

作成番号:0259

一般社団法人 日本侵襲医療安全推進啓発協議会 「会員向けメールマガジン」

号数:2025-259

\*\*\*\*\*

内容:片頭痛に原因となる食べ物がある？

出典:Food as migraine trigger

Laeknabladid. 2024 Dec;110(12);564-570.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39620344/>

\*\*\*\*\*

片頭痛は、激しい頭痛と一時的な運動および感覚障害を呈する神経疾患で、その誘因には、内的および外的因子が関連している。片頭痛患者の中には、特定の食品摂取により発作が発現するとされている。アイスランド・Landspítali National University Hospital の研究者らは、アイスランドにおける片頭痛の症状と特定の食品摂取との関連を調べ、Laeknabladid 誌 2024 年 12 月号に報告した。

アイスランドの Facebook グループ「Migreni」メンバー (Facebook 群) 395 人 (回答率: 19.6%) および神経内科医から治療を受けている患者 (神経内科治療群) 108 人 (回答率: 65%) を対象に、電子アンケートを実施した。アンケートでは、特定の食品が片頭痛発作の引き金となる可能性があると思うかを調査した。参加者 466 人中 354 人 (76%) は、特定の食品摂取により片頭痛を引き起こすことが「頻繁にある」または「常にある」と回答した。この割合は、Facebook 群のほうが神経内科医治療群よりも高かった (78% vs. 66%、 $p=0.007$ )。最も一般的な食物関連の引き金は、赤ワインおよび食事を抜くこと (空腹) であり、50% 以上で「頻繁にある」または「常にある」と回答した。その他の食物関連因子として、白ワイン、リコリス、燻製肉などが報告された。

