



南東北

- ・一般財団法人 脳神経疾患研究所
- ・社会福祉法人 南東北福祉事業団
- ・医療法人社団 三成会
- ・医療法人社団 新生会
- ・医療法人財団 健貢会
- ・社会医療法人 将道会
- ・医療法人 謙昌会

第328号

院是「すべては患者さんのために」

URL: <http://www.minamitohoku.or.jp>
E-mail: pr@mt.strins.or.jp



脳卒中後遺症の治療について解説する久保仁先生

脳卒中の後遺症としてよくみられる運動障害には、「片まひ」と「痙縮」があります。片まひは、障害を受けた脳の

要約し、痙縮の最新の治療法や患者さんのQOL（生活の質）改善に欠かせないリハビリテーションについて紹介します。

5月医学健康講座

脳卒中後遺症の治療 特につっぱり（痙縮）について

部分の反対側の手足に麻痺が起る症状で、歩きにくくなったり、字がうまく書けなくなったりします。痙縮は、筋肉が緊張しすぎてしまう状態のことです。手足がこわばったり、つっぱったりします。ほとんどは、片まひと同じ側にあつた管障害のほか、脳性麻痺、頭部外傷、脊椎損傷などによっても痙縮は起こります。

重要な治療目標の設定

リハビリとの併用が不可欠

痙縮になると、①着替え、入浴などで介護者に身体を動かしてもらった時に強い痛みを伴うことがある②腕が伸びず、ものをつかめない③料理などの家事が困難など、日常生活に支障が出ます。

痙縮を治療するには治療目標の設定が重要です。「痛みの軽減」「関節可動域の拡大」「装具の装着のしやすさ」「拘縮や変形の予防、矯正」「介助のしやすさ」「手指機能、上肢機能の改善」「移乗、歩行能力の改善」といった現実的な目標です。

ボツリヌス療法

治療法にはいくつかあります。その一つがボツリヌス療法

法です。ボツリヌス菌（食中毒の原因菌）が作り出す天然のタンパク質を有効成分とする薬を、つっぱりやこわばりのある筋肉に直接注射する治療法で、日本では2010年ごろから用いられるようになりました。

この療法は①局所性の痙縮の治療に有効②効果が3、4カ月程度続く③他の治療との併用が可能④副作用が比較的

少ない一などの特徴があります。効果として、着替えなどの日常生活が行いやすくなる、痛みがやわらぐ、リハビリが行いやすくなる、介護の負担が軽くなるなどが期待できます。効果を高めるにはリハビリとの併用が不可欠です。

rTMS治療

次に紹介するのは、磁気の刺激によって神経機能を回復させるrTMS治療（反復経頭蓋磁

気刺激治療）です。人間の脳は通常、左右の脳が互いに抑制し合うことでバランスを保っています。ところが、脳卒中で片方の脳が損傷を受けると、健常脳は過活動となり、損傷脳の活動を過剰に抑制します。rTMS療法は、健常脳に磁気刺激を反復的に与え活動を抑制させることで両大脳のバランスを整え、リハビリ効果を出しやすくします。

rTMS治療を受けるには①脳卒中（脳梗塞、脳内出血、くも膜下出血）が原因で上肢が麻痺②麻痺側上肢は少なくとも（2面につづく）

今月号のなかみ

- ▶ 2面 = 1面のつづき、健康生活情報ナビ「酔のパワー」、最近よく聞く言葉
- ▶ 3面 = 当財団施設のISO9001登録更新、アナサキスに注意！、こころの健康、ネットで初診予約
- ▶ 4面 = 施設だより、南東北福祉事業団の法人設立20周年記念式典、新任ドクター紹介
- ▶ 5面 = 南東北創薬・サイクロトロン研究センターの開院記念式典、がん陽子線治療実績、当院の目標
- ▶ 6面 = 福島県議会福祉公委委員が南東北BNCT研究センター視察、带状疱疹は早目に受診を、院内トピックス
- ▶ 7面 = 「在宅外来」を開設、増子輝彦さんのコラム、7月の医学健康講座、5月の手術件数・救急車台数
- ▶ 8面 = 食の豆知識、薬局だより、編集後記

健康生活情報ナビ

酢のパワー

食品を放っておくと傷みやすい季節です。傷んだ食品を誤って食べると、細菌性胃腸炎になりかねません。そこで、暑い時期の食中毒予防策の一つとして上手に活用したいのが、防腐効果のある酢です。酢には細菌の繁殖を抑える抗菌作用があります。大腸菌やサルモネラ菌などに対して

抗菌作用で食中毒予防

食欲増進や血糖値抑制効果も

も効果が実証されています。24時間経過した酢飯と普通のご飯で、防腐効果を比較してみると、酢飯は細菌の数が普通のご飯の10万分の1という結果も出ているそうです。こうした防腐効果は、古くから生活の知恵として利用されてきました。水で薄めて食材や調理器具の洗浄、食器やお弁当箱への塗布にも利用できます。

もちろん、調味料として酢は欠くことができませんが、健康効果も見逃せません。酢の酸味は味覚や嗅覚を刺激し、唾液や胃酸の分泌を促し、バテ気味の暑い季節でも食欲をもたらしめます。酢に含まれるアミノ酸とクエン酸が疲労回復のスピードを速めます。また、毎日、酢を摂取することで、高血圧の人には血圧を下げる、メタボ気味の人には内臓脂肪を減らす効果があります。脂質異常症の原因となる血液の中の脂肪を抑える働きや、急激に上がった血糖値を抑える働き、腸内の悪玉菌の増殖を抑え、腸内環境を整える働きもあります。このため健康維持の飲み物として、酢を利用するのも一つの方法です。酢は原料や製造法によって、黒酢、穀物酢、米酢、リンゴ酢など、さまざまな種類があり、それぞれ独特の風味があります。自分の味覚に合った酢の飲み物を選び、毎日飲み続けてみてはどうでしょうか。

ただし、酢には身体を冷やす性質もあるので、冷え性の方は注意が必要です。また、酢を飲む場合は原液でなく、多めの水や炭酸で割るなどして飲むことが大切です。

健康効果も見逃せません。酢の酸味は味覚や嗅覚を刺激し、唾液や胃酸の分泌を促し、バテ気味の暑い季節でも食欲をもたらしめます。酢に含まれるアミノ酸とクエン酸が疲労回復のスピードを速めます。また、毎日、酢を摂取することで、高血圧の人には血圧を下げる、メタボ気味の人には内臓脂肪を減らす効果があります。脂質異常症の原因となる血液の中の脂肪を抑える働きや、急激に上がった血糖値を抑える働き、腸内の悪玉菌の増殖を抑え、腸内環境を整える働きもあります。このため健康維持の飲み物として、酢を利用するのも一つの方法です。酢は原料や製造法によって、黒酢、穀物酢、米酢、リンゴ酢など、さまざまな種類があり、それぞれ独特の風味があります。自分の味覚に合った酢の飲み物を選び、毎日飲み続けてみてはどうでしょうか。

（1面からつづき）
とも手指の能動的屈曲が十分可能③年齢16歳以上④脳卒中発症から6カ月経過⑤脳卒中病巣が両側性でない⑥全身状態が良好⑦うつ病でない⑧などの適応基準を満たしていることが条件となります。
治療は概ね2週間でプログラムを組みます。上肢機能の改善成績は概ね良好ですが、治療直後の患者さんは改善したという実感に乏しいようです。改善効果を生活に落とし込む必要があります。この療法は、下肢の障害や嚥下障害、失語症、うつ病、痛みなどへの応用も今後考えられます。痙縮の治療法はこのほか、筋肉を緊張させている神経にフェノールやアルコールなど

最近よく聞く言葉

「サルコペニア」とは、加齢や疾患により、筋肉量が減少し全身の筋力や身体機能が低下した状態を指します。ギリシャ語で筋肉を表すサルコ(sarx)と喪失を表すペニア(Penia)を合わせた造語です。診断の目安として、横断歩道を青信号のうちに渡りきれないほどに歩行速度が低下している場合はサルコペニアの可

能性があります。サルコペニアと肥満が合併した状態を「サルコペニア肥満」と言います。この状態であると、普通の肥満以上に高血圧や体力低下による転倒などのリスクが高まり、高齢者では要介護や寝たきりの原因にもなります。サルコペニアの予防には適度な運動、食生活の改善、生活習慣の見直しが必要とされています。運動は仰向けに寝ての上

サルコペニア

ドの上で座る姿勢を保ち、膝を軽く曲げることも重要です。回復期（発症後数週間〜数カ月）になると、日常生活に必要な動作や機能を回復させるためのリハビリを行います。手すりを使っての歩行訓練、上着の着替えの訓練などです。最新のリハビリは、単に運動療法などで身体の機能回復を目指すというだけでなく、脳の働きそのものに関わるところまで来ています。体の動きをサポートする装着用ロボット、微量の電気刺激で脳を刺激する機能的電気刺激、経頭蓋直流電気刺激などもあります。脳卒中の後遺症があってもあきらめる必要はありません。希望を持ってよりよいリハビリテーションができるようになればよいと思っています。

体起こし、お尻上げ、横向きに寝ての足上げ、椅子に座った際の腿上げなどが効果的です。食事は炭水化物、タンパク質、鉄分、ビタミン、ミネラルを十分摂る必要があります。生活習慣では毎日の生活のリズムを整え、散歩や体操などの運動を習慣づけることが大切です。睡眠不足や不規則な食生活、強いストレス、喫煙、過度の飲酒などはサルコペニアの要因をもたらします。

ISO9001登録更新

脳神経疾患研究 疾患研 総合南東北病院など

(一財) 脳神経疾患研究所が総合南東北病院などを対象に取得している国際基準ISO9001(品質マネジメントシステム)「2015年版」は7月に登録更新されることになりました。このほど行われた審査機関による更新審査で適用基準を満たしているとの評価を得ました。

登録の範囲は、脳神経疾患研究所が運営する総合南東北

人間の健康

ある一つのこだわりや疑念が頭に浮かび、ばかばかしい考えだと思っても、その考えにとらわれ、その疑念を打ち消そうとする行動を繰り返してしまふ。まさに「わかっちゃいるけどやめられない」状態で、人生の多大な時間を浪費してしまう病気が「強迫性障害」です。全人口の2〜3%の人がこの病気にかかる可能性があり、その約3分の2は25歳以前に発症すると言われています。

頭に浮かんでくるこだわりや疑念を「強迫観念」と言います。ばかばかしい考えだとわかっていて

アニサキスに 注意しよう!!

刺身など海産魚介類を生で食べる習慣は日本の食文化の一つですが、注意したいのが魚の寄生虫アニサキスによる食中毒です。

アニサキス症は、アニサキスの幼虫が寄生した魚を食べることで発症する食中毒で、激しい腹痛を生じます。吐き気、嘔吐、ジンマシンなどの症状を伴う場合もあります。

アニサキスの幼虫は体長2〜3cm。魚の内臓に寄生し、魚が死ぬと筋肉に移動します。サバ、

強迫性障害——こだわり・とらわれ——

も、頭にこびりついてとらわれてしまい、頭から消し去ることができません。強迫観念には「自分が汚染されたのではないか」「火を消し忘れたのではないか、鍵を閉め忘れたのではないか」「歩行者を轢いたのではないか、何か落し物をしたのではないか」「間違った文字や数字を書いたのではないか」「とんでもないことを言ってしまうのではないか、ひどい暴力をふるってしまうのではないか」「〇という数字や文字を見たり考えたりすると不幸なことが起こる」など、様々な内容があります。その強迫観念によって引き起こされる不安を解消するために何度も

手洗いをしたり、確認をしたり、不吉な数字や文字を頭の中で打ち消そうとしたりするなど、納得できずまで同じ行動を繰り返します。これを「強迫行為」と言います。同じように体のささいな不調にこだわって、「癌(がん)のような重症の病気になったのではないかと不安が強まり、何カ所もの病院を受診して検査を受け、異常がないと医師に言われても納得できず、さらに検査を繰り返す人がいます。これを「心気症」と言います。また、顔や体のちよつとした形のずれや黒子(ほくろ)、シミなどの皮膚の変化に異常にこだわり、整形手術を受けても結果に

サケ、ニシン、スルメイカ、イワシ、サンマ、ホッケなどに寄生します。

アニサキスの幼虫は人の体内では成虫になれないので、通常排泄されますが、まれに胃や腸壁に侵入し、発症を引き起こします。体内に残っている場合も1週間以内に死ぬため、多くの場合は次第に痛みも消えます。

アニサキス症予防のポイント①加熱調理し生食を避ける②生で食べる場合はアニサキスがいないことを目視で確認する③魚が新鮮なうちに内臓を取り除き食べる—です。

満足せず、何度も手術を繰り返す人がいます。これは「身体醜形恐怖症」という病気です。いずれも異常に強い「とらわれ」が特徴で、強迫性障害と共通するところがあります。

この強いこだわり・とらわれは脳内のセロトニンという物質に関連しており、それを修正する作用のある抗うつ薬(SSRI)が治療に有効であることが知られています。強いこだわり・とらわれに人知れず悩んでいる方は、勇気を持って精神科を受診してください。こだわり・とらわれから解放される可能性が大いにあります。

(総合南東北病院 精神神経センター長・渡邊義文)

ネットで初診予約 受け付けています

南東北医療クリニックと東北眼科クリニックは、インターネットで初診予約を受け付けています。診療科は脳外科、眼科、小児科、内科、泌尿器科、皮膚科です。予約する場合は①総合南東北病院の初診予約専用ページから受診する診療科をクリック②診察日時を選び必要情報を入力③送信—で完了です。

予約可能な診察時間は表の通りです。申し込み当日の予約はできません。電話での予約・問い合わせは、これまで通りフリーダイヤル0120・14・5420へ。

予約可能な診療時間 南東北医療クリニック

脳外科	月曜日	13:00~15:00
	木曜日	12:30~14:00
小児科	月~土曜日	9:00~11:00 14:00~16:00
内科	月・火・木・金曜日	9:00~10:30
泌尿器科	水・木曜日	13:00~15:00
皮膚科	土曜日	9:00~10:30

南東北眼科クリニック

眼科	月~土曜日	9:00~11:00
----	-------	------------

南東北創薬・サイクロトロン研究センター

新たな医療期待 開院祝う がん診断や認知症超早期診断

(二財)脳神経疾患研究所が郡山市八山田七丁目に建設した「南東北創薬・サイクロトロン研究センター」の開院記念式典は6月1日(土)、現地の特設会場で行われ、関係者はPET検査の新たな可能性を切り開くセンターの役割に



一般財団法人脳神経疾患研究所 祝竣工 南東北創薬・サイクロトロン研究センター開院記念

南東北創薬・サイクロトロン研究センターの開院を記念し行われたテープカット

開院記念式典であいさつする渡邊理事長(左)



大きな期待を寄せました。関係者約100人が出席。施設の安全と発展を祈願する神事、テープカットに続き、午前11時50分から式典が行われました。あいさつに立った渡邊一夫理事長が「当センターが新たながん診断・治療や認知症の早期発見など、最新医療の一翼を担い、より多くの患者さんに貢献できると考えています」と語りました。畑澤順センター長(大阪大名誉教授)、吉本高志センター

施設内覧会で半導体型PET-CTを見学する住民ら



南東北創薬・サイクロトロン研究センターは、南東北BNCI研究センターでがん治療を進めるために用いる薬剤や認知症の超早期診断につながる薬剤、パーキンソン病の新しい診断薬の研究・開発、

半導体型PET-CTなど導入

院長(脳神経疾患研究所最高顧問)がセンター設立の趣旨を踏まえて、あいさつ。来賓の品川萬里郡山市長、増子輝彦参議院議員(国民民主党幹事長代行)、鎌田光明東北厚生病局長、富永悌二東北大学副学長(東北大学病院院長)、齋藤清福島県立医科大学副理事長(ふくしま国際医療科学センター

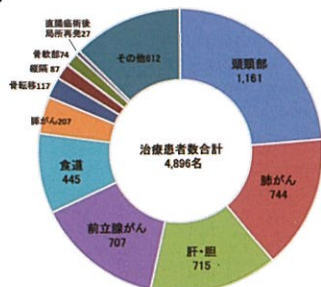
長)が祝辞を述べました。本體工事を請け負った安藤・間への感謝状贈呈があり、渡邊理事長が野村俊明取締役特別顧問に手渡しました。この後、羽生春夫東京医科大学高齡診断科主任教授の発声で乾杯し、センターの開院を祝いました。この日は午後2時から一般職員と地域住民向けにセンターの内覧会も開かれました。

悪性腫瘍における低酸素細胞イメージング(画像化)やDNA合成イメージングなどを行います。今後、様々な診断、臨床研究を予定しており、地域の医療機関をけん引する施設としての役割も担っていきます。建物は鉄筋コンクリート造地上2階、地下1階で、延床面積は約1296平方メートル。全身のがんなどを一度に調べることでできる半導体型PET-CT、病変部位の正確な特定ができる動物用PET-MRI、大電流照射が可能なサイクロトロンなどの最新機器・設備を導入しています。所在地は〒963-8052 郡山市八山田七丁目61-5 電話024(934)5610(代表)。

当院の目標

- 患者さんに公正な医療を提供します。
- 医師による説明と、患者さんの選択に基づく医療を進めます。
- 患者さんのプライバシーを尊重します。
- 診療情報を患者さん自身にお伝えします。
- より良い医療が行われるよう研修・研鑽いたします。
- 患者さんの人生が最後まで豊かであるようにその意思を尊重します。

陽子線治療実績 2019年5月末まで (2008年10月開院以降)



がん陽子線治療センター HPはこちら



BNCCT施設を熱心に見学

福島県議会の福祉公安委員会

福島県議会福祉公安委員会は5月15日(木)、(一財)脳神経疾患研究所が運営する郡山市の南東北BNCCT研究センターを視察しました。

一行は委員長の今井久敏、副委員長の佐藤義憲、委員の



治療室を見学する県議会福祉公安委員会の一行

椎根健雄、古市三久、宮下雅志、亀岡義尚、太田光秋、川田昌成の各県議。新たな先進医療として期待が高まるBNCCT(ホウ素中性子捕捉療法)について認識を深めるため、視察に訪れました。

同センターでは財団の渡邊一夫理事長、高井良尋センター長、廣瀬勝己診療所長、小野寺慶七顧問、大森正義法人本部事務局長、南東北福祉事業団の大谷英明管理局長らが迎えました。

渡邊理事長が「お陰さまでBNCCT研究センターは治療も順調に進み、最先端のがん治療施設として国の認可を待つ状態になっています。今後医療体制固めにさらなる努力

力をしています」とあいさつ。高井センター長がBNCCTの概要について説明しました。この後、県議団の一行は高

井センター長の案内で施設内を移動、治療室やサイクロtron(加速器)などを熱心に見てまわりました。

身体の一部に神経痛のようなピリピリする強い痛みを感じたら帯状疱疹かもしれない。帯状疱疹は水ぼうそうと同じ水痘・帯状疱疹ウイルスによって引き起こされます。

しかし、高齢者や重症の場合には後遺症が残るケースがあり、辛い痛みが長く続きます。これを「帯状疱疹後神経痛」と言い、高齢になるほど出やすいと言われています。

帯状疱疹 発症したら 早目に治療を

痛みが数日から1週間続くと、知覚症状から皮膚症状に進行します。皮膚に赤みを帯びた小さな水泡の群れが現れます。水泡は1週間から10日ですぶれ、赤くただれ、数日がかさぶたになり、やがてはがれ落ちます。皮膚症状が治まるに連れ、痛みも消えていきます。

帯状疱疹の原因となるウイルスの増殖は、皮膚症状の発症から72時間(約3日)でピークに達します。帯状疱疹後神経痛を起さないようにするには、この段階での適切な治療が重要です。異常を感じたら、放置せずに早目に皮膚科を受診することです。

コンチネンスケア外来

南東北医療クリニック

コンチネンスとは排泄のコントロールがついている状態を表す言葉です。コンチネンスケア外来は、排泄の問題でお困りの患者さんに治療とケアを行い、問題を解決できるよう関わります。ケアは生活の中でできる工夫、排泄のセルフケア・介護のアドバイス、用具・用品の紹介、カウンセリングなどです。

以前は「失禁クリニック」の名称でしたが、失禁に限らずさまざまな排泄(排尿、排便)の問題に関わるため現在の名称に変更しました。

排泄の問題には「尿や便が出にくい」「トイレが近い」といった場合もあり、生活のしにくさに直結します。病院に行きにくく、相談もしにくい面もありますが、受診することによって症状が改善したり、問題解決の糸口が見つかったりしますので、お困りの方はぜひご相談ください。

【診療日】

毎週木曜日

【担当】

診察医 = 深谷保男先生 (南東北医療クリニック院長)
ケア相談・指導 (看護・介護) = 梶原敦子保健師 (日本コンチネンス協会教育事業部)

【電話 (予約専用)】

フリーダイヤル
0120 - 14 - 5420

こちら専門外来 ⑤



☆友近やつくんがライブ
総合南東北病院ボランティア紙ふうせんのふれあいコンサートは、5月14日(火)午後1時半から病院北棟NABEホールで開かれ、書道家でシンガー・ソングライターの友近890(やつくん)が歌と書のパフォーマンスで聴衆を元気づけました。写真。

やつくんは、愛媛県今治市出身で40歳。平成19年に28歳で音楽活動を開始。平成23年に東日本震災の被災地ライブを行ったのを契機に全国各地の福祉施設や学校、保育園などを訪れライブ活動を展開、笑顔を届けています。

今回は新たな東北・北海道ツアーの最初のライブ。自作の曲のほか、「青い山脈」「翼をください」「上を向いて歩こう」「川の流れるように」などを、時には聴衆と一緒に歌いました。書のパフォーマンスでは歌いながら大きな紙に「こころ」「響」の文字を書き、聴衆を驚かせました。

院内トピックス