

頭痛電子報第六十七期

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

發刊日期：98 年 8 月
發行人：台灣頭痛學會

【本期內容】

不寧腿症候群與偏頭痛.....陳炳錕醫師

研討會訊息

2009 年學術專題研討會暨第二屆第二次會員大會謹訂於 98 年 10 月 25 日星期日，假台北福華文教會館前瞻廳舉行。10 月 24 日星期六於同地點另有一場會前會，誠摯歡迎各位貴賓、會員蒞臨指導，共襄盛舉。本次年會邀請到幾位重要的外賓演講。第一位是法國知名頭痛專家 Anne Ducros 教授，關於 genetic study of familial hemiplegia migraine, CADASIL and reversible cerebral vasoconstriction syndrome (RCVS) 領域有諸多研究，並曾發表 familial hemiplegia migraine 基因研究結果於新英格蘭雜誌。此次除了介紹「家族性偏癱偏頭痛」外，Anne Ducros 亦將在會前會中演講「法國可逆性腦部血管收縮症候群研究」。另外，大陸知名的頭痛研究學者—中國人民解放軍總醫院的于生元教授，將為大家介紹偏頭痛的動物實驗。台灣大學的王淑芬教授，將演講「頭痛病人下枕骨肌肉痛的物理治療」。同時還有許多頭痛相關課題，相信這些精心安排的議題，能讓各位對頭痛的臨床與基礎研究，有更進一步的認識與啟發。歡迎大家踴躍參加，節目表請參照研討會訊息，有興趣參加者敬請填妥報名表回傳。

頭痛學會手提紙袋即將改版，感謝林家億醫師提供私房攝影作品，我們從中挑選了四組照片，皆是台灣的風景，分別有「山青水明」、「欣欣向榮」、「湖光山色」及「花之寫意」系列(如附件 PDF 檔)，請大家票選個人最喜愛的作品，並於 8 月 31 日前傳至學會電子信箱。最後得票數最高的圖片將製成提袋。

本期電子報內容由林新醫院神經科陳炳錕醫師提供，介紹偏頭痛與不寧腿症候群兩種神經系統疾病之共病關係，相信能幫助大家更了解這個疾病。

不寧腿症候群與偏頭痛

作者：林新醫院神經科陳炳錕醫師

前言

偏頭痛與不寧腿症候群（Restless legs syndrome）都是臨床上常見之神經系統疾病，乍看之下兩者似乎完全不相關。一個在頭、一個在腳，很難讓人聯想兩者之間有什麼關係。近

年來，在診斷標準與影像學的進步下，不寧腿症候群引起廣泛研究與討論，對這個疾病的了解也逐漸增加。這兩年來，許多臨床研究陸續發現不寧腿症候群在偏頭痛病人的盛行率較高，兩者可能有共病症（comorbidity）的關係。因此，了解不寧腿症候群可進一步讓我們對偏頭痛的致病機轉有一個新的思考角度。

診斷標準與流行病學研究

目前不寧腿症候群的診斷是依據 2004 年國際不寧腿症候群研究團體（IRLSSG）公佈的不寧腿症候群新版診斷準則。整體而言，病人在睡前靜坐或躺臥時，腿部常常有不適的感覺（例如有東西在爬來爬去或感覺酸痛、針刺的感覺等），而想要去移動肢體，而且這種不適感在動一動肢體後可以得到部分或完全緩解。根據社區流行病學的調查，在西方世界，盛行率約為 7.2-10.6%，而亞洲人的盛行率則相對較低（0.6%-3.9%）。種族的的不同被認為是造成這種差異的主要原因。

不寧腿症候群必要診斷準則

- 1.腳部有想移動的衝動，通常合併有下肢不舒服的感覺或由下肢不舒服的感覺所造成（有時候僅有想移動的衝動並沒有不舒服的感覺，有時候除了腳部之外也合併手臂或身體其他部位）。
- 2.在休息或不活動時（如躺下或坐下），想移動的衝動或不舒服的感覺便開始出現或惡化。
- 3.當下肢移動後（如走路或伸展），想移動的衝動或不舒服的感覺可部分或全部緩解；至少在下肢活動持續期間會有此效應。
- 4.想移動的衝動或不舒服的感覺，在傍晚或晚上時比白天嚴重（當症狀很厲害時，晚上加重之現象也許並不明顯，但之前一定存在過）。

病理生理機轉

造成不寧腿症候群的病理生理機轉目前並不完全了解。缺鐵與多巴胺系統功能不良是大多數學者接受的兩大假說。不寧腿症候群病人在服用左多巴或是多巴胺促進劑時可得到很好的療效，所以幾乎所有學者都同意多巴胺系統的失常是造成此病最重要的原因，但在腦中實際的致病位置仍未有明確的證據。此外，臨床與影像學的研究也發現，缺鐵可能是造成不寧腿症候群一個相當重要的原因。在貧血、慢性腎衰竭、與懷孕的族群，不寧腿症候群的盛行率較高。然而鐵也是多巴胺系統重要的輔助因子（cofactor），也會間接造成多巴胺系統功能不良。此致病的機轉的假說仍有其他爭議，例如並非所有病人的血中鐵濃度都偏低，也不是所有缺鐵的病患都有不寧腿症候群，而且多數病人在服用多巴胺治療後，不寧腿的症狀雖能緩解，卻常未能完全消失。另一說法為下視丘後方的 A11 區域是多巴胺系統與脊髓連結的最重要一個位置，若功能不良可能造成周邊訊息無法篩選阻隔，而造成進一步的中樞活化現象。根據此假說，多巴胺受體本身功能不良可能是造成此病的主因，而缺鐵則只是加重疾病嚴重度的因素之一。

共病症與合併症

不寧腿症候群是造成睡眠障礙的主要原因之一，病患在晚上休息時不斷因腿部不適所苦，也同時造成入睡的困難。而且，罹患此病的病患中有許多人同時伴有周期性肢體抽動

(periodic leg movement disorder) 的問題，常在睡眠時因肢體抽動而造成睡眠的中斷。根據 Allen P. Richard 等人的研究，不寧腿症候群也造成病患較多的情緒問題與較差的生活品質。除此之外，最近更有研究指出不寧腿症候群會增加心血管疾病的機會。因此，及時的診斷與適當的治療才能夠適時的改善病患的健康與睡眠。

不寧腿症候群與偏頭痛

根據長庚醫院在台灣所做的流行病學調查，不寧腿症候群的盛行率約為 1.57%，而在台北榮總所做的偏頭痛病患合併不寧腿症候群的發生比例卻超過 10%。此研究結果與國外的發現相同，即偏頭痛病患罹患不寧腿症候群的機會較一般人高。目前兩者之間致病機轉的相關性仍然不清楚。一般偏頭痛被認為與多巴胺過度敏感有關，與不寧腿症候群的致病機轉多巴胺系統功能不良正好相反。也因此，目前的研究結果也令人重新思考多巴胺在偏頭痛致病機轉上所扮演角色。

結論

即使目前對於偏頭痛與不寧腿症候群之間仍有許多未解的問題。在臨床上，偏頭痛病患也常同時合併情緒問題與睡眠障礙。因此，不寧腿症候群似乎在偏頭痛病患的共病症上扮演了重要的角色，值得我們在臨床診治病患時細心留意。而不寧腿症候群的治療也可能讓偏頭痛病患的睡眠情況改善，而是否能使頭痛控制進步，就需要更進一步的研究。

研討會訊息

★2009 年學術專題研討會暨第二屆第二次會員大會

頭痛基礎臨床大融合 Headache studies: from bench to bedside

【會前會】

時間：2009 年 10 月 24 日(星期六) PM 16:00 ~ PM 17:50

地點：台北福華文教會館一樓前瞻廳

16:00 ~ 16:05	Opening Remarks 歡迎辭	王署君 理事長 (陽明大學)
座長：王署君 理事長(陽明大學)		
16:05 ~ 16:45	Reversible cerebral vasoconstriction syndrome studies in France 法國可逆性腦部血管收縮症候群研究	Prof. Anne Ducros (Hopital Lariboisiere, Paris, France)
16:45 ~ 17:25	Reversible cerebral vasoconstriction syndrome studies in Taiwan 台灣可逆性腦部血管收縮症候群研究	陳世彬 醫師 (台北榮民總醫院)
17:25 ~ 17:45	Questions and Answers 問題與討論	全體
17:45~ 17:50	Closing Remarks 閉幕辭	王署君 理事長 (陽明大學)

18:15~ 20:30	Banquet 晚宴	全體
--------------	------------	----

【2009 年學術專題研討會暨第二屆第二次會員大會】

時間：2009 年 10 月 25 日(星期日) AM 09:30 ~ PM 16:00

地點：台北福華文教會館一樓前瞻廳

時間	題目	主講人	座長
09:30~09:40	Opening Remarks 開幕辭	王署君 理事長 (陽明大學)	
09:40~10:10	Physical therapy for myofacial pain from suboccipital muscles among headache patients 頭痛病人下枕骨肌肉痛的物理治	王淑芬 教授 (台灣大學)	孫維仁 教授 (台大醫院)
10:10~10:50	Familial hemiplegic migraine 家族性偏癱偏頭痛	Prof. Anne Ducros (Hopital Lariboisiere,	王署君 理事長 (陽明大學)
10:50~11:10	<i>Refreshment Break 中場休息</i>		
11:10~11:40	Animal study of migraine 偏頭痛動物實驗	于生元 教授 (中國人民解放軍總醫院)	王署君 理事長 (陽明大學)
11:40~12:10	Complications of low pressure headache 低腦壓頭痛併發症	王巖鋒醫師 (台北榮民總醫院)	傅中玲 教授 (台北榮民總醫院)
12:10~13:45	<i>Lunch Break 午餐</i>		
13:45~14:15	Chronic daily headaches in adolescents 青少年慢性每日頭痛	王署君 教授 (陽明大學)	吳進安副院長 (關渡醫院)
14:15~14:45	Update of migraine treatment 偏頭痛治療新知	廖翊筑 醫師 (台中榮民總醫院)	王博仁 (台南活水診所)
14:45~15:15	Case studies and discussion I 病例討論 I	陳盈助 醫師 (潭子慈濟醫院)	蔡景仁教授 (成大醫院)
15:15~15:45	Case studies and discussion II 病例討論 II	黃子洲 醫師 (台南活水診所)	陳威宏 主任 (新光醫院)
15:45~15:55	第二屆第二次會員大會	台灣頭痛學會會員	
15:55~16:00	Closing Remarks 閉幕辭	王署君 理事長 (陽明大學)	

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