

偏頭痛

文 / 神經部 薛頌儒醫師

偏頭痛是什麼？

偏頭痛在現代的臺灣社會，是一個相當常見的疾病，不僅會造成身體的不適，更會影響到工作與生活的品質，造成許多的困擾，依照統計，臺灣大約有百分之九的人患有偏頭痛，因此。偏頭痛在臺灣不是一個小問題，而是在門診時常遇到的疾病之一。

雖然偏頭痛這個詞，大家都琅琅上口，但實際上在門診常常遇到自稱患有偏頭痛的病人，在詳細問診以後，發現罹患的其實是其種類之頭痛。那麼，究竟甚麼是偏頭痛呢？依照現在對於偏頭痛的定義，頭痛的發作至少五次，每次持續四小時至三天，也要符合「單側性頭痛、搏動性頭痛、中重度以上、影響日常活動」四項中的兩項，再加上「怕光且怕吵」和「噁心或嘔吐」兩項條件其中之一，才是標準的偏頭痛。另外有些偏頭痛的病人，在發作之前或發作的當下，還可能出現稱為「偏頭痛預兆（aura）」的症狀，最常見的形式是眼前會出現閃光、模糊或亮點，也有些患者會以伴隨暈眩、無力等症狀表現，種類千變萬化。因此若是要確定是偏頭痛，往往需要醫師的詳細問診，才能夠確診，進而接受適當的治療；腦部的影像檢查，例如電腦斷層與核磁共振等等，對於確診反倒沒有太大的幫助。

為什麼偏頭痛會發作？

那麼，為什麼會發生偏頭痛呢？常見會導致偏頭痛發作的因素包括女性生理期、天氣變化、壓力太大、睡眠不足等等，另外酒類、醃漬 / 加工食品、起司等等的食物，也被報導過可能引發偏頭痛。不過，以上提到的只是通

則，每個人引發偏頭痛的因素往往都不一樣；要預防偏頭痛的發作，必須先詳細觀察自己的生活以找出會誘發偏頭痛的因素，再藉此調整自己的生活型態。另外，偏頭痛的發生也可能與遺傳有關，在門診偶爾會遇到一家三代都罹患偏頭痛，或是病人來看過以後，下次帶著小孩或父母來就診的案例。

偏頭痛的藥物治療

如果在調整生活型態以後，偏頭痛仍然時常發生，或是頭痛的發作影響生活，可以考慮使用止痛藥物。目前有效的止痛藥物包括具有高度專一性的翠普登（triptan，例如 Sumatriptan, Rizatriptan），這種藥物如果在頭痛開始的前半小時內使用，往往可以完全抑制頭痛的發作，另外普拿疼、非類固醇消炎止痛藥物（NSAIDs）、含咖啡因的複方藥物等也都有療效。過往常使用的麥角胺類（ergot）雖然也對頭痛也相當有效，不過在使用時，需要考慮副作用等因素，因此目前較少使用。



如果在使用以上的急性治療藥物之後，偏頭痛發作的天數還是超過每星期一到兩次，或是偏頭痛的發作嚴重影響生活，就可以考慮加上預防性的用藥，常用的預防性用藥包括乙型交感神經阻斷劑（ β -block）、血管張力素受體阻斷劑（ARB）、鈣離子通道阻斷劑，以及特定幾種抗癲癇藥物（例如妥泰與帝拔癲）。這些藥物往往需要每天固定使用，就如同控制高血壓、糖尿病等慢性疾病一樣。需要特別注意的是，這些有預防效果的用藥除了對偏頭痛的預防有效以外，往往也有其他的功用，例如預防效果相當好的妥泰（topiramate）本身是抗癲癇用藥，恩特來（propranolol）可以治療心臟疾病，博脈舒（candesartan）有降血壓的功用等等，因此如果看到醫師開立的預防用藥在藥袋寫著具有抗癲癇、高血壓、心律不整的說明，不需要感到驚訝。如果有疑慮的話，不要自行停藥，應該回診與醫師討論，以免導致偏頭痛復發。

如果使用了以上的藥物以後，還是控制不佳，也不要灰心，在過去的幾年內，國內還多了兩項新藥可以使用，一個是在頭部與頸部注射肉毒桿菌素，另一個是新發展的 CGRP（calcitonin gene related peptide）阻斷劑。對於頭痛相當難控制的患者，這兩個藥物都有機會使頭痛的日數下降一半，甚至有兩到三成的病人可以達到幾乎不發作的程度。這兩個藥物在使用前，患者需要詳細記錄一段時間的頭痛發作與用藥狀況，之後由醫師送健保署審核通過後，健保才有給付。

薛醫師門診時間表

星期	一		二		三		四		五	
院區	斗六	虎尾	斗六	虎尾	斗六	虎尾	斗六	虎尾	斗六	虎尾
上午										
下午	●							●		
晚上					●					

藥物過度使用頭痛

還有一種與偏頭痛相關的頭痛，稱作藥物過度使用頭痛（Medication-Overuse Headache）。這類頭痛之所以會產生，是因為病人在過去一段時間，為了治療偏頭痛或其他的頭痛，過度的使用了止痛藥物，進而導致原先的頭痛變得更容易復發且更難治療，在門診常見的狀況，是病人沒有依照醫師或藥劑師的指示，過度使用感冒糖漿或止痛藥等指示用藥，進而導致頭痛的惡化。遇到這種狀況時，除了調整用藥以外，最重要的是務必要停止使用原先的止痛藥物，才有機會擺脫這難纏的問題。



薛頌儒 醫師

現職

· 臺大醫院雲林分院神經部主治醫師

學歷

· 國立臺灣大學醫學系

經歷

- 臺灣神經學學會會員
- 臺灣腦中風學會會員
- 臺灣頭痛學會會員
- 臺大醫院神經部總醫師
- 臺大醫院神經部住院醫師

專長

一般神經學、周邊神經與肌肉疾病

臺大醫院雲林分院院訊讀者回饋園地

親愛的讀者您好，本院秉持著不斷精益求精的一貫信念，院訊編輯小組特別設計了這份問卷，希望藉由您的看法及意見，幫助我們更加精進。感謝您對臺大醫院雲林分院的支持與愛護！

