼻の中でそれぞれ狭い通路でつながっているんです。かぜをこじらせて鼻やのどに強い炎症をおこし、それが副鼻腔まで波及して感染やうみがたまってしまうのが副鼻腔炎です。栄養状態や衛生環境がよくないかたは、日本の日本では大変多い病気です。緑色の鼻水、をいも垂らしている、けつして昭和初期の病気でなく、現在でもアレルギー性鼻炎の合併などから珍しい病気ではありません。

症状としては粘り気が強く色のついた鼻汁、鼻閉（鼻詰まり）が主ですが、相対者のように頭痛の症状も珍しくありません。はつぺたの痛み、目の痛みや面の痛みがおこることもあります。鼻の中を診察したり、レントゲンやCT検査で調べると診断できます。治療法は炎症の程度で考えます。軽度でしたら薬で治療できますが、炎症が強くなかなか改善できない場合は手術が必要になります。昔の空洞である副鼻腔の中で炎症をおこすと、中の圧力が外に抜けないので圧迫され、強い痛みがおこります。また骨の中でも外から押してもよくありません。相談者は炎症が軽度のことですが、頭痛などの首から上の痛みは日常生活上つらく、何事も集中できなくなっています。痛みはありますが、放置して悪化する

### 副鼻腔の位置

副鼻腔は、鼻の周囲にある前頭洞、篩骨洞、蝶形骨洞、上顎洞という4つの空洞のことで、それぞれ鼻の中で狭い通路でつながっている。副鼻腔炎ではここにうみがたまる。



と鼻が腫れたり、目の中まで流れて失明することもあります。痛みをやわらげるだけでなく、根本的な治療を受けるためには耳鼻咽喉科の専門医に相談することをおすすめします。