

大阪 ワイド



山口瞳のエッセー「酒呑みの自己弁護」(新潮社)は「最後の一杯もうまいけど、最初の一杯もうまい」で始まるが、これは物事の本質を言い当てた至言だと思ふ。さらにひと昔前の宴席でよく歌われた民謡「黒田節」は、「酒は飲め飲め」である。また、こと大酒飲みに限って「酒は百薬の長」との故事(前漢を倒し、新の皇帝となつた王莽による)を声高々に言う。実際に、ワインの消費量と「狭心症」や「心筋梗塞」による死亡率との間には逆の相関があり、「フレンチパラドックス」と呼ばれていることから、あなたが間違ひとは言えない側面を持つ。その一方で、川柳には「万物の長百薬の長に敗け」との句もある。

アルコールと頭痛

近大・森本教授の
痛み学
入門講座

◆ 11 ◆



もりもと・まさひろ 平成元年、大阪医科大学大学院(麻酔科学専攻)修了。同大講師を経て、8年に近畿大学医学部麻酔科講師。22年から現職。医学博士。日本ペインクリニック学会理事。

「酒は飲め飲め」で大丈夫?

さて、酒が百薬の長か否かの議論は別として、少なくとも酒と頭痛の発生には切っても切れない関係がある。この飲酒による頭痛は「アルコール誘発頭痛」と呼ばれるが、「即時型」(カクテル頭痛)と「遅延型」(二日酔い)との2つがある。

即時型では、飲酒によって誘発される「片頭痛」や「群発頭

痛」など、脳血管の拡張が関与する頭痛がよく知られる。特に赤ワインには血管を拡張させる効果をもつヒスタミンが多く含まれ、片頭痛や群発頭痛がある

含有量は異なり、フランス産のものが14・6〜15・6ミリリットルと特に高く、イタリア産の赤ワインなら2・5〜2・8ミリリットルは0・04ミリリットルである。

一方で、「緊張型頭痛」の場合には、アルコールを飲むことで、凝っている後頸部から肩にかけての筋肉が弛緩して頭痛が和らぐことがあるので、適量であれば有用といえる。

酒前後に服用することで、その予防につながったことがある。(近畿大学医学部麻酔科教授 森本昌宏)

第1、3土曜日に掲載
します。



イラスト 松本好永

人は要注意である。また、赤ワインが血小板からのセロトニン(神経情報を伝達する物質)の遊離を促進することも大きく関与する。赤ワインによる頭痛の発生は古くから知られ、紀元前30年に古代ローマの著作家、ケルルスは「ぶどう酒を飲むと頭痛が起り」と書き記している。なお、同じ赤ワインでも産地や銘柄によってヒスタミンの

生じるアセトアルデヒドや酢酸がその原因と考えられている。アルコールが分解されるに連れて、これらの物質が増加して痛みを増幅するのである。これには二日酔いになるほどのアルコール量を摂取しないことが肝要ではあるが、飲みだすとどうにも自制できなくなるのは私だけではないだろう。

二日酔いになった場合には、鎮痛薬の服用と水分摂取に加え、カフェイン(脳血管を収縮させる作用を持つ)を含む飲み物(コーヒー、緑茶、コーラなど)を摂ることが有効だ。私の経験で言えば、漢方の茵陳五苓散を飲

花粉予報 2月3日

兵庫	京都	滋賀
大阪	奈良	和歌山

1.少ない 2.やや多い 3.多い 4.非常に多い

週間予報(2月4日~2月9日)

日にち	4	5	6	7	8	9
大阪府	1	1	1	1	1	1