

## 2024 第三屆台灣頭痛學會頭痛大師課程摘要及心得

### 課程內容摘要 奇美醫院神經內科 留維廷醫師

1. 再次強調 Migraine 診斷的重要性，包含典型的症狀以及其他類型的偏頭痛 (Migraine with brainstem aura, hemiplegic migraine, and retinal migraine)，另外也很重要的事情是 migraine comorbidities 包含 anxiety/depression/panic attacks, vascular events, and restless leg syndrome。
2. Migraine 治療方面，除了常用的 acute management, 以及 preventive management 之外，特別強調 medication overuse headache 的治療，甚至是收治住院時機，以及住院後可使用的針劑藥物和治療建議 (可考慮 Novamin + Vena + PRN Ketorolac --> MgSO4/Valproic acid --> Steroids)。
3. Migraine 除了 pharmacological treatments 之外，還有 Nonpharmacological treatments，這次主要放在 neuromodulation device，台灣目前只有 e-TNS (如 Cefaly)，可以讓病人有除了藥物以外的選擇。(編按: 目前也有一些醫師提供 r-TMS 於頭痛病人的治療)
4. 針對 frequent episodic migraine 或是 chronic migraine (編按: 目前臺灣健保僅核准慢性偏頭痛使用)，有兩大終極武器 Anti-CGRP monoclonal antibodies 還有肉毒桿菌 (Botox) 注射，需熟知使用劑量以及適用的族群
5. 關於 Secondary headache，病史詢問很重要，除了以前學習的 SNOOP4 之外，也建議熟悉 ICHD-3 一些重要的 primary headache，如果有不太典型的症狀出現，應該考慮做影像學的檢查，例如 thunderclap headache，最少要做 CT(A), CSF，如果有 MRI with contrast/MRA/MRV 等更好。
6. 關於 unilateral headache，trigeminal neuralgia 和 trigeminal autonomic cephalgia 為兩個主要的診斷，需要根據症狀進行鑑別，trigeminal neuralgia 通常以 V2, V3 distribution，一定要有 trigger zone，且有 refractory period，可以有 autonomic features，相反的 TAC 以 V1, V2 為主，一定有 autonomic features，可以有 trigger，但沒有 refractory period. TAC 又可以根據發作時間以及頻率分為 SUNCT/SUNA, Paroxysmal hemicrania, Cluster headache, 以及 Hemicrania continua.
7. 另外，不管是 TN，或是 TAC 都應該排影像排除 secondary 原因，可以考慮 MRI with contrast，如果可以細切 sella region 更棒。

8. Other primary headache disorder，也需要熟知其中的特徵，很大一部份被診斷為這一類疾病的人，背後可能藏著一個 secondary cause，言下之意就是也是需要影像來排除。

## 學習心得(一) 台中榮民總醫院神經內科 章國政醫師

致大師學院堅強的講師群與辛苦的工作團隊：

自從大師學院開辦以來，就從身邊許多同事及學長姐口中聽聞頭痛大師學院的豐富和精實，對於台灣有志投身於頭痛診療的神經科醫師來說，每年舉辦的大師學院，也逐漸成為頭痛學會年會之外的另一件大事。

通過專科考試之後，雖然次專科選擇了腦血管和神經介入領域，但是就像所有新科神經科醫師一樣，門診最常收到的病患主訴還是頭痛，一開始門診病人少所以就算問診的技巧不夠嫻熟，也能花費更多的會談時間來勤能補拙。但是隨著因應醫中計畫被派往埔里分院，患者人數陡增，看診時間被壓縮，病患的文化和表達能力與都會區的病人有很大的差異，更是令我深感頭痛診療能力的不足，為了改善自己頭痛相關的臨床能力和學術儲備，我報名了第三屆的頭痛大師學院。老實說，現在想起來，這大概是我最近做過最棒的投資了。

能夠參加大師學院對我來說就是一種肯定，因為前幾屆的活動有了卓著的口碑，這一屆的報名人數創下新高，所以通過海選對於我這樣的新人專科醫師就是不小的鼓勵。在楊鈞百理事長和所有講師群的悉心安排之下，兩天的學程非常緊湊，lectures 課程就像傳授內功心法，帶領我們把過往片段的知識串連起來，從偏頭痛的診斷、共病症（特別是王秘書長反覆強調的精神共病症）、口服藥物治療、CGRP 單株抗體和非藥物治療，再到三叉自律神經痛、高低腦壓頭痛及顱神經頭痛的大回顧，真的就像武學大師們帶領我們將頭痛內力沿著全身奇經八脈游走一遍。經歷 lectures 的知識大補帖之後，case-based learning 環節更是讓我們透過團隊合作共同將學術理論實踐在臨床診療上，除了增加熟練度，更是個結交各地頭痛同好醫師的好機會。

參加完大師學院之後，隔天又從繁華的台北回到偏遠的埔里山城繼續看診，但是明顯感受到在診療頭痛病患的信心大增，面對頭痛病患時，也更能辨認出同一種頭痛疾病（如偏頭痛）不同患者之間的臉譜差異，並且因人而異調整用藥；獲得局部注射治療的技能之後，我也更能幫助那那些因藥物反應不佳而令我感到困擾的病人們。

最後，我很榮幸能參加並且在評分階段獲得第一名的殊榮，但是我認為在頭痛的診療領域我還只是個初心者，如果真的要頒發第一名或者金獎的獎牌，我覺得最應該獲得獎牌的其實是由楊理事長帶領的堅強導師團隊，感謝他們每年舉辦優秀的大師學程，讓我們這些剛踏出新手村的頭痛冒險者，能夠站在巨人泰斗們的視角，去詳細解析並戰勝頭痛。

## 學習心得(二) 龍群骨科診所 黎冠青醫師

今年三月初參加了頭痛大師學院的課程，很開心可以報名到。拿到專科之後就到基層工作的我，其實對於門診的經驗仍不多、信心不足，能有這個機會跟各位先進好好學習真的是十分難得，收穫良多。

其實這是一堂非常實用的課程，比起學理其實花更多時間琢磨在臨床上，上午的大堂課喚醒了考試時候的記憶，把許多常見一直到罕見的頭痛可能診斷都複習了一遍。每個講師的節奏都控制得很好，內容十分紮實緊湊。

我感到最受用的是下午時段的 **case-based learning**，透過小組分組來研究不同的 **case**，並透過問答的方式來達到上午知識的複習，這樣的學習可以讓人很快速地將學過的東西連結起來。我也透過老師們 **case** 的敘述中，了解了他們病歷的書寫方式、思考的邏輯架構，延伸而出的小組問答也是我很喜歡的一個環節，更能發現到不同診斷中間的差異。而且因為人數少，可以直接提問和老師們對話討論，很有趣且生動的學習過程。

慢性頭痛的病人常常會伴有身體和心靈上的問題，常常在診間會看到這種多重抱怨、愁眉苦臉的病人、飽受慢性疼痛所苦，而這次的分組討論中有一個段落是講到 **fibromyalgia** 的病人，透過病史一痛二累三失眠的口訣、透過問卷，期許自己能這樣系統性地來分析看似不理性的病人的狀況，也希望自己能熟習多元化的治療方式，從藥物、注射一直到穿戴裝置等等，並且有信心的在診間幫助這些辛苦憂鬱的病人。

## 學習心得(三) 彰化基督教醫院 神經內科 周鴻杰 醫師

頭痛是我在住院醫師訓練過程中，經常遇到的會診主訴，我通常會將重點放在續發性頭痛上，使用 **SNOOP4** 口訣快速檢視我擔心的疾病，目的是盡可能避免漏掉嚴重且可治療的頭痛。然而，排除續發性頭痛後，下一步該怎麼做，才能更好解決患者的問題呢？一直是我心裡的疑問。

之前有聽過科內學長的分享，得知頭痛大師學院是一個很棒的課程，內容兼顧學術與臨床的需求。但學長忘了提醒我，這個會議很熱門，報名要趁早！當我得知這課程資訊時，第一階段的報名已經截止。這個經歷讓我明白，平時應該養成瀏覽學會網站的習慣，或者乾脆加入學會就能得到課程第一手的消息，以免錯過活動。幸運的是，今年的活動提供了第二次報名的機會，讓我有機會參加精進評估與處置頭痛的能力。

第一天上午的主軸是偏頭痛，課程安排的十分好吸收。對於頭痛還看不夠多的我來說，不論是楊鈞百理事長看頭痛的 4 個原則，還是陳韋達醫師提供看偏頭痛的 3 軸分析法，對我來說都十分的受用。搭配著學會精心安排的課程內容，將一個一個的知識點累積起來，讓我有能力用結構性的方式去處理患者的問題。中午的知識問答，也很有樂趣，邊吃美食邊複習上午的課程，將學習的負擔降到最低。下午的課程有四個臨床的個案，都不是很單純的偏頭痛的案例，涵蓋許多臨床常見的問題，如有身心科共病，慢性偏頭痛，懷孕期偏頭痛，藥物過度使用性頭痛。透過師長們的經驗分享，一步一步帶我思考，透過解決這些問題的過程，除了更新知識外，也學到許多處理患者頭痛的技巧。

下午參加的肉毒桿菌治療慢性偏頭痛課程，是我特別期待的一環。這次是我第一次有系統性地學習使用肉毒桿菌注射進行治療，包括藥物的準備與操作細節，以及每個注射點的注意事項和正確角度，王嚴鋒醫師都十分細心地講解，內容清晰易懂。此外，主辦單位還貼心地提供了頭部模型，方便我們實操練習，辨識注射部位。透過模具的學習，讓我印象更加深刻，若過程中遇到任何疑問，還可以即時向導師請教，非常有效率的學習這項治療。

在一天緊湊課程的最後，是王署君教授畫龍點睛的演講，他將多年來的經驗，用三個有趣的個案在學員面前呈現。讓我體會到病史詢問的重要性，好的病史詢問可以免去許多無謂的檢查，做到對症下藥。此外也意識到過往自己看病，太著重於續發性頭痛，原發性頭痛才是大多數門診患者的問題來源。

第二天的課程從三叉自律神經頭痛，雷擊性頭痛，腦壓變化相關頭痛，三叉神經痛，依次的介紹。這些頭痛有許多與偏頭痛不同的特色，但因為發生率不高，在平常並非十分的常見，透過師長案例分享的方式，一口氣聽了許多的案例，學習到診斷與治療方面的技巧，相當的充實。第二天的案例學習，有別於前一天的課程，設計許多環環相扣的問題來讓學員搶答，過程十分刺激。在時間的壓力下，偶有回答錯誤的題目，經過師長的解析後，更是讓我印象深刻。這些回饋都是十分寶貴的經驗，大大提升我鑑別診斷與治療的能力。

最後，感謝主辦單位的細心籌備。會場的交通非常便利，對在中部工作的我來說相當方便。記得開幕那天，天氣略帶小雨，氣溫偏低，但主辦單位貼心提供的熱咖啡既提振我的精神，又驅散初春的涼意。此外，晚宴的餐點十分豐盛，能與來自各地對頭痛有興趣的前輩同好們進行交流學習，讓我擁有一個難忘的美好夜晚。