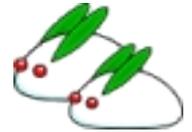


東名病院だより Vol. 14

東名病院ホームページアドレス・メールアドレス
http://www.med-junseikai.or.jp/tomei/index.html
e-mail tomei-hosp@med-junseikai.or.jp

東名病院発行 / 〒480-1153愛知県長久手市作田一丁目1110
TEL (0561)62-7511(代) FAX (0561)62-2773

第52号
2014.1月発行



富士山

明けましておめでとうございます。平成26年です。この冬のインフルエンザは爆発的に流行をしている感じが今のところありません。前年の冬はインフルエンザワクチンが的確に効かず流行して、その原因として鶏卵でワクチンを増殖する過程で何か変化が生じたのではないかと推測されていました。まだ寒さは続きますので皆様方には油断しない様お願い致します。今年は4月より消費税が8%へアップします。その理由として日本では総人口の25%を占める65歳以上の高齢者の社会保障に必要とされています。このアップが逆に高齢者の受診抑制にならないことを祈るばかりです。団塊の世代が2025年に75歳を迎えます。移民を馴染まない国民性があり、大袈裟に言えば、世界中が超高齢化社会の日本を人類の壮大な実験と注目しているかも知れません。

年賀状のやり取りは、ある程度の人生を経て来ると、袖振り合う程のなかでも自分やその周囲はまだ健在ですよと、伝えるべき人達が増えた結果と言えます。同窓会は卒業後の成功者しか参加しないと云われますが、対面しないからこそ余り辛さを感じずに、連絡をする側面もあると思います。往年のフランスの映画「舞踏会の手帳」では、過去は訪れてまでして振り返るものでは無いという、ごく当たり前の粗筋です。自分がある人の運命に係わったかは措くとして、そんな事を思い出させる賀状を手にする年があります。

「薄倅の 字の美しき 賀状かな」(五十嵐播水)

院長 大塚光二郎

めまい・ふらつき

神経内科部長 高橋 正彦

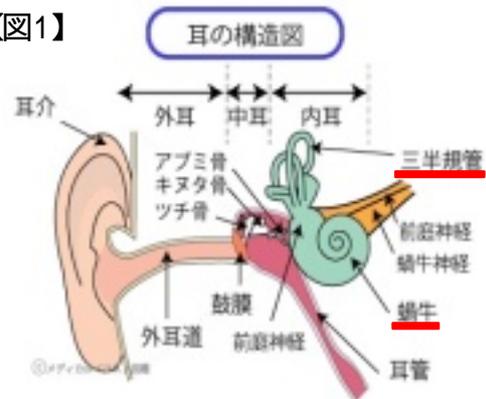
今日は、久しぶりに、外来初診の患者さんの訴えで、頭痛に次いで多い、めまい・ふらつきについてお話ししたいと思います。

まず、めまい・ふらつきとは何かといきなりいわれると、漠然としておりますが、俗に言いますと、「くるくる」「ふらふら」「よろよろ」する事を症状とするものです。

【表1】

1. 回転性めまい症 (vertigo)
2. 非回転性めまい症 (dizziness)
3. いわゆるたちくらみ (syncope)
4. その他

【図1】



分類しますと、めまい・ふらつき症状の性質により、表1のごとくになると思われます。しかし、原因が重複して存在する場合もあつたり、責任病変により多彩な症状をしめす事もあります。

意外に思われるかもしれませんが、耳と目は連携しております。具体的には内耳の障害のめまいが目の症状としてあらわれます。内耳障害で眼の動きが不随意（眼振といいます）に出してしまうため、外界が揺れて見えて、ふらつきと感ずります。ここでいう内耳の障害というのは、平衡感覚をつかさどっている三半規管の障害の事でありす。 【図1】

めまいの症状に難聴や耳鳴りに伴う事が多いです。これは、内耳の平衡感覚をつかさどっている三半規管の障害に、その近傍にある聴覚をつかさどっている蝸牛の障害を併発しているからです。

又、内耳だけに伴わず、脳・脳幹をまきこむ様な病変では、たとえば顔面の麻痺、体の片側の麻痺、感覚障害を伴うことが多いです。

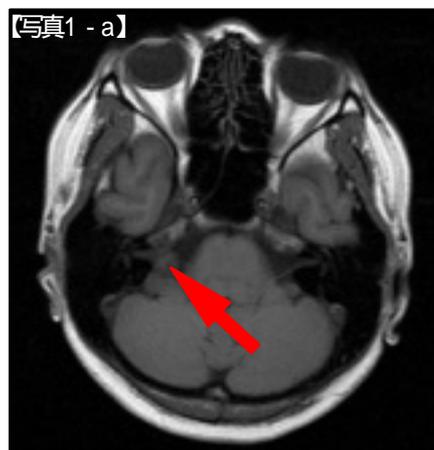
小脳が障害される場合は、体の姿勢保持のバランスが悪くなり、歩の幅が広くなり、動きがスムーズにできず、手が震えたりしてふらつきます。

又、両下肢が地についているという感覚が無いとまっすぐに歩けずふらつきます。これは、暗い所で症状が悪化します。視覚による体のバランスの補正コントロールが出来なくなるからです。この感覚の事を深部感覚といい、姿勢の維持に重要な働きを示す振動覚、関節覚といわれる特殊なものがふくまれます。

どの場所が障害されるとどういふふらつき・めまいがどんな随伴症状と一緒に出てくるかは大変難しいので、今度はめまい症状の質に注目してみます。ここで再度、表1をご覧ください。

表1 1.は、いわゆる耳鼻科領域のめまいでありまして、一定方向の回転感を伴うもの、末梢性の原因、すなわち内耳【図1】の障害が最も多く、時に小脳脳幹を含めた障害にみられることがあります。

表1 2.は、中枢性の事が多く、船等によって揺られているような不安定な感じを伴うもの、たとえば小脳の腫瘍【写真1】、薬物中毒、脊髄小脳変性症等【写真2】があげられます。又、高血圧、低血圧、貧血、心疾患等、全身の問題でも自覚されます。



頭部MRI (T1強調画像)

症例-1
47歳女性
右難聴・めまい・
ふらつきにて受診
した。

右の小脳橋に
接して、
大きな腫瘍を
みとめる。



頭部MRI (T2強調画像)

症例-2
59歳女性
ふらつきにて受診
した。

左の延髄小脳に
接して、
腫瘍をみとめる。



頭部MRI (FLAIR画像)

脊髄小脳変性症
では、小脳だけ
でなく脳幹も委縮
してしまう。

当然、小脳症状が
前景に出る。



チルトテスト実施風景

チルトテストで
起立性低血圧に
よるめまいを確認
できる。

表1 3.は、目の前が暗くなり血の気が引くような感じで、自律神経の障害による、起立性低血圧症や貧血性低血圧症や貧血、心身症によるものがあげられます。【写真3】

表1 4.は、上記のいずれでもないもので、たとえば下肢の筋力低下や膝や足首の関節の障害で、姿勢が維持できない時や、視力・視野の眼科的問題によるものもみられます。

まとめますと、ふらつき・めまいが主訴でも、必ずしも耳鼻科領域の問題だけではなく、脳、頸椎、さらには全身の精査が必要となることをご注意ください。

当院では神経内科医、脳神経外科医といった専門医による診療を行っておりますのでご利用ください。

子供が教えてくれた事～長くて短かった4年間～

看護師 大崎 貴子

私は息子と娘がいます。息子が中学2年生になった時不登校になりました。始めは「お腹が痛い」「頭が痛い」などと言い、学校を休み始めました。その回数が1回2回と増えとうとう学校に行けなくなりました。この時初めて「SOS」のサインだと気づかされました。世間でいう「引きこもり」です。まさか自分の子に限って・・・と思う毎日が始まりました。引きこもりはただ家から出ないのではなく、「昼夜逆転」「自殺願望」「拒食・過食」など様々な状態が続きます。それでも私は、仕事に没頭しようとしてしました。でも没頭なんてできるわけありませんでした。職場では「後輩育成」や「人との関わり方」「カウンセリング」について語ったり指導したりととても現実とかけ離れたような仕事をしていました。今思えば現実逃避だったのだと思います。仕事でも子供の事が頭から離れることはありませんでした。どうか死なないで無事でいますように・・・と。

夫にも親にも親戚にも周りの人達からも「専門家なのに」「お前に任せた」「貴女が悪い」「子供を見てないから」と言われ続けました。本当に自分自身何をやっていたのだろうと責める毎日でした。本当に辛かったです。

大好きな仕事を辞めるか子供との時間を取るか・・・と差し迫られ、悩んだ結果子供を選びました。母親なら当たり前だと思いますが、正直息子と正面で向き合えるか心配でした。息子の姿を24時間見ていれば見ているほど苦しさが増します。イライラも募ります。どうやったらこの状態を自分の心で受け入れられるのか、自分探しの旅の始まりでした。「殺してくれ」「死にたい」と言い続ける息子に私は何も言えませんでした。自宅では泣くことも叫ぶこともできず、近くの川原で大声を出して泣きました。もう涙が出ないくらいいっぱい泣きました。

3年過ぎた頃か「まあいいか」「他の子と一緒にじゃなくても良いんだ」とやっと気持ちの切り替えができるようになりました。この頃には私も遅くなり周りからなんと言われようと「これでも大丈夫」と言葉を返せるようになっていました。自分自身が成長するのに随分かかりました。仕事を離れ子供と一緒に過ごさなければ取り返しのつかないことになっていました。

息子は単位制の高校を無事卒業し今はアルバイトを始めています。最初は人と関わる事に対して本人以上に私が心配していました。しかし、怒られた分だけできることが増えていく我が子は生き生きしています。初めての給料で家族6人揃って食事に行きました。こんな夢のような日が来るなんて思ってもいませんでした。また我が家に「チワワの男の子」が増えました。その子に「行って来ます」と声をかけ出かける息子の背中を胸がキュッとする思いで見送ります。大切な4年間でした。



長寿

看護師 小園 佳美

長生きは「寿」、「おめでたい」って事だと思いますが、あまり寿な事ばかりでもないように思う。認知症やがんの最大のリスクは、老化。長く生きていればいるほどボケやすくなるし、がんになる確率もどんどん上がってくる。そんなシビアな話ではなくても、日常生活でもだんだん鏡を見るのが憂鬱になるものです。

「ああ、ここにもシミがまた増えた。ああ、白髪が増える。うそ...、いつのまにか頬、アゴが垂れている...」。だんだん記憶も曖昧になり昨日のご飯に何を食べたか思い出せなくなるたびに、「自分は大丈夫なのだろうか」と焦って不安になったりする。こんな焦燥感や恐怖と常に折り合いをつけていかななくてはならないのが長生き。

いきなりネガティブな書き出しになりましたが、だからこそ何とかして老化を遅らせたいというのが「アンチエイジング」。今や流行語です。アンチエイジングに関するテーマで今や大注目なのが「サーチュイン遺伝子」。日本語では「長寿遺伝子」と呼ばれています。この遺伝子は普段あまり活躍していないのですが、ひとたび活性化すると老化を防いでくれるそうです。

例えば遺伝子の損傷を修復（老化の原因、がんの原因）抗酸化作用を発揮して心筋梗塞や脳卒中の原因になる動脈硬化を防ぐ、免疫効果を高めるなどありがたい効果が報告されている。

さらに最近すごい事が分かりました。この「長寿遺伝子」が作り出す酵素が、脳の神経細胞の喪失を防いで、脳の機能低下を防いでくれるというのです。認知症の最大の原因であるアルツハイマー病では脳の海馬の機能が落ちて記憶力が衰えることは有名ですが、「長寿遺伝子」が作り出す酵素は海馬の電気刺激に対する反応性を良くするのだそうです。つまりボケ防止にも働いてくれる、やはりこの遺伝子にはしっかり働いてもらいたい。そして、元気ではつらつとした老後を過ごしたいと思います。

そこで「長寿遺伝子」を活性化する方法をお教えしますね。それは『食べないこと』だそうです。この遺伝子、実は飢餓状態に耐えるために備えられたもので飢えたら活性化するそうです。飢えなくても30%のカロリー制限でも活性化すること。主婦である私には経済的なことを考えると涙が出てきます。さあ、食べないで長寿を手に入れるか、食べたいものを好きなだけ食べるかどっちにしますか？

大食いの私としては、まずカロリー制限が出来るかどうかから悩みますが...。（笑）



あけましておめでとうございます。
東名病院で働き始めて1年が経ちました。
まだまだ慣れない事が多く、皆様にご迷惑をおかけしていると思いますが...
暖かく見守って頂けたら嬉しいです。
元気一杯頑張ります！

「東名病院だより」を書くことになり、同期の佐藤さんとネタ探しに行ってきました！！

11月の日曜日、病院を出発し、京都経由で車を走らせました。
約3時間半のドライブをして天橋立へ到着
天橋立ビューランドという天橋立を一望できる場所へ行くためにリフトに乗ります。
山の頂上に向かって急斜面を昇るリフトは、後ろを振り返ると血の気が引くくらいの高さで
恐怖の6分間でした。

リフトを降りると、そこにはTVで見たことのある絶景が！
お天気もよく、対岸まで見渡せる美しい景色が私たちが待っていてくれました。
股のぞき台からのぞき、龍が天に昇る姿とされる「飛龍観」を見て、その素晴らしさにとても
圧倒されました。
智恵の輪をくぐれば願いが叶うという、かわらけ投げをしましたが2人ともくぐらず...。
帰りは、もうリフトに乗りたくないという事でモノレールで降りました！

日本三景はどこかご存じですか??
答えは天橋立・松島・宮島です。
江戸時代初めに、全国を行脚した儒学者の林春斎さんが、日本国事跡考で卓越した3つの景観と
したのがこの3つだそうです。
林春斎さんの誕生日にちなんで、7月21日は日本三景の日になってます。

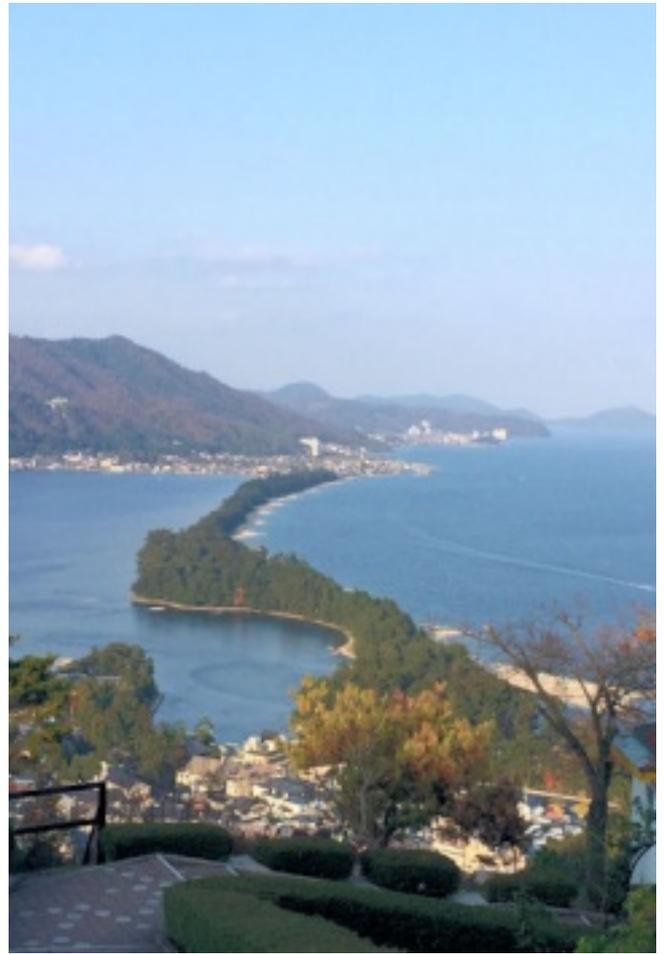
天橋立に行って、綺麗な景色を見て名物の松葉ガニを食べて、幸せな時間を過ごせました。
日本のすばらしさを、これからも旅をして目に焼き付けていきたいと思います。



名物 松葉ガニ



山頂を往復するリフト



天橋立ビューランドよりの眺望



股のぞき台

日本三景の記念石碑

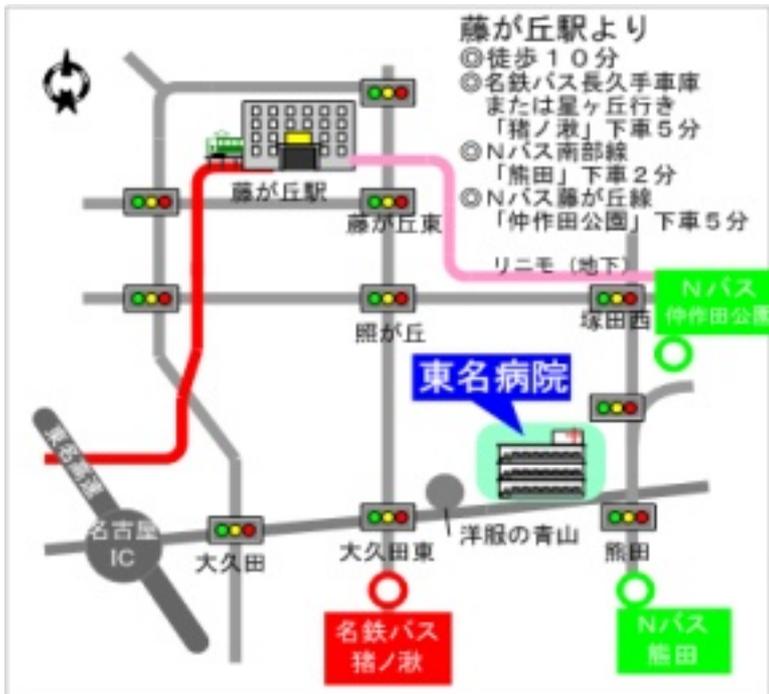


外来担当医表

午前 9:00 ~ 11:45		午後 18:00 ~ 20:00		
月	外科・内科	大塚光二郎	外科・内科 原川伊寿	
	神経内科	高橋正彦		
	整形外科	渡部達生		
火	外科・内科	原川伊寿	外科 木村研吾	
	脳神経外科	松尾直樹		
	神経内科	高橋正彦		
	脳脊髄外科	水野順一*注 (不定)		
水	内科・外科	村瀬允也	外科 水野隆史	
	消化器	横山幸浩		
	脳脊髄外科	水野順一*注 (不定)		
	神経内科	高橋正彦 (10:00 ~)		整形外科 生田国大 (15:00 ~ 18:00)
	循環器	水谷登*		
木	外科・内科	原川伊寿	外科 折本有貴	
	神経内科	高橋正彦		
	循環器	水谷登*		
金	外科・内科	大塚光二郎	外科・内科 大塚光二郎	
	内科・外科	村瀬允也		
	神経内科	高橋正彦		神経内科 泉雅之
土	外科・内科	大塚光二郎	*印の医師は予約制です。 注)脳脊髄外科水野医師の診察は、不定です。	
	内科・外科	村瀬允也		
	脳神経外科	渡部剛也*		

平成25年 4月1日現在

医療法人橘会 東名病院
〒480-1153愛知県長久手市作田一丁目1110
TEL (0561)62-7511(代) FAX (0561)62-2773



名鉄バス時刻表 区間：藤が丘 猪ノ湫

藤が丘
猪ノ湫

藤が丘駅
名鉄バス
乗場から
「長久手車庫」
または
「星ヶ丘」
「愛知学院大学前」
ゆき

時	平日	土曜
8	05.10.34.54	03.08.33.43
9	13.38.43	03.12.33.43
10	08.18.38.43	03.33.43
11	08.38.43	08.38.43
12	08.38.43	13.38.43
13	08.38.43	13.38.43
14	08.38.43	13.38.43
15	08.38.43	13.38.43
16	03.13.23.38 43	03.08.23.38 43
17	03.13.23.38 43	03.08.23.38 43
18	03.13.23.38 43	03.12.23.38 43
19	03.13.25.40 45	以降省略
20	以降省略	

猪ノ湫
藤が丘

当院前の道路を
西へ約200m
大久田東交差点
南側のバス停から
「藤が丘」
ゆき

時	平日	土曜
8	12.21.27.37 40.56	06.11.26.44 46
9	14.27.43.56	06.15.26.46
10	14.26.51	06.15.26.51
11	14.26.51	15.26.56
12	14.26.51	15.26.56
13	14.26.51	18.26.56
14	14.26.51	18.36
15	14.26.53	06.20.38
16	15.19.39.48	03.20.33.51
17	02.17.22.40 48	18.21.41.51
18	00.18.22.43 52	02.18.21.46
19	16.20.43.51	以降省略
20	12.26.45	



南部線時刻表 <左回り> <右回り> 杵ヶ池公園駅発着

左回り

	2便	3便	4便	5便	6便	7便	8便
杵ヶ池公園駅南口	8:26	10:20	12:05	14:15	16:05	17:57	19:40
熊田	8:28	10:22	12:07	14:17	16:07	17:59	19:42

右回り

	2便	3便	4便	5便	6便	7便
熊田	9:50	11:40	13:40	15:35	17:25	19:15
杵ヶ池公園駅北口	9:54	11:44	13:44	15:39	17:29	19:19

1便は省略

藤が丘線時刻表 役場 役場

藤が丘から2番目が「仲作田公園」です

	1便	2便	3便	4便	5便	6便	7便
藤が丘	9:15	11:05	13:05	15:05	16:25	16:55	18:45
塚田西	9:17	11:07	13:07	15:07	16:27	16:57	18:47
仲作田公園	9:18	11:08	13:08	15:08	16:28	16:58	18:48