



A Real Headache

リスニング

A: What seems to be the problem, Mrs. Jones?

B: Recently, Doctor, I've become ¹**prone to** getting headaches. Sometimes they wear off quite quickly, but at other times they ²**linger** all day.

5 A: I see. Let me ask you a few questions. Do you find yourself ³**vomiting** or becoming ⁴**dizzy**?

B: No. It's more like a ⁵**severe pain** all around my head.

A: It's most likely you are suffering from ⁶**tension headaches**. ⁷**To be honest**, no one knows what causes them, although some ⁸**speculate** that the problem is ⁹**chemical**. Diverse factors can ¹⁰**trigger** this kind of headache. Luckily, they are usually harmless, although painful, of course.

B: Could it be an ¹¹**allergy**?

15 A: It might be. Sometimes chocolate or cheese can ¹²**bring on** these headaches, though it is more likely to be stress or ¹³**exhaustion**.

B: I have been having difficulty sleeping and I am very busy at work.

A: I'll ¹⁴**prescribe** some ¹⁵**painkillers** and sleeping pills for you. I would also advise you to ¹⁶**abstain from** alcohol and tobacco, as these can ¹⁷**aggravate the pain**. Overall, try and relax. You might
20 also find getting neck massages helpful. If these do not help, come back and see me again.

頭痛の種

頭痛にはさまざまなタイプがあるが、最も多くの人が苦しんでいるのが緊張性頭痛。頭部から首、肩の筋肉が緊張して起こる頭痛で、精神的ストレス、身体的ストレスがその原因になっている。

- A: どこが悪いのですか、ジョーンズさん。
- B: 先生、最近、頭痛になりやすいんです。すぐに治るときもあるのですが、一日中続くときもあります。
- A: 分かりました。いくつか質問をさせてください。吐いたり、めまいがしたりしますか。
- B: いいえ。それよりも頭全体に激痛が走る感じです。
- A: 緊張性頭痛で苦しんでいる可能性が一番高いですね。正直に申しますと、その原因は分かっていないのです。もっとも、問題は化学作用によるものと推測する人もいます。さまざまな要因がこの種の頭痛を誘発し得ます。幸いにして、普通は害はありません。もちろん、痛みはありますが。
- B: アレルギーの可能性はありますか。
- A: あり得ますね。チョコレートやチーズがこういった頭痛を引き起こすことがあります。もっとも、ストレスや極度の疲労による可能性の方が高いのですが。
- B: 最近よく眠れないし、仕事がとても忙しいんです。
- A: 痛み止めと睡眠薬を処方しておきましょう。それからお酒とたばこを控えることを勧めます。痛みを悪化させる可能性がありますからね。概してリラックスするように努めてください。首のマッサージをしてもらうのも役に立つかもしれませんね。もしそれでも効果がなければ、また来てください。

1 ☐ (be) prone to ~	▶ be subject to, have a tendency to [toward] ~の傾向がある
2 ☐ linger [ˈlɪŋgə]	▶ remain 動 長引く；居残る
3 ☐ vomit [ˈvɒt(ə)mət]	▶ be sick, throw up 動 吐く 名 嘔吐
4 ☐ dizzy [ˈdɪzi]	形 めまいがする 名 dizziness
5 ☐ severe pain	▶ acute pain 激痛
6 ☐ tension headache	緊張性頭痛 cf. migraine (偏頭痛)
7 ☐ to be honest	▶ to be frank (with you), honestly [frankly] speaking 正直に言うと ●honesty (正直)
8 ☐ speculate [ˈspɛkjʊlət]	▶ infer; invest 動 <+that節>~だと推測する；<~に>投機する <in, on> 名 speculation 形 speculative
9 ☐ chemical ▲ [kɛmɪkəl]	形 化学作用[薬品]による 名 化学製品[薬品] 名 chemistry (化学；相性)
10 ☐ trigger [ˈtrɪgə]	▶ cause, bring about 動 の引き金となる，を誘発する 名 引き金
11 ☐ allergy ▲ [ælərdʒi]	名 アレルギー 形 allergic

12☑ bring on ~	▶ cause, bring about ～を引き起こす
13☑ exhaustion [ɪgzɔːstʃən]	▶ tiredness, weariness, fatigue ☑ 極度の疲労 動 名 exhaust (を疲れ果てさせる； 排気ガス) 形 exhaustive (徹底的な)
14☑ prescribe ▲ [prɪskraɪb]	☑ を処方する；を規定する 名 prescription (処方せん) 形 prescriptive (規範的な)
15☑ painkiller [peɪnkɪlər]	☑ 痛み止め，鎮痛剤 ● pain (痛み) を kill (殺す) もの
16☑ abstain from ~	▶ refrain from ～を控える，～を慎む ● abstain from smoking (喫煙を控える)
17☑ aggravate pain	▶ worsen pain 痛みを悪化させる ● aggravation (悪化；立腹)