

# 頭痛



健康づくり  
応援 News  
2025

2025/04/03

日本人の約4割が頭痛持ちとも言われます。  
頭痛にも様々なタイプがあり、それぞれ対処方法が異なるため、  
まずは自分の頭痛がどのようなタイプなのかを知ることが大切です。  
頭痛が悪化したり、頻発する、セルフケアで対処が難しい場合は、  
「**頭痛専門外来**」にて相談してみてもいいかもしれません。



添付ファイル

- [その対処方法で大丈夫…？「頭痛」](#)

