

# 頭痛電子報第六十二期

台灣頭痛學會網站：<http://www.taiwanheadache.com.tw>

發刊日期：98 年 2 月  
發行人：台灣頭痛學會

## 【本期內容】

頭痛疾患常見的共病症－慢性廣泛疼痛……………黃孟華醫師  
研討會訊息……………2/28(台中)、3/8(台北)、3/22(台中)、3/29(台南)

二、三月份台灣頭痛學會將於北中南區分別舉辦頭痛再教育研討會，首先於 **2 月 28 日（週六）** 將於台中舉辦第二屆頭痛專家讀書會；另外三月將於北中南舉辦 2009 頭痛再教育研討會，時間分別是 **3 月 8 日（週日）** 於台北、**3 月 22 日（週日）** 於台中、**3 月 29 日（週日）** 於台南，歡迎大家參加指教，詳細節目地點及內容敬請參照研討會訊息。

本期內容由黃孟華醫師所提供，介紹頭痛常見的共病症－「慢性廣泛疼痛」之成因、治療方式及相關研究。

## 頭痛疾患常見的共病症－慢性廣泛疼痛

玉里榮民醫院內科黃孟華醫師

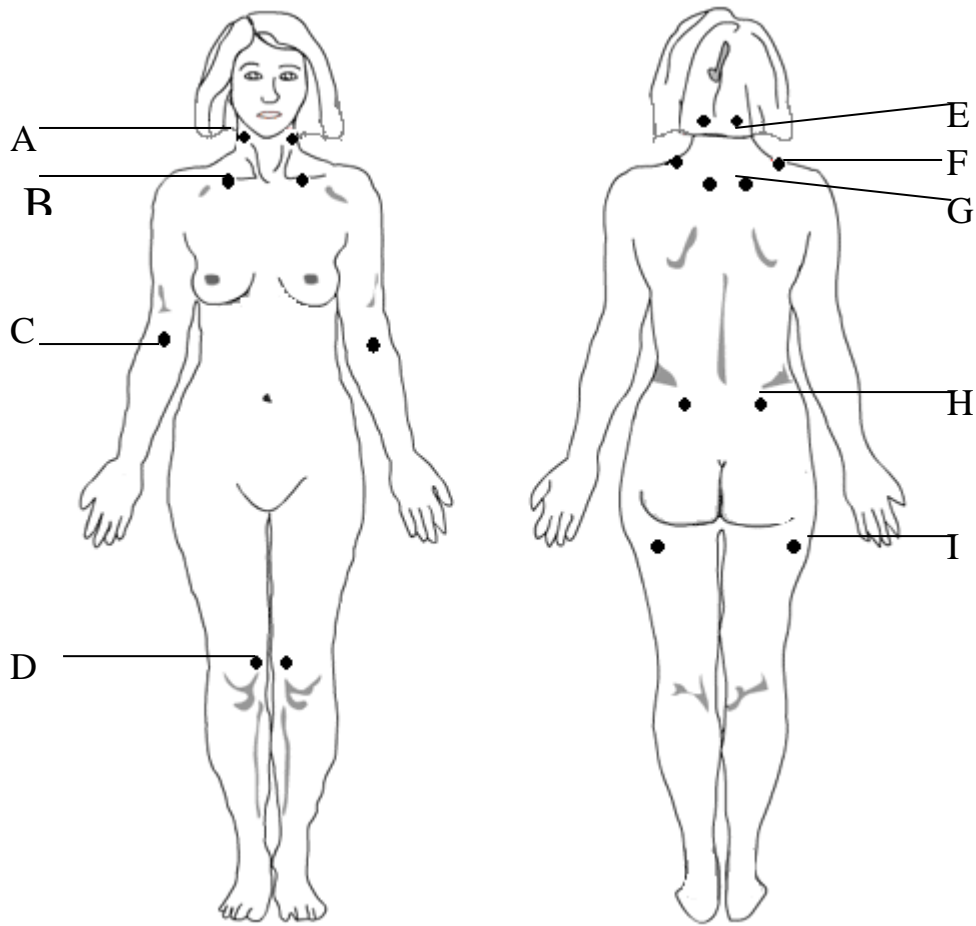
慢性廣泛疼痛（Chronic widespread pain）是臨床上常見的一種情況，盛行於各個人種與年齡層。何謂「慢性」，一般認為需持續 3 個月以上；何謂「廣泛疼痛」，依 1990 年美國風濕病學會的定義，需疼痛範圍同時涵蓋身體兩側與腰部上下區域再加上身體中軸區（頸、胸、下背部）。慢性廣泛疼痛若合併身體 18 個特定部位中超過 11 處的觸痛點（如圖表所示），就可診斷為纖維肌痛症（Fibromyalgia）。研究顯示，慢性廣泛疼痛的盛行率約 10-11%，其中又有 20-25% 的人達到纖維肌痛症的診斷標準。纖維肌痛症常合併肌肉以外的器官的症狀，這時便以纖維肌痛症候群（Fibromyalgia syndrome）概括稱之。慢性廣泛疼痛的患者有許多臨床常見的共病症（Comorbidity），如慢性疲勞症候群、頭痛、顳顎關節障礙症、大腸急躁症、憂鬱症、焦慮症、睡眠障礙…等，大大降低了患者的生活品質。

誘發慢性廣泛疼痛的原因目前並不清楚，文獻上指出生理或心理創傷、病毒感染（HBV、HCV、HIV）皆有可能。患者以中年女性居多，女性患者約男性的七倍，因家族中可能出現群聚現象，所以遺傳基因與環境因素似乎皆牽涉其中。許多神經傳導物質與疼痛的表現有關，其中較重要者包括血清素（Serotonin）、多巴胺（Dopamine）、兒茶酚胺（Catecholamine）等系統。至於這種慢性疼痛為何會持續與擴散，其機轉仍不清楚，從肌

肉、周邊神經系統、以至中樞神經系統，都有許多學者利用各種器材，試圖找出特異的變化來解釋，不過迄今仍如瞎子摸象，未能一窺全貌。目前已知，患者疼痛處的肌肉組織並無特定的改變，且無論肌肉、皮膚或骨骼等組織，其對壓力刺激產生疼痛的閾值（threshold）都較正常人或局部疼痛患者來得低，而這種廣泛性疼痛閾值降低的現象便是慢性廣泛疼痛最主要的特色。所以，一般認為除周邊神經系統被激化之外，中樞神經系統的敏感化應扮演更關鍵的角色。中樞神經敏感化又可分為兩種，立即發生者似乎是透過脊髓背角神經元的NMDA與 Neurokinin-1受器的作用，延遲發生者則需待神經末梢進行轉錄與轉譯作用才會發生。

纖維肌痛症須與其他以廣泛疼痛來表現的疾病作區分，如發炎或退化性關節炎、甲狀腺疾病、維生素D缺乏、紅斑性狼瘡、多發性肌炎、肝臟疾病、腎臟疾病、白血病、惡性腫瘤、血中鈣與鉀過高或過低、感染…等。此外，此症並無法以特定的檢查來確診，若血液檢驗或診斷影像有異常而懷疑有其他疾病時，並不能排除纖維肌痛症的可能，因兩者可能共存，若能適切的診斷，當可減少醫療資源的浪費。

在治療方面，過去採取一般止痛藥治療的方式效果不佳，加上患者常合併焦慮與憂鬱症，因而許多醫生將此症視為精神疾患，但自從2007年6月美國食品藥物管理局核准普瑞巴林（Pregabalin）在治療纖維肌痛症的使用後，情況已大為改觀。普瑞巴林作用在電壓敏感鈣離子通道（voltage-sensitive Ca<sup>2+</sup> channels）的 $\alpha 2 \delta$  subunit，可調節神經軸突末梢神經傳導物質的釋放。研究顯示，Pregabalin 可顯著改善此類患者的疼痛與睡眠情形。2008年6月，美國食品藥物管理局又核准普千憂解（Duloxetine）治療纖維肌痛症。2008年歐洲抗風濕協會（European League Against Rheumatism）曾針對纖維肌痛症的治療，依研究證據強度分成ABCD四級並提出建議，代表證據強度最高的A級皆為藥物治療，包括曲馬多（Tramadol）、抗憂鬱藥（amitriptyline、fluoxetine、duloxetine、milnacipran、meclobemide、pirlindole）、耐嘔伴（Tropisetron）、樂伯克（Pramipexole）、普瑞巴林（pregabalin）等。在非藥物治療方面，熱浴療法（heated pool therapy）為B級，其他如運動課程、物理治療、精神支持、放鬆療法等，證據強度則較低。疼痛點局部注射可能會造成依賴性產生，一般不建議使用於此類患者。



- A 第五至第七節頸椎橫突前的空間
- B 斜方肌上緣的中點
- C 第二肋間離胸骨邊緣約3公分處
- D 肱骨外上髁的肌肉附著處
- E 膝關節近端的內側脂肪墊
- F 頸部肌肉於枕骨的附著處
- G 肩胛骨上緣內側的肌肉附著處
- H 臀肌的外上四分之一處
- I 股骨大轉子後面的肌肉附著處

## 研討會訊息

### ★第二屆中區頭痛專家讀書會

時間：98年2月28日（星期六）下午 15:30~18:30

地點：台中僑園飯店（台中市惠中路一段 111 號）

主辦：台灣頭痛學會 協辦：葛蘭素史克藥廠

神經專科繼續教育學分積點：2.6

家醫專科繼續教育學分積點：3

疼痛專科繼續教育學分積點：2

15:30~15:35	Opening	光田醫院 楊鈞百 醫師	
15:35~16:20	Pathophysiology of tension type headache	佛教慈濟綜合醫院台中分院 張滋圃 醫師	主持人 台南活水神經內科診所 王博仁院長
16:20~17:05	The role of CGRP in migraine	光田醫院 董一鋒 醫師	
17:05~17:50	Migrainous vertigo	台南活水神經內科診所 黃子洲 醫師	
17:50~18:20	Discussion	All	
18:20~18:30	Closing and Dinner	台北榮民總醫院神經內科 傅中玲 醫師	

### ★2009 北部頭痛再教育研討會

時間：98年3月8日（星期日） AM 09:00 ~ PM 15:00

地點：台北喜來登大飯店 2樓寒舍（台北市忠孝東路一段12號）

主辦：台灣頭痛學會 協辦：葛蘭素史克藥廠

神經專科繼續教育學分積點：4.2

家醫專科繼續教育學分積點：5

疼痛專科繼續教育學分積點：3

09:00 ~ 09:05	Introduction and Welcome	王署君 理事長
Plenary I： 座長：吳進安/陳威宏		
09:05 ~ 09:40	Epidemiology and Comorbidity	王署君 理事長（陽明大學）
09:40 ~ 10:15	Pathophysiology of migraine	陳世彬 醫師（台北榮民總醫院）
10:15 ~ 10:35	<i>Refreshment Break</i>	
Plenary II： 座長：蔡景仁/林高章		
10:35 ~ 11:10	Diagnostic Evaluation	傅中玲 醫師（台北榮民總醫院）
11:10 ~ 11:45	Migraine Treatment	王博仁 醫師（台南活水診所）
11:45 ~ 12:20	Diagnosis and treatment of chronic daily headache	盧相如 醫師（高醫大學附設醫院）
12:20 ~ 13:45	<i>Lunch Break</i>	
Plenary III： 座長：楊鈞百/曾弘斌		
13:45 ~ 14:20	Migrainous Vertigo	陳盈助 醫師（潭子慈濟醫院）
14:20 ~ 14:55	Case discussion	施景森 醫師（高雄榮民總醫院）
14:55 ~ 15:00	Closing remarks	王署君 理事長

## ★征服原發性頭痛（Conquer Primary Headache）研討會

時間：98年3月22日（星期日）

地點：台中福華飯店（台中市安和路129號）

主辦：台灣頭痛學會 協辦：葛蘭素史克藥廠

神經專科繼續教育學分積點：2.4

家醫專科繼續教育學分積點：4

疼痛專科繼續教育學分積點：2

時間	主題	演講者	主持人
14:30~15:00	報到		
15:00~15:05	開場與致詞	台灣頭痛學會 王署君 理事長	
15:05~15:50	偏頭痛的診斷與治療	台中榮總神經內科 廖翊筑 醫師	台中榮總神經內科 張鳴宏 主任
15:50~16:35	叢發性頭痛與其他三叉自律神經頭痛的診斷與治療	台中光田醫院神經內科 楊鈞百 醫師	中國醫藥大學 劉崇祥 主任
16:35~16:45	休息	休息	休息
16:45~17:30	其他原發性頭痛的診斷與治療	彰基醫院神經內科 陳彥宇 醫師	南投草屯佑民醫院 巫錫霖 院長
17:30~18:15	兒童頭痛	台中榮總小兒神經科 李秀芬 醫師	台中童綜合醫院 遲景上 副院長
18:15~18:35	病例分享	台中童綜合神經內科 王馨範 醫師	中山醫藥大學 陳秋媚 主任
18:35~	閉幕與晚餐	台灣頭痛學會 王署君 理事長	

## ★2009 南部頭痛再教育研討會

時間：98年3月29日（星期日） PM 14:00 ~ PM 19:00

地點：安河神經內科診所（台南市安和路一段40號）

主辦：台灣頭痛學會 協辦：葛蘭素史克藥廠

神經專科繼續教育學分積點：3

家醫專科繼續教育學分積點：3

疼痛專科繼續教育學分積點：3

時間	Registration	Speaker	Moderator
14:00~14:25	Registration		
14:25~14:30	Opening		林高章 主任 奇美醫院
14:30~15:00	Headache and sleep: Introduction	王博仁 院長 活水神經內科診所	施景森 醫師 高雄榮民總醫院
15:00~15:30	Headache and sleep: Pathophysiological relationship	徐崇堯 主任 高雄醫學大學附設醫院	
15:30~16:00	Migraine and sleep	盧相如 醫師 高雄醫學大學附設醫院	

16:00~16:10	Discussion		蔡景仁 教授 成大醫院
16:10~16:30	Coffee break		
16:30~17:00	Trigeminal autonomic cephalalgias and sleep	許世斌 主任 義大醫院	李連輝主任 高雄長庚醫院
17:00~17:30	Hypnic headache :Update review	陳偉熹 主任 高雄長庚醫院	
17:30~17:50	Panel discussion and closing		王署君 理事長 台灣頭痛學會
6:30~	Dinner		

本電子報以電子郵件方式寄發，有興趣繼續獲得本電子報敬請告知電子郵件信箱，若有相關研討會資訊，我們將會通知您；若您不希望繼續收到本電子報，也敬請回覆 e-mail 告知。本園地公開，竭誠歡迎所有頭痛相關醫學著述、病例討論、文獻推介、研討會講座等投稿。敬請不吝指教，感謝您的支持！

台灣頭痛學會聯絡方式：TEL：(02) 28712121\*3031 FAX：(02) 28765215  
E-MAIL：taiwan.head@msa.hinet.net