

HPVワクチン接種再開に伴い 安心して接種できる 環境づくりを目指して

岡山大学病院運動器疼痛センター 副センター長
鉄永 倫子

慢性疼痛とは

慢性疼痛とは、国際疼痛学会で、「不快な感覚および情動体験、あるいはそれに似た不快な感覚および情動体験治療に要すると期待される時間の枠組みを超えて持続する痛み」と定義され、約 2,700 万人の若い世代から高齢の方々が長引く痛みでお困りです。慢性疼痛は、「侵害受容性」、「神経障害性」、「心理社会的」な要因が複雑に絡み合い、また、最近では、痛覚変調性疼痛という侵害受容器を異常に興奮させるような神経損傷やその周囲の組織へのダメージ、神経伝導路の異常がないにもかかわらず、痛みの知覚異常・機能の変化によって生じる痛みも第四の痛みとして認知されています。

HPV ワクチン接種後の痛みが出にくい状況にすることは、ファーストコンタクトの医師の方々や看護師さんの力が必要となります。つまり、接種を受けるご本人やご家族がワクチンの意味を理解し接種する環境を作ることで痛みの要因を減らすことができます。

痛みの悪循環とは

通常、私たちが痛みを体験すると、それによる不安や恐怖心を抱かなくて済む思考や認識下では、その痛みに対峙し、回復に向かうことになります。しかし、そうでない場合、特に慢性疼痛患者においては何らかの原因で生じた痛みに対峙できず、ネガティブな思考や破局的思考 (catastrophizing) に陥ってしまい、思考だけでなく、行動までもがネガティブになってしまいます¹⁾。そして、その思考のもと、不安や恐怖心は増長し、活動を制限して様々な行動を避けるようになり、その結果、身体活動性の低下、すなわち不活動状態に陥り、抑うつ症状も増悪し、ADL や QOL の低下といった能力障害も顕著になり、ひいてはこれらのことが痛みの増悪や新たな痛みの発生といった悪循環を形成してしまいます。

一方、このような慢性痛の悪循環をリハビリテーションの視点から断ち切るためには、特に不活動の問題に焦点をあて、アプローチすることが重要です (図 1)。

HPV ワクチン接種後疼痛患者に関する調査結果では

厚生労働省科学研究の慢性の痛み診療の基盤となる情報の集約とより高度な診療の為の医療システム構築に関する研究班 19 施設の患者数 204 例 (平成 25 年 6 月～平成 26 年 11 月)、平均年齢 17.3 歳 (13～46 歳)、サーバリックス 137 例、ガーダシル 52 例、不明 15 例の調査結果を示します。疼痛は頭痛が最も多く 92 例、その次が膝痛 68 例で、注射部位の持続的な痛みは 3 例でした。痛み以外の症状も多く存在し、全身倦怠感を 119 例、たちくらみを 110 例、朝起き不良で午前中不調を 102 例、めまいを 91 例、睡眠障害を 83 例に認めました。血液検査や画像検査で明確な異常所見はみられないケースが大多数で、器質的な異常を示唆する所見は乏しく、不登校を 100 例に認めました。状態に対する理解が得られ、不安が改善すると痛みも改善に向かい、痛みが外因によって生じた短絡的に考えないように親と子に教育することが大切でした。

原因不明の痛みに対する初診時の対応について

信頼関係の構築として、話を聴く、患者自身の考えや感情に関心を向ける、共感を示す、痛い部位を十分に診察する、非現実的な期待を信頼と混同しないことや痛みは確かに存在する、患者の責任ではない、よく努力してきた、良くなるちからを持っている、医学的に了解可能であることを保証します。

例えば、「HPV ワクチンが原因で痛みが起こっているのかは不明です。痛みの原因も現時点では不明です。」「痛みが外的要因によって起こっていると考えると、痛みが慢性化しやすいことが分かっているので、まずは痛みがワクチンのせいであると考えないようにしましょう。」「日常生活のリズムを整

図 1 慢性疼痛の悪循環— fear-avoidance モデル—

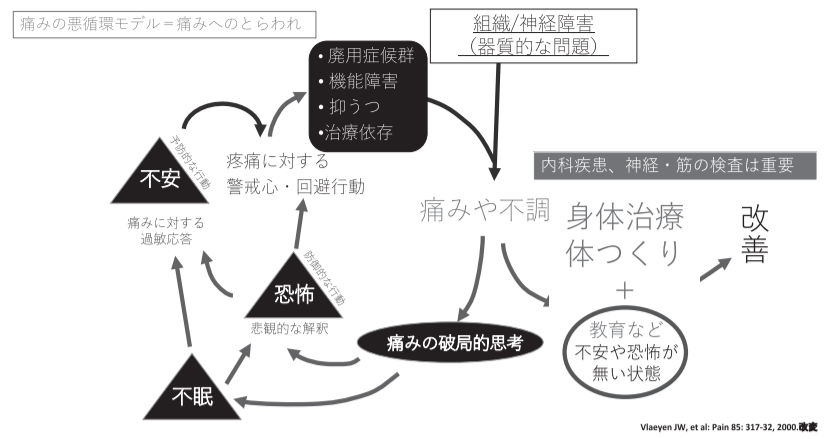
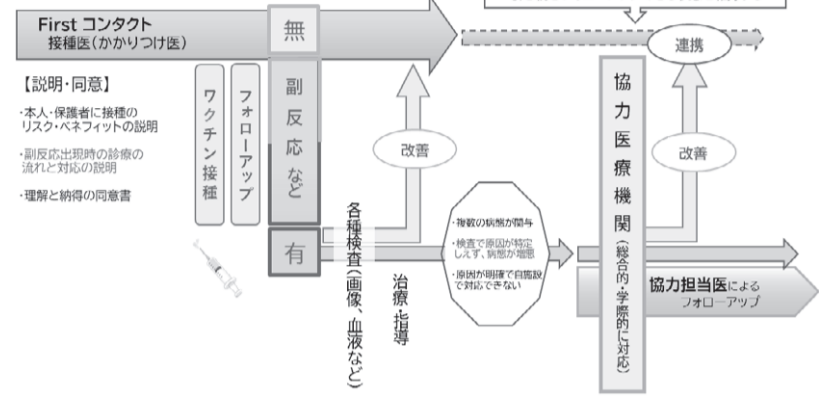


図 2 診療のフロー



えて、痛みがあっても出来ることを一つずつ増やしていきましょう。この姿勢は慢性痛を改善させることが証明されています。」というようにアドバイスいただけたらと思います。

接種前のリスク軽減のため安心して接種を受けられるためのチェックポイント

HPV ワクチン接種予診票に加えて、接種前のリスク軽減を目指し安心して接種を受けるためのチェックポイントとして、本人に話しかけながら以下を確認いただけたらと思います。

今日受ける予防接種についての説明文やリーフレットを読み、次のことを理解しましたか

- ①このワクチンは子宮頸がんを予防する効果が確認されていること (はい、いいえ)
 - ②数日間、注射部位の痛みや腫れ、赤み、発熱などがみられることがあること (はい、いいえ)
 - ③体の痛みやしびれ、だるさなどの異常が続く時は、接種医師などに相談できること (はい、いいえ)
 - ④これまでに予防接種を受けて具合が悪くなったことはありますか (はい、いいえ)
- はい、の場合 予防接種名 ()
症状を詳しく書いてください ()
- ⑤今日の予防接種について心配なことや質問がありますか (はい、いいえ)
- はい、の場合は詳しく書いてください ()

HPV ワクチン接種後に生じた症状に関する診療マニュアルのご紹介

日本いたみ財団のホームページで、HPV ワクチン接種後に生じた症状に関する診療マニュアルが医療者向けでダウンロード可能となっています²⁾。診療体制の強化・構築は、HPV ワクチン接種再開に伴い安心して接種できる環境づくりのためには必須であり、ご一読いただき診療の補助となりましたら幸いです (図 2)。

参考文献

- 1) Vlaeyen JW and Linton SJ. Fear-avoidance and its consequences in chronic musculoskeletal pain: a state of the art. *Pain* 2000; 85: 317-332.
- 2) 一般財団法人日本いたみ財団ホームページ <http://nippon-itami.org>