# いちき串木野市医師会 大幸民志 医師会立脳神経外科センター 大幸民志



vol. 13

平成28年11月8日発行



# 聞えて」「F29<del>-</del> 知ってるようで知らない お肌の知識野邊修明先生

# 最終回 タイは水ぼうそうの再発 帯状疱疹と水痘の関係 予防法とは?

調べてみました!
当センターの脳ドックを受診された方の結果・・・・・・ P2・3
深部静脈血栓症について····· P6
ころばん体操の紹介 初級編(全3回)其の一·····P7
みんなの元気を支える 施設紹介 ····· P8・9
みんなの掲示板······P10
topic ·····P10
編集後記······ P10





当センターでは平成5年にMRIの導入と同時に脳ドックを開始しました。

脳ドックを開始し23年経ちこれまでの脳ドックの受診者の傾向がみえてくるのではな いかと思い、事務の目線でデータを調べてみました。

過去2年分(平成26年度から平成27年度分)のデー タで傾向をみていきたいと思います。

平成 26 年度から平成 27 年度の脳ドッグ受診者(表 1)



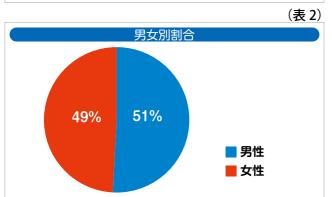


表1では平成26年度251人、平成27年度 191人で受診総数は442人でした。表2ではこ の2年間での性別の差はあまりありませんでした。

### **痔を別内訳**(計 70 件由痔変が重複している方 4 名)(**表 3**)

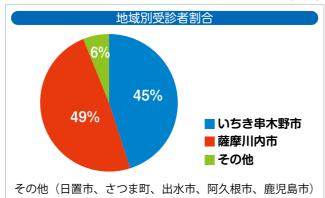
<b>内女別内</b> $(a)$ / $(a)$				
脳梗塞	26 (24)	6% (5.5%)		
未破裂脳動脈瘤	21 (18)	5% (4%)		
内頚動脈狭窄症	17 (15)	4% (3%)		
脳動脈解離	4 (3)	0.9% (0.7%)		
脳出血	1	0.3%		
動脈硬化	9	2%		
脳腫瘍	1	0.3%		
合計	79 (75)	18% (17%)		

平成26年、27年度の総数442人の中で表3の内 訳で79病変(未破裂脳動脈瘤、脳梗塞、内径動脈狭 窄症など)が見つかり、その内当センターで治療が始 まった方が75人(全体の17%)いらっしゃいました。

75人の中でも未破裂脳動脈瘤が見つかった方や疑 いのある方が21人(全体の5%)いらっしゃいました。

未破裂脳動脈瘤が見つかった方の中で手術まで至っ た方は3人(全体の0・2%)の方がいました。この 3人の方は経過良好で現在外来で、内服や画像撮影で の定期なフォローを行い元気に生活をされています。

#### 受診者を地域別にみてみると・・・ (表 4)



いちき串木野市が 45%で薩摩川内市が 49%残りの 市町村が6%という結果でした。(表4)

いちき串木野市と薩摩川内市在住の方には国民健康 保険から補助金がでることが影響していると考えられ ます。

聞いた話では、人間ドックと脳ドックの補助金の併 用が出来ないので、その年人間ドックを受けると、翌 年は脳ドックを受ける方が多いとのことでした。

市町村からの補助金制度がありますのでお住まいの 市町村に一度相談してみてはいかがでしょうか。

### 受診者の受診回数をみてみると・・・

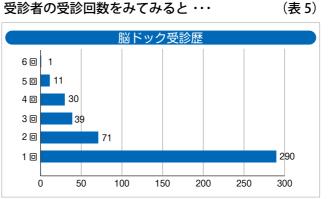


表5では初めて受けられる方が全体の3分の2 (66%) を占めていますが、今まで複数回、最多6回 受けている方もいらして健康に対する意識が高いこと がわかります。

今後広報を行い受診者数を増やすことも必要です が、現在受けている方に継続的な受診を働きかける必 要もある様です。

#### 受診者の年齢別でみてみると・・・ (表 6)

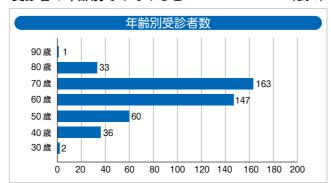


表6では年齢別では最も多い年代は60~70歳代 の年齢層でした。

この年代の皆さんは、自分が脳卒中を発症しやすい 年代と考えていらっしゃるので健康に対する意識が高 いということになります。

ちなみに日本脳ドック学会の脳ドックのガイドライ ンによると推奨している対象は、中・高齢者の方とい うことでした。

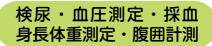
脳卒中は突然発症し生命を一瞬で奪ってしまうこと もあり、また身体に麻痺や言語障害などの重い後遺症 をもたらします。

脳卒中は発症してからの治療では遅く、発症するの を未然に防ぐことが重要です。そのため脳卒中を未然 に防ぐための手段として脳ドックをお勧めします。

当センターの脳ドックでは、血圧測定、採血、検尿、 心電図で脳卒中の危険因子である高血圧・糖尿病・高 脂血症・心房細動などを評価して、頸部エコーで動脈

硬化性変化を、そしてMRIで脳梗塞や脳腫瘍を、M RAで脳血管の狭窄や脳動脈瘤を見つけることができ ます。

### 当センターの脳ドックの流れ





診察・結果説明

所要時間としては約3時間ほどかかります。

料金は36.750円です。(市町村によっては補助 金を利用できる場合があります)

### 問い合わせ

いちき串木野市医師会立脳神経外科センター

**8**0996-32-9999

### 未破裂脳動脈瘤とは

(脳神経外科疾患情報ページより抜粋)

脳の動脈にできる風船の様な膨らみを脳動脈瘤とい います。このような瘤のできる理由は明確とはなって いませんが、高血圧や血流分布の異常などの血管壁へ のストレスや喫煙、遺伝などによる動脈壁の脆弱性に 関連すると考えられています。

成人の2~6% (100人に数人) にこのような瘤が 発見され、たまたま脳の MRI や CT 検査を受けて見 つかる場合がほとんどです。中には未破裂脳動脈瘤が 大きくなって脳の神経を圧迫しその障害を生じてみつ かる場合があります。脳動脈瘤は脳の底部の血管の分 岐部にできることが多く、中大脳動脈、内径動脈、前 交通動脈、脳底動脈などが代表的な発生部位です。大 きさは径 2mm 程度の小さなものから 25mm 以上の 大きなものまで様々ですが、75%以上は 10mm 未満 の大きさです。

- ・脳神経外科疾患情報ページ https://square.umin. ac.jp/neuroinf/medical/102.html
- ・脳ドックのガイドライン 2014 日本脳ドック学会

# 知ってるようで知らない お肌の知識

### 最終回 タイは水ぼうそうの再発 帯状疱疹と水痘の関係 予防法とは?

今年の夏は例年より帯状疱疹に罹った人は多かっ た。水痘(水ぼうそう)が流行すると帯状疱疹が減 少する傾向があるので、所轄保健所に問い合わせた ら、今年前半の水痘発生数は例年並みであったとの ことだった。宮崎県における帯状疱疹患者を対象に した疫学調査により、帯状疱疹が水痘流行のパター ンと逆の関係があり、また夏に外の季節の発症より 多いことが判った。(宮崎県皮膚科医会:宮崎スタ ディ)。では何故に夏?となると、地球の温暖化で今 夏は猛暑続きだった。熱中症患者も多発。夏バテ した。あげくは生体の免疫力が低下する。こうなる と潜伏していたヘルペスウイルスの一種水痘・帯状 疱疹ウイルス(以下 VZV)が多くの人で再活性化し、 帯状疱疹の罹患者が多かったという結果になったと 考えられる。しかし、潜伏 VZV は 25℃以上ではあ まり活性化しないといわれるが、夏期に多いという 事実はどう考えるといいかまだ判らないこともある。 宮崎スタディでは過去13年間に帯状疱疹の発症数 が上昇し、特に60歳以上の高齢者の発症率上昇が 目立つという報告もある。高齢者は特別な誘因(後述) がなくても発症する。長寿化も発症数の上昇の原因 である。

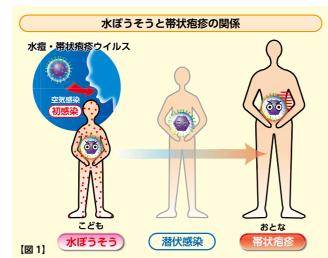
さて、ほとんどの人が罹る水痘。その原因ウイルス VZV は水痘が治ったあとも、知覚神経を伝わって頭の中の三叉神経や脊髄近くの神経節のサテライト神経細胞に感染する。ここで数年から数十年にわたり生体の免疫学的機構の下、不活化の状態で潜伏感染を続ける。加齢、疲れ、病気、ストレス、ある種の薬剤使用や放射線治療などで免疫機能が低下



野辺ひふ科クリニック野邊修明先生

するなどの誘因があると、VZVが再び暴れ出し、 ①からだの左右どちらかに(希に両側に)、②水痘(水ぶくれ)、③痛みが特徴の帯状疱疹を引き起こす。からだを帯で締めたみたいに巻く水疱症という意味で帯状疱疹の病名となり、いちき串木野では俗に「タイ」と言われる。奄美地方では胴巻と呼ばれる。 ①②③の3徴があれば帯状疱疹の発症とみていい。からだを「ひとまわり一周すると死ぬ」といわれるが迷信なので心配無用。また1周することは殆どない。 図1に水痘と帯状疱疹の関係。

図2に症状の経過。図3に臨床写真を示す。







この臨床写真のケースは小水痘が沢山生じ重症型とみる。

皮膚症状が なくても片側 の神経支配領

域に知覚異常があれば帯状疱疹を強く疑う。水ぶく れのない帯状疱疹もある。発症したら直ちに確実な 治療を行えば、大体数週間で治癒するが、一部の人 に痛み(神経痛)が残ることがある(帯状疱疹後神 経痛)。重症型になった人には数年以上痛みが残っ たり、あるいは他の後遺症に悩むことがある。罹患 の最中からでも三叉神経、聴神経などの脳神経が侵 され、三叉神経痛、難聴、めまい、顔面神経麻痺、 角膜炎、網膜炎、味覚障害、他の部位では便秘、腸 閉塞、尿閉、上下肢の運動麻痺がひどいときには脳 に侵入しウイルス性脳炎を起こしたケースもある。他 の病気と同じように帯状疱疹の場合にも早期の治療 が必要。診断は典型的な症状があれば容易である。 単純ヘルペス、丹毒、虫さされ、毛虫皮膚炎、接触 性皮膚炎、低温熱傷などの鑑別が大事。診断がつけ ば直ちに抗ウイルス剤を使用すべきで、大概は内服 薬使用となるが、免疫低下の人、重症型の人は入院 しての点滴による抗ウイルス剤投与になる。発症し て2日以内の投与が有効性が高い。ただ抗ウイルス 剤の効果が現れるまで2~3日はかかるので使用 したのに効果が出ない、かえって悪化したなどと心 配することはない。しっかりと内服なら7日分を服 みきることである。但し、抗ウイルス剤は腎臓に障 害がある人には注意が必要である。ほか鎮痛剤、航 うつ剤(神経の興奮を抑える)、ビタミンB12、とき にはステロイド内服、そして外用剤を使う。最近効 果の強い鎮痛薬も出てきている。激しい痛みに神経 ブロックという方法もある。医師は専門科を問わず、 帯状疱疹についての知識は持っているので、かかり つけ医への相談も大事です。どこへ行けばいいのか 迷ったら皮膚科へかかって下さい。

わが国における帯状疱疹の発症頻度は年間 1000 人当たり5人程度です。当市には年間 150人ぐらい は患者さんが発生しているということです。身近な 問題です。ご注意下さい。

### 水痘ワクチンによる帯状疱疹の予防

私は前期高齢者からもうすぐ後期高齢者に入る年 頃ですが、まだ帯状疱疹に罹っていません。旧職 員・現在の職員も誰ひとり罹っていません。昔、皆 幼児期に水痘に罹ったことがあるはずです。罹って から年齢が長ずるにつれて獲得している免疫力(抗 体) は段々低下してきます。このときにいろいろな 誘因(前述)により帯状疱疹を引き起こすのです。 私を初め職員は常日頃帯状疱疹の患者さんに接して おり、この際に VZV の洗礼を受けている。これが 追加免疫ということになり、抗体が高まり帯状疱疹 に罹り難くなっているのです。(追加免疫効果)。また 水痘患者に接することが多い子育て時代や保育士と いった職業の人も発症率が低いことも知られている。 三世代同居もこの意味でも望ましい。当初に話した 水痘流行のあとの帯状疱疹発生が少ないことも頷け ますね。実は帯状疱疹に罹って激痛に悩んだ人の経 験を聞いて心配する人にはワクチンで予防できるよ うになりました。子供に使う「水ぼうそうワクチン」 です。このワクチンを1回注射することで「追加免疫 効果」が得られて、抗体が強化され帯状疱疹の発症 率の低下、もし発症しても症状は軽症ですみます。 2016年3月から高齢者(50歳以上ならOK)に対 して帯状疱疹予防を目的として使用出来るようにな りました。インフルエンザ予防接種なみの問診と医 師の内診が必要です。(一部の他の病気の人は受け られませんが)。健康保険の対象外なので費用は自 己負担になります。かかりつけ医に相談した上で検 討してみて下さい。

今回は皆さんの関心度の高い帯状疱疹についての お話でした。また話が長くなりましたので番外はな しです。

私の担当は今回で終わりです。機会がありました らまたお会いしましょう。長い間、ご高覧ありがとう ございました。毎日がお健やかに暮らせるよう祈念 申し上げます。

### (参考文献)

宮崎県皮膚科医会「宮崎スタディ」 江藤隆史、漆畑修、古江増隆、浅田秀夫 玉置邦彦、本田まり子、外山望、川島真 新村眞人氏の著作より(順不同)

5 |

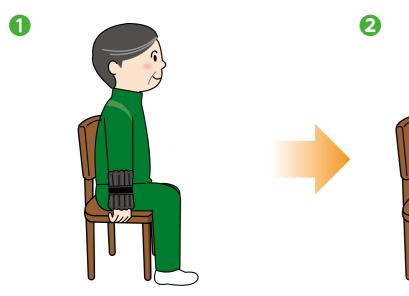
## 初級編(全3回) 其

ころばん体操の紹介

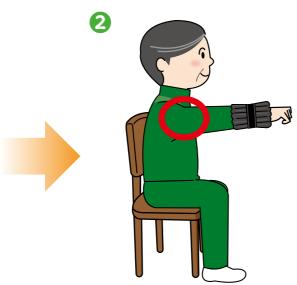
普段は、おもりをつけ、童謡を流しながら行っています。

の筋肉を意識しましょう。

### 1 腕を前に上げる運動(肩関節屈曲)×10回



足底を床につけ、背筋を伸ばした姿勢に なりましょう。

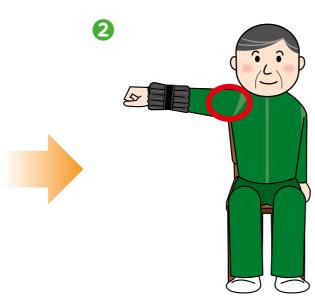


4 秒かけて腕を前に持ち上げ、4 秒かけてゆっくり下ろしましょう。

### 2 腕を横に上げる運動(肩関節外転)×10回



足底を床につけ、背筋を伸ばした姿勢に なりましょう。



4 秒かけて腕を横に持ち上げ、4 秒かけてゆっくり下ろしましょう。

# 深部静脈血栓症について

医療技術部 福村愛子

深部静脈血栓症とは、心臓へと血液を戻す深部にある血管(深部静脈)に血の塊(血栓)が出来て 詰まってしまう病気で、主に足のむくみや痛み、圧痛、赤み、熱感などを起こします。ふくらはぎや 足の表面にある静脈に血栓が出来ても大きな問題とはなりにくいのですが、下腹部や太もも、膝 の中心を走る深部静脈に血栓が出来た場合、血栓が心臓や肺に向かって流され肺の血管に詰まる 肺塞栓症を引き起こし重症化します。肺塞栓症を起こすと息切れや胸の痛み、頻脈、失神などの症 状が出現し、重症の場合には死に至ることもあります。

### 深部静脈血栓症を起こしやすい要因 …………

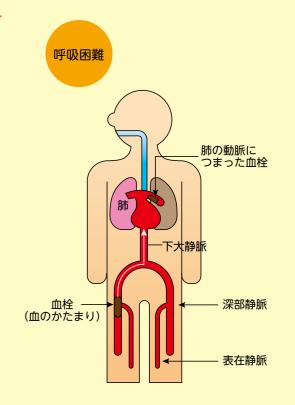
- ・血液が滞る:長期臥床、長距離旅行、長時間同じ体勢、骨折によるギブス固定等血流が遅くなる状態。
- 血液が固まりやすい: 脱水、遺伝性の凝固異常、多血症等で血液が固まりやすい状態。
- 血管壁の損傷:手術、骨折等の外傷、炎症等で血管壁が障害された状態。 特に災害時には食料不足による脱水や車中泊、足の打撲等で血栓の出来やすい条件が 揃うため、深部静脈血栓症を起こしやすく熊本地震でも注目されました。

### 診断

- ・超音波検査にて静脈内の血栓の有無を確認します。
- 血液検査にてD ダイマーという物質を 測定し血栓の有無を確認します。
- 腹部の静脈に血栓がある場合や肺塞栓症 の疑いがある場合CT 検査で診断を行い ます。

### 治療

- •薬物療法:血栓溶解剤や抗凝固剤という薬物を使い、血栓を溶かしたり、新たに血栓が増えないようにします。
- 下大静脈フィルター:薬物療法が出来ない時など場合によって肺塞栓予防の目的で腹部の静脈にフィルターを留置します。
- ・ 外科治療:手術により血栓を取り除きます。



6

07 07 \_\_\_\_ 00 00 00

\_\_\_\_\_

社会福祉法人慈昂会は、「不忘念」思いを忘れるべから ずの基本理念のもと、養護老人ホーム、特別養護老人ホー ムを同じ建物に設置し、要介護状態になっても安心して 暮らしていける施設運営を中心に高齢者福祉から介護支 援まで幅広く居宅介護支援センターの機能を活用し、地 域に根ざしたサービスを提供しています。また、平成26 年10月には地域のニーズに応えて、地域密着型小規模 特別養護老人ホームをオープンして、総合的な介護サー ビスを提供しています。

|oo oo oo



# 社会福祉法人

理事長 丸田 大剛 本部 鹿児島県いちき串木野市大里 992 電話·FAX 0996-36-3060



いちき在宅介護支援センター いちき串木野市湊町1丁目29 TEL0996-36-5811



養護老人ホーム 市来松寿園 いちき串木野市大里 992







### 社会福祉法人 照 会

理事長 和田 力 鹿児島県いちき串木野市別府 3570 電話 0996-32-5780 FAX 0996-32-5803

### ~あなたの笑顔が見たいから 穏やかで豊かな暮らしを支えます~



### 特別養護老人ホーム 潮風園 …………

全室個室でユニット型のホームです。利 用される皆様が安心して自分らしくお過ご しいただけるように「住まい」を提供する とともに、スタッフが「家族」の一員として、

お手伝いさせていただきます。ショートステイ専用のユニットを含 めて合計10のユニット(1ユニット10人)で構成されています。 県下では珍しい24時間常駐で看護師を配置しています。



### 潮風園デイサービスセンター …………

自宅で介護されているご家族の精神的・ 身体的な負担軽減と、利用者の趣味・生 きがいづくり、或いは利用者の精神的安定 のために、様々なレクリェーションや入浴

利用時の送迎サービスもご利用いただけます。 専門のスタッフ が、きめ細かくお手伝いさせていただきます。



### 潮風園居宅介護支援事業所 ……………

住み慣れた自宅での生活が継続できるよ うに支援します。認知症や障がいなどの症 状により、ご本人やご家族が困っているこ と、改善したいことなどご相談ください。



いちき串木野市地域包括支援センターと の連携を図り、地域の高齢者宅への実態把 握訪問を行います一人暮らしや高齢者だけ の暮らしに不安を持っている世帯等、社会 的な支援を必要としている高齢者を積極的 に把握し、適切なサービスに結び付けられ るように支援していきます。

### 施設の様子をご紹介します







節分の豆まき デイサービスの様子









でよろしくお願いいたします。

# の位の掲示板

## 退院支援を行っています

誰もが入院により、(疾患や身体機能により差はありますが) それ以前 の生活と何らかの変化が生じます。

平成 28 年度診療報酬改定では、早期に住み慣れた地域で療養や生活が 継続出来るように退院支援加算が新設されました。

当センターでは、退院支援をこれまでも行ってきていますが、本年度よ り、看護部を中心に専従看護師と専任看護師、社会福祉士を各病棟に配置 活動しています。

入院時より退院に関する課題抽出を行い、介護保険利用をされている方 であれば、ケアマネージャーや関係職種と連携を行ない、診療計画に沿っ



て、本人の思いや家族の意向を確認しなが ら、入院早期(場合によっては、入院前から) に退院に向けた日標を定め支援を行ってい きます。

次回は、活動の内容について報告します。

退院支援部



訪問看護ステーション さくらの看板が できました。



猛暑日が続く中、

メダルラッ

て職員一同、努力して参りますの の皆様と共に歩む医療を目指し 感謝しています。これからも地域 様のご協力とご理解に依る事と 年を迎えます。これもひとえに皆 す。共に将来の本市を支えてい 生冠中学校の体育祭の一場面で との交流場面と地元生福地区の 野高校卒業生の皆さんと高校生 減って寂しくなった体育祭を母 して後輩達を応援している串木 校のためにプログラムにも参加 く若者達の青春の一コマです。 当院も早いもので、来年三十周 さて今回の表紙は、生徒数が

いただいた野邊先生によるコラ の知識をわかりやすく説明して の看板等をご紹介します。お肌 は、当院で行っている脳ドック・ 退院支援室の現状、訪看さくら しょうか。今回お届けする内容 なりましたが、いかがお過ごしで の夏も終わり、すっかり秋らしく シュで日本中が沸いたリオ五輪

りやすい説明も載せていますの ばん体操」のイラストによるわか で、ご自宅でも体力作りが出来 ムも最終回です。その他施設紹 介に加え、前号に引き続き「ころ

ることでしょう。