

■5つの選択肢の中から正解の数字を1つ選んで、○をしてください。

問題1 痛みを伝える神経線維はどれか。

1. A α 線維
2. A β 線維
3. A γ 線維
4. B線維
5. C線維

問題2 痛みの強さや程度（痛みの弁別閾）を主に伝える伝導路はどれか。

1. 外側脊髄視床路
2. 内側脊髄視床路
3. 脊髄網様体路
4. 後索－内側網体路
5. 背側脊髄視床路

問題3 組織損傷により放出される発痛物質でないのはどれか。

1. ナトリウムイオン
2. ブラジキニン
3. ATP
4. ヒスタミン
5. セロトニン

問題4 脊髄での痛みの増強に関与する受容体はどれか。

1. オピオイド受容体
2. NMDA受容体
3. ムスカリン受容体
4. アドレナリン受容体
5. GABA受容体

問題5 ストレスと痛みの影響で正しいのはどれか。

1. ストレスを受けると松果体が反応する。
2. ストレス時には副交感神経が亢進する。
3. ストレス下では副腎皮質からカテコールアミンが分泌される。
4. ストレス反応は物理的ストレスだけでなく、情動的なストレスでも起こる。
5. 怒りなどの感情は、痛みを強くする要素とはならない。

問題6 各組織の痛みの特徴で誤っているものを選べ。

1. 皮膚の痛みは、1次痛と2次痛の2層性がある。
2. 神経の痛みは、障害された時間の長さよりも程度や範囲が重要である。
3. 骨の痛みには、骨皮質にある侵害受容器が関与する。
4. 筋肉の痛みは、痛みの原因と痛む部位が異なることが多い。
5. 内臓の痛みは、鈍く局在が不明瞭な痛みである。

問題7 左肩に関連痛を出す疾患はどれか。

1. 胆道疾患
2. 狭心症
3. 腎盂腎炎
4. 肝ガン
5. 胃潰瘍

問題8 筋緊張と痛みの関係で誤っているものを選べ。

1. 筋肉の緊張により痛みがおこることがある。
2. 筋緊張の原因には、中枢神経、末梢神経由来のものがある。
3. 退行性変化や姿勢の問題からの筋緊張で痛みが起こることがある。
4. 虚血による痛みの原因にはNO（一酸化窒素）が関与している。
5. 痛みの悪循環に関与する自律神経は、副交感神経である。

問題9 同じ分節内の触刺激により痛みを抑制する鎮痛機構はどれか。

1. ゲートコントロール説
2. 広汎性侵害抑制調節（DNIC）
3. 下行性疼痛抑制系
4. ストレス性鎮痛
5. 末梢性鎮痛

問題10 広汎性侵害抑制調節（DNIC）について正しいものを選べ。

1. 触刺激で痛みを抑制する鎮痛機構である。
2. 抑制効果は刺激する強さに依存しない。
3. 刺激する部位は痛みを起こしている脊髄分節レベルに限られる。
4. 痛みを痛み刺激で抑制する説明として使用される。
5. 中脳中心灰白質（PAG）が中心的な部位と考えられている。

問題11 急性痛について正しいものはどれか。

1. 急性痛で心拍数が減少することが多い。
2. 急性痛では表情は乏しい。
3. 急性痛で血圧が低下することが多い。
4. 急性痛では、普段感じない刺激を痛みとして感じる。
5. 急性痛の原因は、外傷、手術、急性病態である。

問題12 慢性痛について正しいものを選べ。

1. 慢性痛では、組織損傷、または損傷が回復していないことが多い。
2. 慢性痛は、一般的に1ヵ月以上続く痛みである。
3. 慢性痛で、不眠や食欲不振など不定愁訴を引き起こすことはない。
4. 慢性痛には、消炎鎮痛薬が無効なことが多い。
5. 慢性痛では、痛みの感受性は正常なことが多い。

問題13 痛みの問診で誤っているものを選べ。

1. 痛みの部位、質、強さ、原因、期間などを聴取する。
2. 慢性痛では、心理・社会的要因についても聴取することが大切である。
3. 痛みの原因を、皮膚、神経、筋肉、関節、骨などに分類することも重要である。
4. 急性痛も慢性痛も痛みの原因が明確である。
5. 鈍い局在性の低い痛みを訴えた場合、内臓や筋肉の痛みの可能性が高くなる。

問題14 痛みの評価で正しい組み合わせはどれか。

1. Visual analog scale（VAS）————— 痛みを客観的に評価
2. McGill Pain Questionnaire（MPQ）————— 痛みの質的な評価
3. Breief Pain Inventory（BPI）————— 腰痛の特異的評価
4. Roland-Moriss Disability Questionnaire（RDQ）—— 身体運動など生活障害を評価
5. Pain Disability Assessment Scale（PDAS）—— 痛みによる気分や行動を評価

問題15 頭部の痛みの診断について誤っているものを選べ。

1. 2次性頭痛には生命に関わる頭痛が含まれる。
2. 毎日あるいは週に数日、締め付けられるような痛みがあれば、片頭痛の可能性を考える。
3. 眼窩部がえぐられるように痛み場合は、群発性頭痛を疑う。
4. 痛みに伴って舌がもつれる、上肢の痺れがあれば、2次性頭痛の可能性を考える。
5. 2次性頭痛を疑う検査には、病的反射、髄膜刺激症状の有無などがある。

問題16 頸部の痛みの診断について誤っているものを選べ。

1. スパーリングテストは頸部の検査である。
2. 上肢に痛みやしびれがあれば、頸椎症性神経根症や脊髄症の可能性を考える。
3. 頸部の痛みでは、高血圧などの内科疾患を考慮する必要はない。
4. 安静時や夜間痛を訴えた場合、腫脹性疾患や炎症性疾患の可能性を考える。
5. 手指巧緻運動障害や歩行障害があれば、脊髄の圧迫の可能性を考える。

問題 17 肩部の痛みの診断について誤っているものを選べ。

1. 五十肩は、夜間痛と可動域制限が特徴である。
2. 左肩の痛みがあれば、心疾患の可能性を考える。
3. 腱板断裂では、ドロップアームサイン陽性となる。
4. 肩に激しい痛みを訴えた場合、石灰性沈着性腱板炎や腱板断裂の可能性を考える。
5. 肩峰下インピンジメント症候群では、スピードテストが陽性となる。

問題 18 腰殿部の痛みの診断について誤っているものを選べ。

1. 60 歳以上の場合、圧迫骨折の可能性を考える。
2. 腰部から下肢まで痛みが放散する場合は、神経根、脊髄などの圧迫の可能性を考える。
3. 安静時痛があれば、大動脈瘤、尿管結石、膵炎などの可能性を考える。
4. ラセーグテスト陽性であれば、上位腰椎ヘルニアの可能性はある。
5. 下肢の脱力感、膀胱直腸障害があれば、脊柱管狭窄症などの脊髄の圧迫の可能性を考える。

問題 19 膝部の痛みの診断について誤っているものを選べ。

1. 安静時痛や夜間痛があれば、特発性骨壊死の可能性を考える。
2. 半月板損傷では、膝くずれ現象や陥頓症状を呈することがある。
3. FTA が 180° 以上で、膝関節は外反変形となる。
4. ラックマンテスト陽性では、前十字靭帯損傷の可能性はある。
5. 中高年で動作開始時痛があれば、変形性膝関節症の可能性を考える。

問題 20 全身の痛みの診断について誤っているものを選べ。

1. 全身の痛みは多岐にわたるが、医学上、中枢神経系の疾患を除外する必要がある。
2. 全身性の痛みがあり、朝のこわばり、発赤、腫脹があれば、関節リウマチの可能性を考える。
3. 障害部位特有の症状か障害レベル以下の全ての機能障害か既往歴を中心に考慮する。
4. 線維筋痛症は、原因不明の全身性疼痛を主症状とし、さまざまな随伴症状がある疾患である。
5. 線維筋痛症は、本邦に 10 万人いると推定される。

問題 21 鍼などの機械刺激や灸などの熱刺激に最も反応する受容器はどれか。

1. 低閾値機械受容器
2. 高閾値機械受容器
3. **ポリモーダル受容器**
4. 温受容器
5. 冷受容器

問題 22 痛みのある部位と離れた部位に鍼治療を行った場合、最も働く可能性の低い鎮痛機構はどれか。

1. 広汎性侵害抑制調節（DNIC）
2. 下行性疼痛抑制系
3. **アデノシン A1 受容体を介した鎮痛系**
4. 中枢のオピオイド受容体を介した鎮痛系
5. 自律神経系を介した鎮痛系

問題 23 鎮痛系以外で、Ib 抑制が関わった痛みを抑制するメカニズムはどれか。

1. **筋緊張の緩和**
2. 血流の改善
3. 自律神経系の調節
4. 内分泌系の賦活
5. 免疫系の賦活

問題 24 急性痛の鍼灸治療において誤っているものを選べ。

1. 急性痛では、痛みの原因は疼痛局所に限られることが多い。
2. 神経による痛みの場合、神経の出入り口、あるいは障害エリアに治療することが多い。
3. 関節の治療では、炎症所見により刺激量や刺激方法を注意する。
4. 筋肉の治療では、障害筋と痛みを感じている部位が離れていることがある。
5. **内臓疾患であれば、体性－体性反射の視点から治療を行う。**

問題 25 慢性痛の鍼灸治療において誤っているものを選べ。

1. 慢性痛の場合、痛みの原因が明確にならないことが多い。
2. 慢性痛の治療で大切なことは、痛みを止めることである。
3. アロディニアなどではその部位に治療を行えないこともある。
4. **慢性痛の患者に対しては、鍼通電は不適応である。**
5. 鍼通電の頻度によって、放出されるオピオイドが異なるとの報告がある。

問題 26 慢性疾患に用いる五要穴はどれか。

1. 郄穴
2. **絡穴**
3. 原穴
4. 募穴
5. 愈穴

問題 27 急性炎症の痛みの治療に一般的に用いられる薬はどれか。

1. **NSAIDs**
2. オピオイド系鎮痛薬
3. 抗うつ薬
4. 抗てんかん薬
5. 抗ウイルス薬

問題 28 抗うつ薬は、どの物質の取り込みを阻害することで鎮痛作用を起こしているか。

1. ヒスタミン
2. **セロトニン**
3. βエンドルフィン
4. エンケファリン
5. GABA

問題 29 痛みの治療方法とその説明の組み合わせで誤っているのはどれか。

1. 電気刺激療法 ————— 鎮痛に関わる部位を刺激
2. **バイオフィードバック療法 ——— 歪んだ認知を修正し痛みをコントロール**
3. 自律訓練法 ————— 呼吸法やイメージ療法で副交感神経を優位
4. 有酸素運動 ————— 運動により内因性オピオイドを放出
5. 食事療法 ————— 痛みの抑制に関与する物質を摂取

問題 30 現在、慢性痛患者に対して有効なセルフケアの報告が多いのはどれか。

1. アニマルセラピー
2. 音楽
3. マッサージ
4. **運動療法**
5. 温泉療法