

fureai ふれあい No.60号

令和6年1月5日発行 第60号 発行/総合青山病院(0533)73-3777 印刷/藤昭栄社印刷所

<https://www.aoyama-hp.or.jp>

第56回

医師からのメッセージ

特発性正常圧水頭症

(iNPH)について

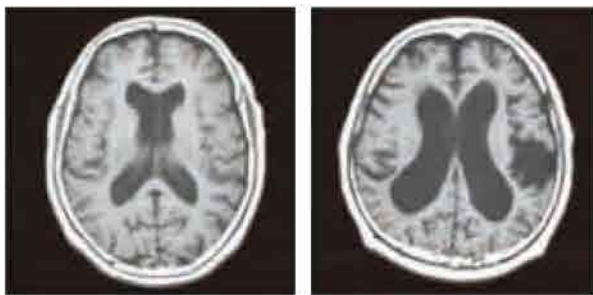
脳・脊髄センター 副センター長 赤嶺 壮一



歩行のふらつきやぼけの進行がある方は、もしかしたら特発性正常圧水頭症が原因かもしれません。

水頭症とは、脳の内部に脳脊髄液がたまり、脳室(脳脊髄液が入っている空間)が拡大する病気の総称です。(図1)その中でも、原因不明で、脳室内の圧力が正常なもの(通常、脳脊髄液をため込んだ脳室内の圧力は上がりません)を特発性正常圧水頭症といいます。

図1



正常な脳

水頭症の脳

この病気であると診断された場合、脳神経外科で手術を受け、脳の内部にたまった脳脊髄液を逃がす事で症状が改善する場合があります。

今回はこの特発性正常圧水頭症について説明したいと思います。

特発性正常圧水頭症の症状

歩行障害・認知機能の低下・尿失禁が3大症状です。

①歩行障害

特発性正常圧水頭症における歩行障害は、歩幅の減少、足が上がらない、がに股歩行という3つの特徴があります。歩く速度が低下し、方向転換時には歩幅が小刻みかつ不安定になります。

②認知機能の低下

物忘れや判断力の低下など、いわゆる認知症となります。特発性正常圧水頭症患者の場合、治療を受けなければ症状は進行すると言われています。

③尿失禁

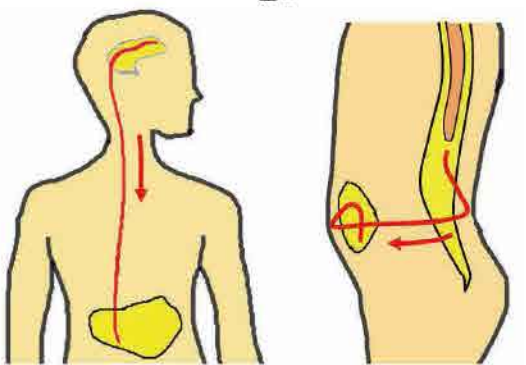
膀胱に尿をためておくことが出来ず、すぐに排尿するようになるため、トイレの回数が増えたり、尿意を感じてからトイレに行くまでの間に失禁してしまいます。

特発性正常圧水頭症の診断、治療

特発性正常圧水頭症では、内部にたまった脳脊髄液を逃がすことで、症状が良くなります。この病気が疑われた場合、まず外来で

CTやMRI検査を受けていただき、特徴的な所見があるかどうかを調べます。所見があった場合は、ご入院いただき、腰の骨の間から針を刺して、脳脊髄液を30〜50cc抜き、その前後で症状が改善するかどうか評価します。効果があると判定された場合は、脳脊髄液を腹腔(胃腸が入っている空間)に逃がすチューブを設置する手術をします。(シャント術・図2)この手術により、50〜70%の人に症状改善が見られたとの報告があります。

図2



脳室-腹腔シャント

腰椎-腹腔シャント

歩行障害、認知機能の低下、尿失禁の3つの症状がみられる方は、ぜひ当院脳神経外科外来を受診してみてください。(参考文献・特発性正常圧水頭症ガイドライン)

薬の管理・保管について

薬局 主任 青木麻理奈

今回は薬の管理についてお話しします。

医師は患者さまの病状に合わせて、治療に必要な薬を処方しています。もしも、正しい用法で服薬しなければ、薬の効き目が弱まったり、体調が悪化してしまうこともあります。

「服用する薬の数が多くて大変」「薬をシートから出すのに苦労している」という方は少なくないのではないのでしょうか。そういった要因により、薬をきちんと飲めていない場合がありますが、薬の管理方法を少し工夫するだけで正しく服薬することができるようになります。



まず一つ目の工夫として、薬を服用するタイミングごとにセットしておく方法です。薬を保管するケースなどを用意し、仕切りなどを使うことで一回分ずつ飲む薬を整理することができまます。そのような容器をピルケースといいますが、ピルケースは一週間分セットできるものや一ヶ月分セットできるもの、持ち運びに便利なものなど、様々なタイプのものがあります。また、ポケット付きのカレンダーに一日分や一回分ずつの薬を入れておける、お薬カレンダーもあります。

次に、薬を一包化してもらう方法です。複数の薬を、朝・昼・夕など、服用するタイミングでまとめて一袋にすることで一包化といえます。薬を一包化することで薬剤の飲み忘れや飲み間違い、飲みすぎるリスクが減るため、正しく薬を飲むことができます。また、手先に力が入りにくい方は、シートから出す作業よりも負担が少なくなるでしょう。ただし、一包化すると薬は外気に触れます。そのため湿気を吸収しやすい薬などは一包化できません。ピルケースにシートから出して入れておく場合もこの点に関して注意が必要です。ひと目で何の薬なのか判断しづらい状態になることもデメリットと言えるでしょう。



また、飲み忘れ等により薬が家に余っているという方もいるかと思えます。そんな時はかかりつけの薬局に余っている薬をご持参いただくこともできます。

正しく薬を管理し服用することはご自身の健康を保つ上でとても重要です。ご自身の生活に合った薬の管理方法を選択していただくことで、服薬が少し楽になるのではないのでしょうか。



新年をむかえて
御挨拶をいたさせていただきます



昨年2023年も新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の流行は続いていましたが、5月より5類感染症に移行し、報告義務もなくなりました。また、感染者数の推移は波がありますが、重症者は明らかに減少しており、最近では町中でもマスクをしていない方も増えてきています。

一方昨年末にはインフルエンザの流行があり、感染症との戦いは永遠に続くものだと実感しています。

さらに昨年6月に、当院は豪雨による浸水被害を受けて大変な経験をしました。見た目は元に戻っているようですが、一部医療機器の買い替

え、廃止(サイバーナイフ)など、浸水被害の影響は現在も続いており、浸水部分の復旧作業・工事が今後も続いていきます。もうしばらくは患者さまにもご迷惑、ご不便をお掛けすることがあるかと思いますが、何卒ご容赦くださいますようお願いいたします。

本年は総合青山病院においては心機一転、職員一同で協力し合って病院の復興および地域医療に貢献できるように尽力したいと思っています。皆さまには今年も感染症には注意しながら、穏やかな日々を送っていただきたいと思っています。

当院の

プライバシー保護対策について

診療情報管理室 主任 大井 麻由美

知っ得!! 情報

第50回

当院は患者さまのプライバシーを守る取り組みを行っています。患者さまからのお申し出により、以下の対策を取らせていただきます。

- 1 診察室等で氏名での呼び出しを行わない(診察券番号での呼び出し対応)。^{*}
- 2 病室に名札(氏名)を掲示しない(「在室」と表示します)。
- 3 面会希望者への病室案内を行わない(プライバシー保護のためお答えできませんと回答します。特定の人だけ案内するという対応はできません)。
- 4 病状説明を行う家族の範囲を限定する(予めお申し出いただいた方へのみ説明を行います)。

^{*}有効期間を1年間とさせていただきます。永年をご希望の方は1年毎に申請が必要です。

申請方法は?

プライバシー保護請求をご希望の方は、外来受付または入院受付、病棟ナースステーションまでお尋ねください。申請書をお渡しいたします。

申請書を受理後、速やかに院内スタッフへ伝達を行い、患者さまのプライバシー保護体制を確立します。

栄養のチカラ

管理栄養士が考える、栄養に配慮した体に良いレシピや栄養情報をお届けします。



旬のレシピ

おもちピザ



年が明け、また新しい一年が始まりました。年末年始は皆さまいかがお過ごしでしたでしょうか？

今回は年末年始に食べる機会の多いお餅を使ったピザをご紹介します。和食のイメージが強い餅ですが、いろいろな料理やお菓子ヘアレンジも可能です。今回のピザも載せる具材やソースを変えれば、また違った味も楽しんでいただけです。

餅は粘り気があり、良く噛むことで満腹中枢が刺激され、満足感も得られやすい食材です。この季節に余りがちなお餅ですが、いろいろな料理で是非楽しんでみて下さい。

材料(2人分)

- 餅 200g程度
(角餅なら4個)
- 水 大さじ1
- オリーブオイル 少々
(サラダ油でも可)
- ウインナー 2本
- ピーマン 1個
- 玉ねぎ 1/4個
- ミニトマト 3個
- ピザ用チーズ 適量

ピザソース (市販でも可)

- ケチャップ 大さじ3
- マヨネーズ 大さじ1/2
- 醤油 小さじ1
- 塩 ひとつまみ
- すりおろしにんにく 小さじ1弱
- バジル(乾燥) 適量
- 黒コショウ 適量

作り方

- 1 餅を5mm~1cm程度に薄く切る。(角餅であれば半分の厚さ)
- 2 ウインナーは斜め切り、ミニトマトは輪切りに、ピーマンはヘタと種を取り除いて千切りに、玉ねぎは薄切りにする。
- 3 ピザソースの材料は全て混ぜ合わせておく。
- 4 熱したフライパンにオリーブオイルを薄く敷き、餅を隙間なく並べる。
- 5 大さじ1の水を入れて蓋を閉め、弱火~中火にかけて、焼き色が付いたら裏返す。
- 6 ピザソース、2の具材、ピザ用チーズを餅の上に乗せ、弱火にかける。
- 7 野菜がしんなりして、チーズが溶けてきたら完成。

※野菜やチーズがカリッとした食感が好きな方は、6で具材を乗せた後、トースターで焼き上げて美味しく召し上がっていただけます。

A S O B I
N O
H I R O B A

遊びの広場

数独の解き方



1. タテ9列、ヨコ9列のそれぞれに1~9までの数字が1コずつ入ります。
 2. 太線で区切られた3x3の枠内(マスは9コ)にも1~9までの数字が1コずつ入ります。
 3. 従って、タテ、ヨコ、枠内で、同じ数字が重複して入ることはありません。
- とにかく、算数無用、注意力の勝負、なるべくラクをして、かつスマートに解いていきましょう。

答えは8ページ目をご覧ください。

			8			3
	7			6		
3		4				1
	6			7		
7			9			8
	5				4	
2			1			3
	9				5	
	6		3	4		1

ふれあい箱の回答

たくさんのご意見ありがとうございます。



お褒めの言葉

本日、退院となります。三叉神経痛での手術入院でした。痛みが消えただけでなく、精神的にも解放された気分です。先生方、看護師さん、助手さん、皆さんありがとうございました。

A病棟 入院患者さま

温かいお言葉をありがとうございます。今後とも患者さま側に立った医療を目指し、職員一同精進してまいりますのでよろしくお願いいたします。

ご意見

4F病室の洗面台の自動で出る蛇口の水の出方が調子悪いです。直してほしい。

B病棟 入院患者さま

貴重なご意見ありがとうございます。確認しましたところ、センサーの反応がやや悪く、水量については問題ありませんでした。今後、清掃業者と反応部分を定期的に清掃・確認してまいります。

病院の美化運動



10月11日(水)、11月14日(火)、職員による病院敷地回りの清掃作業が実施されました。今後も定期的に行い、病院にお越しいただいた患者さまやご家族の皆さまに気持ちよく過ごしていただけるよう、努めてきたいと思っております。

遊びの広場の解答

6	9	2	8	5	1	7	3	4
4	7	1	3	2	6	9	5	8
3	5	8	4	7	9	2	1	6
8	1	6	5	4	7	3	2	9
7	4	3	6	9	2	1	8	5
9	2	5	1	8	3	4	6	7
2	8	4	9	1	5	6	7	3
1	3	9	7	6	8	5	4	2
5	6	7	2	3	4	8	9	1

編集後記

新年あけましておめでとうございます。
 昨年は新型コロナウイルス感染症が5類に移行されました。行動規制も緩和され、コロナ禍前の日常に戻ってきたかと思いますが、皆さま年末年始をどのように過ごされましたか？一家団欒で過ごされたり、帰省されたりと楽しく過ごされたことと思いますが、体調をくずされてはいないでしょうか？寒い日が続きますので、引き続き感染予防対策を図り、体調管理には十分お気を付けてください。
 今年の干支は辰です。辰年は陽の気が動いて万物が振動するので、活力旺盛になって大きく成長し、形がととのう年だといわれているそうですよ。
 今年も広報誌「ふれあい」は、皆さまに役立てていただけるよう、いろいろな情報を発信してまいりますので、よろしくお願いいたします。

病院の理念

患者さま側に立った全人的医療を目指します

基本方針

- 地域の中核病院として安全で質の高い医療に努めます
- 患者さまが安心出来るゆきとどいた診療を提供します
- 患者さまに信頼されるゆきとどいた看護を提供します
- 患者さまに満足されるゆきとどいたサービスを提供します
- 患者さまがやすらげる快適な環境を提供します

患者さまの権利

1. 適切で質の良い医療を受ける権利を有します
2. ご自分の医療の内容について知る権利と説明を受ける権利を有します
3. ご自分の医療の内容について自由に選択し決定する権利を有します
4. ご自分の医療について他の医師の意見を聞く権利を有します
5. 人格を尊重されプライバシーを保護される権利を有します
6. ご自分の診療録の開示を求める権利を有します