

慢性疼痛診療 ガイドライン

監修：厚生労働行政推進調査事業費補助金
(慢性の痛み政策研究事業)
「慢性疼痛診療システムの均てん化と痛み
センター診療データベースの活用による
医療向上を目指す研究」研究班

編集：慢性疼痛診療ガイドライン
作成ワーキンググループ

全日本鍼灸学会
日本運動器疼痛学会
日本口腔顔面痛学会
日本頭痛学会
日本線維筋痛症学会
日本疼痛学会
日本ペインクリニック学会
日本ペインリハビリテーション学会
日本慢性疼痛学会
日本腰痛学会

真興交易(株)医書出版部

慢性疼痛診療ガイドライン

目 次

序 文	3
はじめに	5
本ガイドラインの作成方法	7
目 次	10
執筆者一覧	16
A. 総 論	21
CQ A-1: 慢性疼痛とはどのような病態 (定義) か?	22
CQ A-2: 慢性疼痛にはどのような分類があるか?	22
CQ A-3: 慢性疼痛を有する患者の特徴は?	24
CQ A-4: 慢性疼痛治療における目的と最終目標は?	25
CQ A-5: 慢性疼痛治療にプラセボ効果はあるのか?	26
B. 診断・評価	29
CQ B-1: 慢性疼痛の診断・評価に関する注意点は?	30
CQ B-2: 慢性疼痛の診断・評価に関する検査には何があるか?	31
CQ B-3: 身体機能・活動の定量的評価は慢性疼痛の病態評価に有用か?	32
CQ B-4: 定量的感覚検査 (QST) は慢性疼痛の病態評価に有用か?	33
CQ B-5: サーモグラフィは慢性疼痛の評価に有用か?	34
CQ B-6: 慢性疼痛のバイオマーカーとして有用な検査はあるか (脳機能, 脳血流, 血液, 唾液, 髄液など)?	35
CQ B-7: 慢性疼痛の診断・評価に関する評価票には何があるか?	36
CQ B-8: 痛みの強さの評価は慢性疼痛に有用か?	36
CQ B-9: 神経障害性疼痛の評価は慢性疼痛に有用か?	39
CQ B-10: ADL/QOL の評価は慢性疼痛に有用か?	40
CQ B-11: 心理社会的評価は慢性疼痛に有用か?	41
C. 薬物療法	47
CQ C-1: 非ステロイド性抗炎症薬 (NSAIDs) は慢性疼痛に有用か?	50

CQ C-2: アセトアミノフェンは慢性疼痛に有用か？	51
CQ C-3: ワクシニアウイルス接種家兎炎症皮膚抽出液は慢性疼痛に有用か？	53
CQ C-4: Ca ²⁺ チャネル $\alpha_2\delta$ リガンドは慢性疼痛に有用か？	54
CQ C-5: 抗てんかん薬（カルバマゼピン, パルプロ酸ナトリウム）は慢性疼痛に有用か？	57
CQ C-6: デュロキセチンは慢性疼痛に有用か？	58
CQ C-7: 三環系抗うつ薬は慢性疼痛に有用か？	60
CQ C-8: 抗不安薬（ベンゾジアゼピン系薬物）は慢性疼痛に有用か？	61
CQ C-9: 中枢性筋弛緩薬（チザニジン, エベリゾン）は慢性疼痛に有用か？	62
CQ C-10: ترامadolは慢性疼痛に有用か？	64
CQ C-11: ブプレノルフィン貼付薬は慢性疼痛に有用か？	65
CQ C-12: オピオイド鎮痛薬〔強度〕は慢性疼痛に有用か？	67
CQ C-13: 漢方薬は慢性疼痛に有用か？	68

D. インターベンショナル治療 (神経ブロック) 75

CQ D-1: 硬膜外ブロックは慢性疼痛に有用か？	76
CQ D-2: 神経根ブロック・経椎間孔ブロックは慢性疼痛に有用か？	78
CQ D-3: 椎間関節ブロック・後枝内側枝ブロックは慢性疼痛に有用か？	80
CQ D-4: 星状神経節ブロックは慢性疼痛に有用か？	82
CQ D-5: 交感神経節ブロックは慢性疼痛に有用か？	83
CQ D-6: トリガーポイント注射は慢性疼痛に有用か？	86
CQ D-7: 高周波熱凝固 (RF) を用いた神経ブロックは慢性疼痛に有用か？	87
CQ D-8: パルス高周波法 (PRF) を用いた神経ブロックは慢性疼痛に有用か？	89
CQ D-9: 関節内注射は慢性疼痛に有用か？	91

E. インターベンショナル治療 (低侵襲手術・整形外科治療) 101

CQ E-1: 脊髄刺激療法 (SCS) は難治性慢性疼痛に有用か？	102
CQ E-2: 椎間板内治療は慢性疼痛に有用か？	103
CQ E-3: スプリングガイドカテーテル, エピドラスコピーは慢性腰下肢痛に有用か？	105
CQ E-4: 脊椎固定術は脊椎疾患に伴う慢性疼痛に有用か？	107
CQ E-5: 手術療法は絞扼性末梢神経障害に伴う慢性疼痛に有用か？	108

F. 心理的アプローチ	115
CQ F-1: 心理教育は慢性疼痛に有用か?	116
CQ F-2: 行動療法は慢性疼痛に有用か?	116
CQ F-3: 認知行動療法は慢性疼痛に有用か?	117
CQ F-4: マインドフルネスは慢性疼痛に有用か?	118
CQ F-5: アクセプタンス&コミットメント・セラピーは慢性疼痛に 有用か?	119
CQ F-6: 催眠療法は慢性疼痛に有用か?	121
CQ F-7: 自律訓練法は慢性疼痛に有用か?	122
CQ F-8: 漸進的筋弛緩法は慢性疼痛に有用か?	123
G. リハビリテーション	127
CQ G-1-1: 一般的な運動療法は慢性疼痛に有用か?	128
CQ G-1-2: モーターコントロールエクササイズ (MCE) は慢性疼痛に 有用か?	128
CQ G-1-3: 神経科学に基づくリハビリテーション (ニューロリハビリテーション) は慢性疼痛に有用か?	130
CQ G-1-4: 認知行動療法, 患者教育, 作業療法を組み合わせた 運動療法は慢性疼痛に有用か?	131
CQ G-2: マインド-ボディエクササイズ (ヨガ・ピラティス・太極拳 など) は慢性疼痛に有用か?	133
CQ G-3: 物理療法は慢性疼痛に有用か?	134
CQ G-4: 徒手療法は慢性疼痛に有用か?	135
CQ G-5-1: 頸椎カラーは慢性疼痛に有用か?	136
CQ G-5-2: 腰部固定帯は慢性腰痛に有用か?	137
CQ G-5-3: 膝装具は変形性膝関節症による慢性膝関節痛に有用か?	138
H. 統合医療	141
CQ H-1: 鍼灸治療は慢性疼痛に有用か?	142
CQ H-2: マッサージは慢性疼痛に有用か?	143
I. 集学的治療	147
CQ I-1: 集学的治療の定義は?	148
CQ I-2: 集学的治療に含まれる個々のアプローチ (治療介入) は?	149
CQ I-3: 慢性疼痛に対する集学的治療のチームのスタッフ構成は? また, スタッフの役割は?	150
CQ I-4: 集学的治療は慢性疼痛に有用か?	153
CQ I-5: 慢性疼痛に対する集学的治療の費用対効果についてのエビデンス にはどのようなものがあるか?	155

J. 慢性腰痛	161
CQ J-1: 腰痛の定義はどのようなものか?	162
CQ J-2: 腰痛はどのような病態か?	163
CQ J-3: 慢性腰痛は生活習慣と関係があるか?	163
CQ J-4: 慢性腰痛は職業と関係があるか?	164
CQ J-5: 慢性腰痛は心理社会的因子と関係があるか?	165
CQ J-6: 慢性腰痛を評価する際、重要な項目は何か?	166
CQ J-7-1: セロトニン・ノルアドレナリン再取り込み阻害薬 (SNRI) は慢性腰痛に有用か?	168
CQ J-7-2: トラマドールは慢性腰痛に有用か?	169
CQ J-7-3: 非ステロイド性抗炎症薬 (NSAIDs) は慢性腰痛に有用か?	169
CQ J-8: 運動療法は慢性腰痛に有用か?	170
CQ J-9: 患者教育および心理行動学的アプローチは慢性腰痛に有用か?	171
K. 変形性膝関節症	179
CQ K-1: 変形性膝関節症はどのような疾患か?	180
CQ K-2: コンドロイチンとグルコサミンは変形性膝関節症に有用か?	181
CQ K-3: ヒアルロン酸関節内注射は変形性膝関節症に有用か?	182
CQ K-4: 人工膝関節置換術は保存療法が無効で病期が進行した変形性膝関節症に有用か?	183
L. 肩こり	187
CQ L-1: 肩こりはどのような病態か?	188
CQ L-2: 肩こりの診断・評価で有用な項目は何か?	188
CQ L-3: 薬物療法は肩こりに有用か?	189
CQ L-4: インターベンショナル治療は肩こりに有用か?	190
CQ L-5: 肩こりの非薬物・非侵襲療法で有用な治療法は何か?	191
CQ L-6: 肩こりの予防に有用な方法はあるか?	191
M. 口腔顔面痛	195
CQ M-1: 慢性口腔顔面痛の分類は?	196
CQ M-2-1: 三叉神経痛はどのような病態か?	196
CQ M-2-2: 三叉神経痛の診断のアルゴリズムは?	197
CQ M-2-3: 薬物療法は三叉神経痛に有用か?	198
CQ M-2-4: 薬物療法以外の治療法は三叉神経痛に有用か?	201
CQ M-3-1: 口腔灼熱痛症候群とはどのような疾患か?	202

CQ M-3-2: 口腔灼熱痛症候群の診断のアルゴリズムは？	203
CQ M-3-3: 薬物療法は口腔灼熱痛症候群に有用か？	204
CQ M-3-4: 薬物療法以外の治療法は口腔灼熱痛症候群に有用か？	205
CQ M-4-1: 持続性特発性歯痛とはどのような病態か？	206
CQ M-4-2: 持続性特発性歯痛の診断のアルゴリズムは？	207
CQ M-4-3: 薬物療法は持続性特発性歯痛に有用か？	208
CQ M-4-4: 薬物療法以外の治療法は持続性特発性歯痛に有用か？	209
N. 頭 痛	213
CQ N-1: 頭痛はどのように分類されるか？	214
CQ N-2: 危険な頭痛はどのように鑑別するか？	215
CQ N-3: 薬剤の使用過多による頭痛（薬物乱用頭痛：MOH）の診療のアルゴリズムは？	217
CQ N-4-1: 抗 CGRP 抗体薬・抗 CGRP 受容体抗体薬は慢性片頭痛の予防に有用か？	219
CQ N-4-2: 経口薬は慢性片頭痛の予防に有用か？	220
CQ N-5-1: 非侵襲的（経皮的）迷走神経刺激療法は慢性群発頭痛に有用か？	221
CQ N-5-2: 経頭蓋磁気刺激は慢性片頭痛、慢性緊張型頭痛に有用か？	221
CQ N-5-3: 鍼灸は慢性片頭痛、慢性緊張型頭痛に有用か？	222
O. 帯状疱疹関連痛	227
CQ O-1: 帯状疱疹とはどのような病態か？	228
CQ O-2: 帯状疱疹関連痛にはどのような分類があるか？	228
CQ O-3: ワクチン接種は帯状疱疹や帯状疱疹後神経痛の予防に有用か？	228
CQ O-4: 帯状疱疹発症後の抗ウイルス薬投与は帯状疱疹後神経痛の予防に有用か？	230
CQ O-5-1: プレガバリンは帯状疱疹後神経痛に有用か？	231
CQ O-5-2: ガバペンチンは帯状疱疹後神経痛に有用か？	232
CQ O-5-3: ミロガバリンは帯状疱疹後神経痛に有用か？	232
CQ O-5-4: アミトリプチリンは帯状疱疹後神経痛に有用か？	233
CQ O-5-5: ノルトリプチリンは帯状疱疹後神経痛に有用か？	234
CQ O-5-6: トラマドールは帯状疱疹後神経痛に有用か？	234
CQ O-6: 帯状疱疹発症早期の神経ブロック療法は帯状疱疹後神経痛の予防に有用か？	235
CQ O-7-1: 神経根パルス高周波法は帯状疱疹関連痛に有用か？	236
CQ O-7-2: 末梢神経パルス高周波法は帯状疱疹関連痛に有用か？	237
CQ O-8: 脊髄刺激療法（SCS）は帯状疱疹後神経痛に有用か？	237

P. 有痛性糖尿病性末梢神経障害	243
CQ P-1: 有痛性糖尿病性末梢神経障害とはどのような病態か?	244
CQ P-2: 有痛性糖尿病性末梢神経障害の症状は?	244
CQ P-3: 有痛性糖尿病性末梢神経障害の診断は?	245
CQ P-4-1: 血糖コントロールは有痛性糖尿病性末梢神経障害の症状緩和 に有用か?	247
CQ P-4-2: 血糖コントロールは有痛性糖尿病性末梢神経障害の予防に 有用か?	247
CQ P-5-1: Ca ²⁺ チャネル $\alpha_2\delta$ リガンドは有痛性糖尿病性末梢神経障害 に有用か?	248
CQ P-5-2: セロトニン・ノルアドレナリン再取り込み阻害薬は 有痛性糖尿病性末梢神経障害に有用か?	249
CQ P-5-3: 三環系抗うつ薬は有痛性糖尿病性末梢神経障害に 有用か?	250
CQ P-5-4: 抗てんかん薬は有痛性糖尿病性末梢神経障害に有用か? ..	251
CQ P-5-5: ترامadolは有痛性糖尿病性末梢神経障害に有用か? ..	252
CQ P-5-6: オピオイド鎮痛薬〔強度〕は有痛性糖尿病性末梢神経障害 に有用か?	253
CQ P-5-7: 漢方薬は有痛性糖尿病性末梢神経障害に有用か?	254
CQ P-6-1: 神経ブロックは有痛性糖尿病性末梢神経障害に有用か? ..	255
CQ P-6-2: 経皮的電気刺激療法は有痛性糖尿病性末梢神経障害に 有用か?	256
CQ P-6-3: 低出力レーザー治療 (LLLT) は有痛性糖尿病性末梢神経 障害に有用か?	256
CQ P-7: 脊髄刺激療法 (SCS) は難治性有痛性糖尿病性末梢神経障害 に有用か?	257
Q. 線維筋痛症	263
CQ Q-1: 線維筋痛症とはどのような病態か?	264
CQ Q-2: 本邦の線維筋痛症の症状は?	265
CQ Q-3: 線維筋痛症の併存疾患は?	267
CQ Q-4: 薬物療法は線維筋痛症に有用か?	268
CQ Q-5: 運動療法は線維筋痛症に有用か?	269
CQ Q-6: 瞑想などを伴うその他の治療法は線維筋痛症に有用か?	270
CQ Q-7: 集学的治療は線維筋痛症に有用か?	271
日本語索引.....	609