

健康のための知恵をすべての患者へ

アイセイ薬局が取り組む ヘルスリテラシー[※]戦略
『ヘルス・グラフィックマガジン』第17号「頭痛」リリース



株式会社アイセイ薬局(東証JASDAQスタンダード3170 / 代表取締役社長 藤井江美)は、この度、季刊情報誌『ヘルス・グラフィックマガジン』第17号を発行しました。最新号のテーマは、「頭痛」です。

※アイセイ薬局が理想とする「ヘルスリテラシー」とは、健康情報を取得し、それらを理解・評価して活用する知識や意欲、能力のこと。また、それによって、日常生活でのヘルスケアや疾病予防、健康づくりのプロセスに対する判断や意思決定を行い、生涯を通じて生活の質を維持・向上できるものを指しています。

片頭痛による日本の経済損失 年間3,000億円!

今号の巻頭を飾るのは、頭を抱えて苦悶の表情を浮かべるアダムとイブの姿。古くはギリシャ神話や古代エジプトの記録にさえも頭痛についての記述が残っており、人類が何千年ものあいだ頭痛に悩まされてきたことが明らかになっています。

頭痛には複数の分類があり、そのうち片頭痛は、世界保健機構(WHO)の2001年のレポートにおいても「仕事や日常生活に支障を来す疾患」で第19位に挙げられており、20～40代の女性は特に有病率が高いとあってか、女性に限れば第12位にランク付けされています。



また、日本で頭痛に悩む患者数は3000万人*1にもものぼり、一説によると片頭痛だけでも経済損失は年間3000億円*2とも言われており、頭痛はまさに日本社会にとって非常に頭の痛い問題となっているのです。

*1) Sakai F, Igarashi H: Prevalence of migraine in Japan: a nationwide survey. Cephalalgia. 1997 Feb;17(1):15-22.
 *2) 間中 信也: 疫学・有病率・支障度・経済的損失. 新しい診断と治療のABC 一頭痛. 改訂第2版. 坂井文彦, 編. 最新医学社, 2013, p22-32.

頭痛セルフチェック

頻度は?

月に1回未満 ———— A

月に数回 ———— B

1年に1回以上 ———— C

(1) 1ヶ月未満, 2ヶ月以上, 3ヶ月以上, 4ヶ月以上, 5ヶ月以上, 6ヶ月以上, 7ヶ月以上, 8ヶ月以上, 9ヶ月以上, 10ヶ月以上, 11ヶ月以上, 12ヶ月以上

痛みの持続期間?

数分間〜1時間未満 ———— A

数時間〜1日未満 ———— B

1日以上〜2週間未満 ———— C

(1) 1日未満, 2日未満, 3日未満, 4日未満, 5日未満, 6日未満, 7日未満, 8日未満, 9日未満, 10日未満, 11日未満, 12日未満

痛む場所は?

頭の両側 ———— A

頭の片側または後頭部 ———— B

目の奥や目の周囲 ———— C

痛みのタイプは?

突如として発症する鋭い痛み ———— A

締め付け感, 締め付けられるような痛み ———— B

突如として発症する鈍い痛み ———— C

一日に「頭痛」と言っても、
痛みのタイプが違えば
原因や対処法も異なるもの。
まずは自分の頭痛が
どのタイプなのか
チェックしてみましょう。

三者三痛
あなたの痛みは
何頭痛?

体を動かすと痛みは?

悪化する(発症中や発症直後は除外) ———— A

軽くなる(発症中や発症直後は除外) ———— B

痛みのために起こっていない ———— C

頭痛以外の症状はある?

吐き気や嘔吐を伴うことがある。
発熱, けいこ, 意識障害がある ———— A

目の赤み, 目の腫れ, 目の痛みがある ———— B

目の充血, 目の腫れ, 目の痛みがある。
鼻がよじれたり鼻水が出る ———— C

肩や首の凝りは?

頭痛が起きた時に感じる(多くは) ———— A

頭痛の1週間以内(多くは)感じる ———— B

ほとんど感じない(多くは) ———— C

頭痛が起きたときには?

寝て痛みを軽減できたり寝かして治る(多くは) ———— A

ストレッサーやストレスを減らす(多くは) ———— B

痛みのために起こっている(多くは) ———— C

A 個

B 個

C 個

Check!

※ このチェックシートは診断の補助のためのものです。正確な診断は医師の診察が必要です。医師が頭痛を診断する際には、必ず問診票を記入し、医師の診察を受けることが大切です。頭痛の種類や原因は、医師の診察を受けることで明らかになります。



『ヘルスグラフィックマガジン』は、年4回発行されているアイセイ薬局のフリーマガジン。毎号ひとつの未病領域をテーマに、医師や専門家が注意点や改善法を多彩なグラフィックと共に分かりやすく解説。毎号15万部、年間60万部を発行し、全国のアイセイ薬局グループ店舗を中心に、弊社の薬剤師をはじめとするスタッフが患者さまへ直接お渡ししています。

[MEDIA Info]

ヘルス・グラフィックマガジン | 発行部数：150,000部／年4回発行
判型：200×200mm 全24ページ／オールカラー
配布エリア：全国のアイセイ薬局(302店舗)、アイセイ薬局グループの介護福祉施設、
提携医療機関、ならびに『ONLY FREE PAPER』にて無料配布

[COMPANY Info]

発行元：株式会社アイセイ薬局 | 〒100-0005 東京都千代田区丸の内2-2-2 丸の内三井ビルディング
設立：2000年8月(創業：1984年9月) | 店舗数：302店舗(グループ連結：平成27年4月1日現在)
主要事業：調剤薬局事業、介護福祉事業他

【お問い合わせ先】

株式会社アイセイ薬局 コーポレート・コミュニケーション部 担当：安(あん)
〒100-0005 東京都千代田区丸の内2-2-2 丸の内三井ビルディング
TEL:03-3240-0250 | E-mail:e-an@aisei.co.jp | URL:http://www.aisei.co.jp