

低髄液圧症候群についてのサマリと考察
Draft *Revision* : 1.6

kgussan@gmail.com*

平成 17 年 9 月 6 日

*低髄液圧症候群の患者の一人。

目次

1	はじめに	3
2	定義	4
3	症状	5
4	発症原因	6
5	診断方法	7
6	治療方法	8
6.1	安静療法	8
6.2	投薬療法	8
6.3	ブラッドパッチ	9
7	私の場合	10
7.1	私の発症原因	10
7.2	私の診断経緯	10
7.3	私の症状	10
7.4	私の現状	11
7.5	私の病歴	12
8	考察	15
8.1	発作対策	15
8.2	仕事法	15
8.3	マッサージ	15
8.4	運動	15
8.5	不調発生の原因予測	16
8.6	不調継続期間	16
9	注意	17
10	用語集	18
11	補足	19
12	謝辞	19

1 はじめに

この文章は低髄液圧症候群の一患者である私が一年間の闘病生活を基に得た情報を整理し、私の症状と考察を加えた文章である。

認知され始めたのが最近である病気であるが故に、数少ない情報、潤沢とはいえない対応病院の数、整っていない診療ガイドライン、医師さえ含む周囲の誤解に患者は苦しんでいる。

この文章が人の目に触れることで、このような不幸な環境が改善される助けになれば本望である。

文中に明らかな間違いを発見した方は筆者 Email アドレス¹まで連絡していただきたい。可能な限り加筆修正していく予定である。

¹kgussan@gmail.com

2 定義

低髄液圧症候群²とは、外部からの刺激により、硬膜³を損傷し脳脊髄液がもれ、頭蓋骨の内部で脳を浮かせている髄液が不足した結果、吐き気・頭痛・めまい・動悸不順などをおこす病気。

²脳脊髄液減少症とも呼ばれる。最近では、低髄液圧症候群よりもこちらが正式な病名になりつつある。本稿では低髄液圧症候群で統一する。

³脊椎を覆う膜。中枢神経である脊椎は軟膜、くも膜、硬膜の順で保護されている。髄液は硬膜下に存在している。

3 症状

低髄液圧症候群の症状には、主な症状に以下のようなものがある。

1. 抵抗力の低下
2. 吐き気
3. 筋肉痛
4. 腰から下の震え
5. 動悸
6. 後頭部痛
7. めまい
8. 耳の張っている感覚
9. 急な発熱
10. 立ちくらみ

4 発症原因

低髄液圧症候群は、主に外部からの刺激により硬膜に穴が開き、髄液が漏れることから発症する。

例え外傷が小さく、事故直後に症状が出ていなくとも、期間をおいて症状が出てくることがある。

他にも、腰椎麻酔により硬膜に穴が開いたまま塞がらず低髄液圧症候群になることなどもある。

5 診断方法

第一に、自覚症状として前述の低髄液圧症候群の症状があるかどうかを確認する。

第二に、MRI を使って脳画像を解析し、脳脊髄液の減少による小脳の下降(小脳下垂)と脳と硬膜の間の隙間を確認する。

年齢により、診断の基準となる程度は異なるが、上記の程度によって確認が行われる。

この判断は医師の目視により行われる。⁴

第三に、RI シンチグラフィにて髄液の漏れを確認する。被写体は頸椎(首のまわり)や腰が対象となる。

このテストで結果の画像には正常な人と比べて”もや”がでてくる。この判断は医師の目視により行われる。

⁴画像処理機器等を使った定性的な判断は行われていない。

6 治療方法

低髄液圧症候群の主な治療方法には、安静療法、投薬療法、ブラッドパッチがある。

6.1 安静療法

水分を多めにとり、臥床安静を心がける治療方法。

体を横にすることで髄液の漏れが少なくなる。患者自身の自然治癒力により、髄液の漏れが塞がることもある。

6.2 投薬療法

低髄液圧症候群に効果のあると言われる薬⁵を述べる。

1. リョウケイジュツカントウ
 - 漢方薬
 - 体質改善を目的とする。
2. サンソウニントウ
 - 漢方薬
 - 体質改善を目的とする。
3. ソラナックス
 - 頭痛などの発作対策
4. パリエット
 - 髄液生成の促進
 - 胃酸の抑制効果
5. ケタス
 - 血流促進剤
 - 低気圧がきた時に効果がある
6. チトクロームC
 - 頰椎捻挫薬
 - 吐き気が副作用に出る可能性がある。

⁵低髄液圧症候群を直接治療する薬は現在発見されていない。

7. コエンザイム Q10

- 補酵素栄養剤
- 症状が良化した例がある。

6.3 ブラッドパッチ

自分の血液を硬膜外腔⁶に入れ、髄液の漏れを血糊でふさぐ治療方法。

高い有効性が示される一方で血液の望まない箇所への癒着による副作用など、問題も指摘されている。通常 2,3 度の施術が必要である。

⁶硬膜内腔に髄液・脊髄・脳が存在している

7 私の場合

ここには低髄液圧症候群の私の経験した症状などを述べる。

7.1 私の発症原因

私が低髄液圧症候群になった原因は、交通事故にあった際に頸椎捻挫になったことである。

7.2 私の診断経緯

私が低髄液圧症候群の診断を受けたのは、以下のような経緯であった。

事故当初は額を数針縫い頸部捻挫の診断を受けた。

いわゆるむち打ちだったが仕事の関係で1日休んで職場復帰をする。

しばらく普通通りの生活をするが徐々に不調を感じるようになる。

最終的には、ある日倒れる羽目になった。

倒れた当初、病院に行くが原因がわからずドクターショッピングをする。整形外科、内科、耳鼻科、脳神経外科でようやく低髄液圧症候群の診断を受ける。

7.3 私の症状

低髄液圧症候群の私の症状は、以下のようなものがある。

1. 抵抗力の低下
2. 吐き気首カラーをしばらくして、首が楽になってからは余り吐き気はなくなった。
 - 疲労時にでる
 - 薬で緩和可能
 - 電車、車など乗り物に乗ったとき出やすい
3. 筋肉痛以下の箇所筋肉痛になりやすい。体調が悪いと背中が張ってくる。一日の終わりには足が痙攣してくるときもある。
 - 背中
 - 腕
 - 足
 - 肩

- 胸
 - 腰
4. 腰から下の震え私はこの症状が強い。
- 疲れてくると下肢が震えてくる
5. 動悸首カラーをして、首が楽になってからは余りなくなった。
- 動悸が早くなる
 - 胸が苦しくなる
6. 後頭部痛
7. めまい
- ふらつく
 - 低気圧の時に強く感じる
8. 耳の張っている感覚
- 耳抜きをしてもよくならない
 - 頭痛と一緒に出る
9. 発熱
- 発症から2ヶ月程度で収まる。
 - 37度強の熱
 - 突発的
10. 立ちくらみ
- ひどい程度
 - 発症から2ヶ月程度で収まる

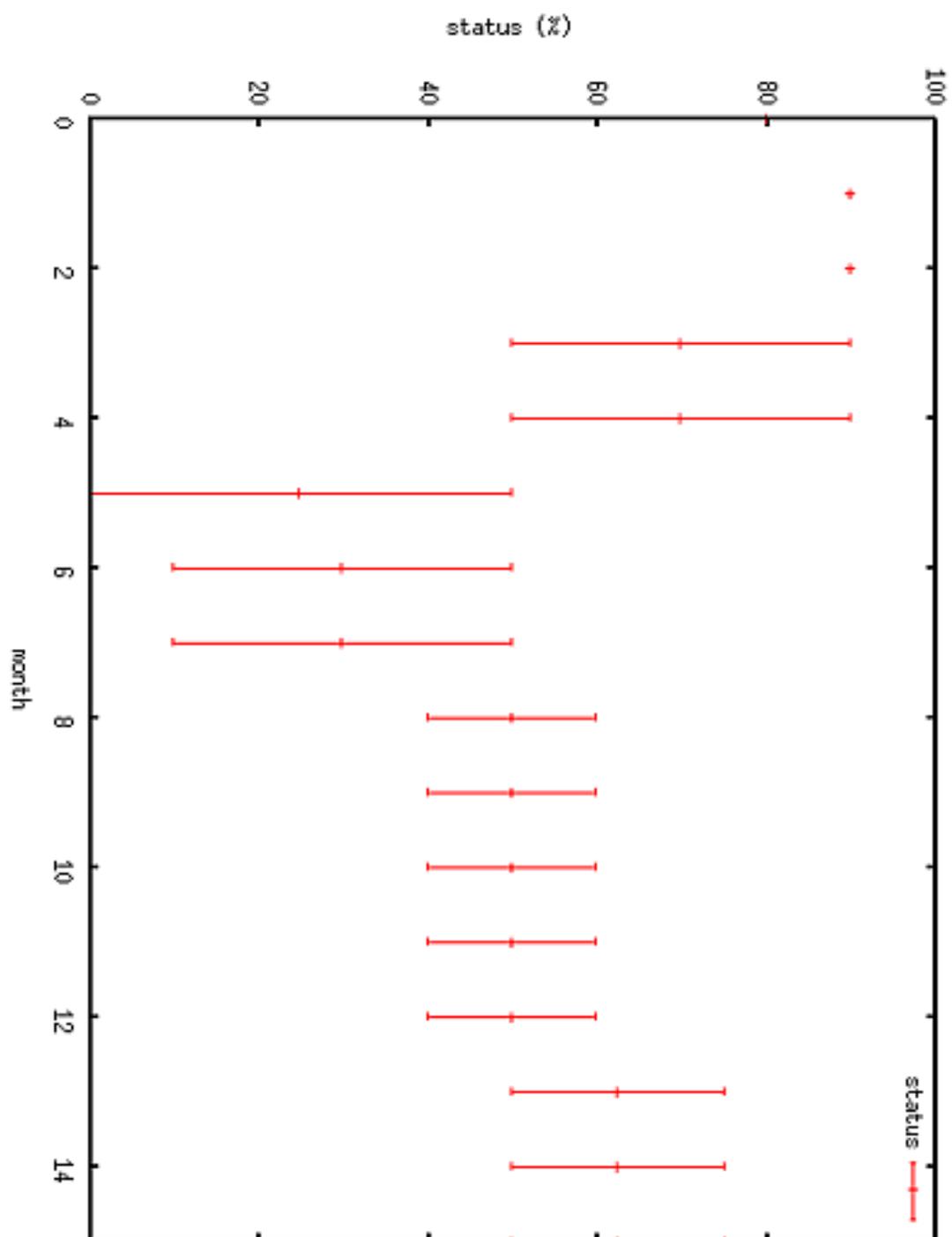
7.4 私の現状

ブラッドパッチを一度予約したが、主治医との相談の上、一旦キャンセルした。私の回復比率と副作用の可能性のトレードオフによる。

職場復帰を果たすも症状は良い状態と悪い状態の揺らぎがある。仕事をしつつ、なるべく安静をとり完全な回復を目指している。

7.5 私の病歴

病歴		
時間	履歴	体調
0ヶ月目	交通事故。頸椎捻挫、顔を縫う。 職場に1日で復帰。 傷はあるが仕事はできた。	80%
1ヶ月目	顔の傷が塞がる。 外出問題なし	90%
2ヶ月目	外出も問題なし	90%
3ヶ月目	風邪のような症状が治らない。 頭痛が続く。鈍痛。	60-80%
4ヶ月目	風邪のような症状が治らない。 頭痛が続く。鈍痛。	60-80%
5ヶ月目	倒れる。数時間動けず。 数日会社を休む。 めまい、吐き気、電車に乗れない。	0-50%
6ヶ月目	調子が戻ってきたが、 酒を飲んだときに調子をひどく崩す。 めまい、吐き気、電車に乗れない。 ドクターショッピング。 低髄液圧症候群の診断。	10-50%
7ヶ月目	会社を休む。	10-50%
8ヶ月目	会社に戻る。	40-60%
9ヶ月目	天候(気圧配置)による体調の	
10ヶ月目	アップダウンが激しい。	
11ヶ月目		
12ヶ月目		
12ヶ月目 以降現在	天候(気圧配置)による体調の アップダウンが少なくなってくる。 冬型の高気圧のおかげか。 筋肉を戻すためのトレーニングを 始める。 風邪を引いたときや、疲れが たまると低髄の症状が出てくる。	50-75%



8 考察

ここでは症状の緩和・発作対策・安静方法についての考察を述べる。

8.1 発作対策

体調が悪いとき、低気圧が通過するときに重なったりするとひどい発作がおきることがある。

以前はよく通勤途中の電車から降り休憩を取る必要があった。現在は電車は平気だが不調を感じたらすぐに休憩を取るようにしている。吐き気を抑える薬が2時間程度は効いてくれるのでその間に休息が取れる状態にしている。

このような不調を感じたら無理をしないことが肝心と思われる。無理を続ければその分症状は悪化、回復まで時間がかかる。こういう状態になったときにはなるべく長い時間横になると回復が早まると思われる。

8.2 仕事法

幸いにもこの病気について上司同僚に理解をもらうことができた。

平常時と比べて同じように振舞うのは難しいため、なるべく負担の少ない仕事を選択している。

もどかしいが、できる範囲で最大限効率的に仕事を行う。

8.3 マッサージ

事故後には接骨院にてマッサージを受けていたが、首のマッサージ中にめまいを感じる時があった。髄液が漏れていると思われる箇所に対しては刺激を与えないほうが良いと思われる。

肩が張る場合も多いので、緩和のためにもれていない箇所であれば良いかと思われる。私はめまいを感じて以来は行っていない。

8.4 運動

軽い運動なら可能な場合もある。しかし運動後にふらつき・めまい・頭痛などの症状が出てくることが多い。症状がでるのは後日の場合もある。

現在リハビリテーションのひとつとして全身のストレッチとラバーチューブを用いた筋肉トレーニングをおこなっている。体調により運動後の不調に陥るときがある。

体調の揺らぎがある状態では、たとえ体調が良くともなるべく安静が必要かと思われる。

8.5 不調発生の原因予測

低髄液圧症候群患者が体調が悪くなる原因としては以下が考えられる。

- 気圧の変化

低気圧がくると髄液が不足して体調不良に陥ると思われる。ボイルシャルルの法則⁷より体内の髄液と気圧の関係は示すことができる。P は圧力、V は体積とした場合にその積が一定となる法則。

$$PV = Const.$$

- 水分の不足

体内の水分が足りなくなると髄液生成が滞り、低髄液圧症候群の症状が出る。

8.6 不調継続期間

一度体調を崩すと 3,4 日ほど体調が戻らない。現在はその程度だが、最も悪いときには 7 日から 10 日間ほど続くときもあった。当時は不調時には歩けなくなるほどめまい・ふらつき・首の痛み・吐き気があった。

不調期間が短くなるにつれて体調が戻ると思われる。現在も程度は軽くなったが、上記の症状が続いている。

⁷ Boyle-Charle's low

9 注意

実際に治療を受ける際には主治医と良く相談すること。

また、質問等がある場合には 低髄液圧症候群メーリングリストで質問することを勧める。

<http://www.k2.dion.ne.jp/kgt/data/teizui-ml.html>

低髄液圧症候群にかかわる方からのアドバイスを聞くことができる。

10 用語集

ここには低髄液圧症候群にかかわる言葉を記載する。

RI シンチグラフィ 硬膜にラジオアイソトープを注入し、24 時間程度のラジオアイソトープの動きを観察する検査方法。ラジオアイソトープは放射性物質。

Cerebrospinal Fluid Hypovolemia 脳脊髄液減少症の英訳

Low intracranial pressure syndrome 低髄液圧症候群の英訳

Intracranial hypotension ムチ打ち

Chronic Fatigue Syndrome 慢性疲労症候群

Epidural Blood Patch EBP と略される。日本語はブラッドパッチ。

11 補足

この文章は p \LaTeX , gnuplot と Vim を使用して作成した。

12 謝辞

piko さんから有用な Feedback を頂き、文中に反映させていただいた。
ここで感謝の意を述べさせていただく。

参考文献

- [1] 篠永正道 「低髄液圧症候群の決定的治療法」
- [2] Linda Lamb 「Learning the vi Editor」
- [3] Tony Stubblebine 「Regular Expression」
- [4] Jeffrey, E. F. Friedl 「Mastering Regular Expressions」
- [5] 大竹 敢 「使いこなす gnuplot」
- [6] 奥村 晴彦 「 $\text{\LaTeX}2_{\epsilon}$ 美文書作成入門」