



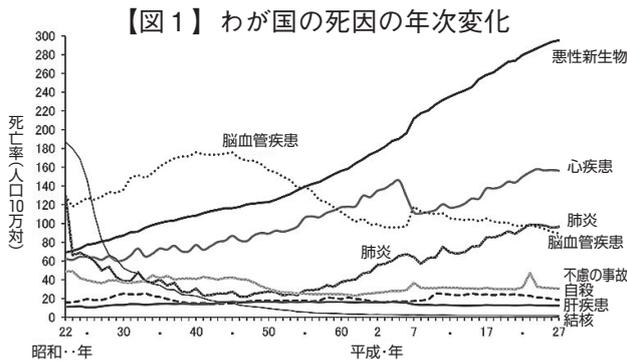
# 南東北ふくしま

平成30年12月1日 Vol.94

【発行】南東北福島病院・リハビリ南東北福島

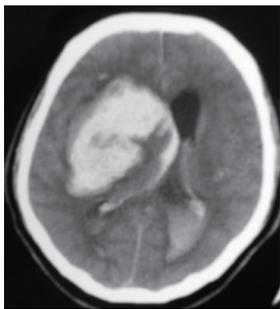
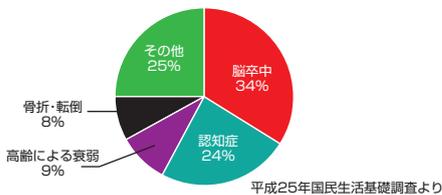
〒960-2102福島市荒井北三丁目1-13/TEL024-593-5100

【院是】すべては患者さん・利用者さんのために



【図2】「脳卒中」は寝たきりの最大の原因

- ・脳卒中は要介護になる最大の原因疾患
- ・認知症の1/3は脳卒中が原因
- ・脳卒中+脳卒中による認知症⇒寝たきりの4割



【写真1】脳出血(右被殻部)

も変わり、減塩対策と高血圧の管理が進み、高血圧性脳出血の患者さんが減る一方、糖尿病、高脂血症などの生活習慣病や肥満、喫煙などを背景

## 手術治療 目覚ましい進歩 回復期病棟の整備進む

「平成」も今年で幕を閉じ、来年5月からは新年号に変わります。そこで今回はこの平成30年間における脳卒中診療の主な変化について解説します。



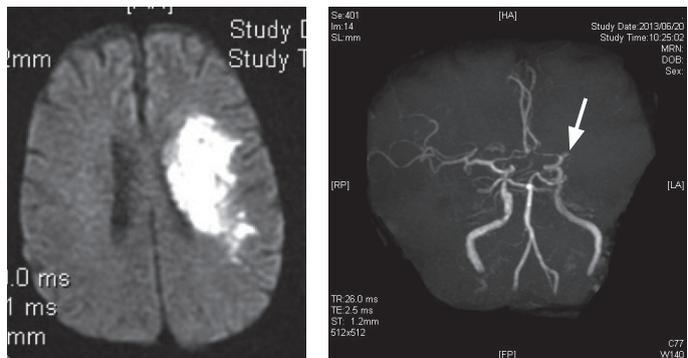
佐藤光夫 副院長

## 平成の脳卒中診療はどう変わったか

南東北福島病院 副院長  
脳神経外科 佐藤 光夫

脳卒中は昭和55年まではわが国の死亡原因の第1位を占め、長い間国民病とされてきました(図1)。現在は数年前に肺炎に追い越され死亡者数では第4位に後退しましたが、それでも昨今の超高齢化社会を迎え、脳卒中が原因で必要とする患者さんは全体の約3分の1と第1位になっています(図2)。

卒中患者さんに対する有用な診断方法はなく、治療と言え一般的なお点滴のみで、第一の治療は絶対安静にするという時代が長く続きました。脳卒中の診断に画期的な進歩をもたらしたものが、1970年代後半に導入されたCT(写真1)と1990年代以降に普及したMRI(写真2)であることはいままでもないことです。また、この間、脳卒中の病態



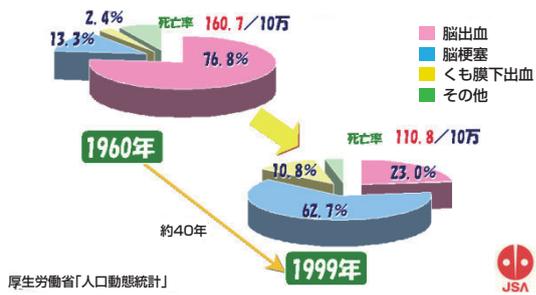
【写真2】脳梗塞：左はMRIで左大脳半球深部の大きな脳梗塞(白い部分)と診断した。右はMRAでその原因は心房細動からの左中大脳動脈閉塞(矢印)と判明した。

今月号のなかみ

- ▼ 2面⇨1面のつづき
- ▼ 3面⇨お口の健康教室「舌痛症」、栄養ひとくちメモ「春菊」、12月の講演会スケジュール
- ▼ 4面⇨ゆきうさぎ通信「楽しく芋煮会」今月のレシピ「アップルパイ」

とした動脈硬化症による脳梗塞の患者さんが大幅に増加するという疾病構図に変化して(2面に続く)

【図3】 わが国における脳卒中死亡の内訳の変化



(1面からの続き)  
きました(図3)。  
脳梗塞発症後の間もない時期の画期的な治療として、わが国ではアメリカに10年遅れること2005年によく



【写真3】 くも膜下出血の顕微鏡手術

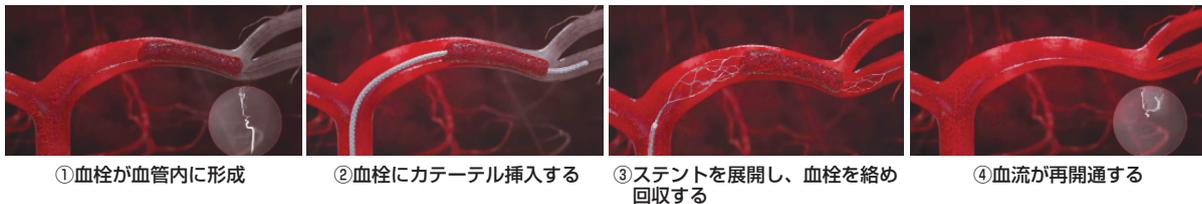
【図4】 血栓溶解療法t-PAの仕組み



組織プラスミノゲン・アクチベータ(t-PA)による発症3時間以内の患者さんを対象とした血栓溶解療法が導入されました。現在は発症4、5時間以内の患者さんが適応となっていますが、まだ、全脳梗塞患者さんの3〜5%に使用されているに過ぎません(図4)。脳卒中の急性期治療(特に脳梗塞)では、発症から治療を開始するまでの時間が重要であり、すなわち病院前救急を含めた医療連携の充実がますます重要になっています。

東日本大震災の後に脳梗塞のなかでも最も予後不良とさ

【図5】 スtentによる血栓回収術のイメージ図



れる心房細動による心房性脳塞栓症の予防薬として、ワルファリンに変わる新規抗凝固薬が4種類発売されました。

### 若手のリハビリスタッフが脳卒中患者さんの機能訓練を積極的に支援しています



【写真4】 当院のリハビリスタッフ

これらの新薬は今後ますます増加するであろうと予測される心房性脳塞栓症の予防薬として、ワルファリンに変わる新規抗凝固薬が4種類発売されました。これらの中で、近年は血管内治療(図5)や神経内視鏡を用いた手術治療の進歩は目覚ましく、今後は外科治療の主流になっていくのではないかと考えられます。

最後にもう一つ、大事なことがあります。それはリハビリテーションによる機能訓練が発症早期から開始でき、さらに病状が落ち着いてから集中的に行える回復期病棟の整備が進んだ点です(写真4)。当院は脳神経外科、脳卒中専門病院として超急性期から回復期における入院や手術治療、さらに退院後の生活期における外来治療や訪問診療も含め、一施設で脳卒中治療を完結できる病院です。今後も脳卒中患者さんの撲滅を目指して、地域住民の期待に応えるべく、病院機能の一層の整備を進めてゆくと所存です。

# 舌痛症 ストレスと関係

## 見た目は異常なく口に乾燥感

### お口の健康教室



口の中に痛みを感じる病気は様々ありますが、明らかに潰瘍や腫れなどがなく、視診では異常なしとされる舌の痛みを生じる疾患を舌痛症と呼びます。痛みの性質としては、焼けるようなヒリヒリとしたような痛み・刺すようなチクチクとした痛み・ズキズキとしたような痛みなど様々です。一つ特徴的な症状として、食事をするときや会話をしているときは痛みが和らぐことが挙げられます。また、舌痛症の患者さんに多く見られるのが口の乾燥感です。実際に口腔乾燥を生じることで乾燥に伴う粘膜炎をきたしますが、舌痛症の場合は明らかに乾燥も認められないことがほとんどです。

現在まで明らか原因は不明ですが、心理社会的なストレスと密接な関係があることが分かっています。仕事や家庭での不安や不快な出来事が痛みを増悪させ、治癒を遅らせる場合も多くみられます。このような症状が見られたら早めに受診をし、対処法をみつけ、痛みを軽減させることから始めましょう。

(歯科口腔外科 歯科衛生士 渡辺美由紀)

### 風疹に注意を!

関東地方を中心に風疹の患者が増加傾向を見せており、福島県内でも患者が発生しています。患者の多くは予防接種率の低い30〜50代の男性、20〜30代の女性です。

風疹は、咳やくしゃみなどの飛沫で感染する病気で、発熱、発疹、リンパ節の腫れなどの症状が出ます。妊娠初期の妊婦が感染すると、赤ちゃんが心疾患、難聴、白内障などの障害を持つて生まれる恐れがあります。風疹を防ぐには予防接種が有効ですが、妊婦は予防接種を受けられないため、可能な限り人ごみを避けるなどして風疹にかからないようにすることが大事です。

### 南東北福島病院講演会 12月スケジュール

| 月日      | 時間                  | 講師             | 講演内容                                  | 場所               |
|---------|---------------------|----------------|---------------------------------------|------------------|
| 12/5 水  | 11:00<br>~<br>11:30 | 放射線科<br>園部 映子  | ミニ健康講座<br>「脳梗塞がすぐわかる<br>MRI検査」        | 中央棟 1階<br>医療相談課前 |
| 12/6 木  | 11:30<br>~<br>12:00 | 感染対策<br>白川 絢子  | ミニ健康講座<br>「感染症トピックス (仮)」              | 中央棟 1階<br>医療相談課前 |
| 12/11 火 | 10:00<br>~<br>10:30 | 栄養科<br>佐藤 あゆみ  | 栄養健康教室<br>「年末年始太りを防ごう」                | 中央棟 1階<br>医療相談課前 |
| 12/12 水 | 11:00<br>~<br>11:30 | リハビリ科<br>千葉 広夢 | ミニ健康講座<br>「体操をしてリフレッシュして<br>元気になろう!」  | 中央棟 1階<br>医療相談課前 |
| 12/13 木 | 11:30<br>~<br>12:00 | 看護部<br>渡邊 美弥   | ミニ健康講座<br>「骨粗鬆症ってどんな病気?」              | 中央棟 1階<br>医療相談課前 |
| 12/14 金 | 14:00<br>~<br>15:30 | 医局<br>佐藤 園美    | 第80回 総合健康講座<br>「家族が認知症かどうか、<br>心配な方へ」 | 東棟 7階<br>講堂      |
|         |                     | 言語聴覚士<br>鈴木 千穂 | 「認知症を知ろう」                             |                  |
|         |                     | 医療相談<br>竹村 亜貴子 | 「認知症になった時の手続き」                        |                  |
| 12/19 水 | 11:00<br>~<br>11:30 | 薬剤科<br>加藤 史浩   | ミニ健康講座<br>「冬も大切!! 水分補給」               | 中央棟 1階<br>医療相談課前 |
| 12/20 木 | 11:30<br>~<br>12:00 | 口腔外科<br>渡辺 美由紀 | ミニ健康講座<br>「歯みがきの必要性とは」                | 中央棟 1階<br>医療相談課前 |
| 12/26 水 | 11:00<br>~<br>11:30 | リハビリ科<br>千葉 広夢 | ミニ健康講座<br>「体操をしてリフレッシュして<br>元気になろう!」  | 中央棟 1階<br>医療相談課前 |
| 12/27 木 | 11:30<br>~<br>12:00 | 看護部<br>井上 宏美   | ミニ健康講座<br>「認知症予防について」                 | 中央棟 1階<br>医療相談課前 |

## 栄養ひとくちメモ

### 春菊

#### 寒い季節が旬



春菊は年間を通してお店に並んでいます。旬は葉と茎がやわらかくなり出荷量が増える11月から2月ごろです。春菊という名前の由来は春に花を咲かせるからです。しか

し、花の季節は葉も茎も硬くなるので風味は落ちてしまいます。

#### 【栄養と成分】

春菊はβ-カロテンを非常に多く含む緑黄野菜です。100gあたりのカルシウム含有量は120mgと牛乳以上で、骨の形成を助けるビタミンKも多く含まれます。カリウムや鉄も豊富です。

#### 【保存の仕方】

乾燥するとすぐにしおれてしまうので、保存する時は水でぬらした新聞紙で包んでからポリ袋に入れ、できれば立

てた状態で冷蔵庫の野菜室に入れましょう。

#### 【おいしい食べ方】

春菊は鍋や白和え、天ぷらなど和食の料理に使うとおいしいですが、オリーブオイルとにんにくを効かせた洋風の味付けで肉と炒めたり、中華風スープに入れたりすることもおすすめです。寒さが厳しくなり風邪をひきやすい季節の食卓に春菊を取り入れてみてはいかがでしょうか。(参考…「栄養と料理」 栄養管理課 管理栄養士 佐藤あゆみ)

# ゆきこうさぎ通信



発行  
リハビリ南東北福島

## 調理するのも楽しい芋煮会

リハビリ南東北で10月12日(金)、昼食を兼ねて、芋煮会が開かれました。お天気はあいにくの雨でしたが、利用者さんらは包丁で野菜を切り、スプーンでコンニャクを小さく切り分けし、和やかに調理しました。

大きな鍋で火加減を見ながら食材を煮て、しょうゆ、みそ、砂糖、出汁で味を調節。「もう少し濃いほうがいいかな？」などと言って何度も味付けを確認していました。できあがって、鍋から芋煮をお



芋煮会の準備をする利用者さんら

腕によそって食事が始まると、利用者さんたちは、「匂いが懐かしいね」「味も濃すぎず、ちょうどよい」と笑顔で話していました。

## 回転寿司店へお食事ツアー

リハビリ南東北福島では普段、外出の機会の少ない利用者さんに外食を楽しんでもらうため10月26日(金)、お食事ツアーを実施しました。



回転寿司店で食事を楽しむ利用者さん

通所リハビリの送迎車で帰られた利用者さんは家族に芋煮会のことを話し、「おいしいものが食べられて良かったね」と言葉をかけられていました。スタッフも芋煮会に参加でき、とても有意義な時間を過ごすことができました。(リハビリ南東北福島 担当者)

人が参加し、施設のスタッフと共に車に乗り、昼時の回転寿司店を訪れました。

最初は久しぶりの外食にとまどい、次々と運ばれてくる寿司を取るのも遠慮がちのお二人でしたが、スタッフにいろいろなメニューを勧められるうちに、自分の好きな寿司ネタに手を伸ばすようになりました。

それぞれ満足行くまで寿司を味わうことができ、「来てよかった」「とても楽しかった」と朗らかに笑顔を見せていました。

今後も多くの利用者さんに外食を楽しんでもらえるよう、月1回の食事ツアーを開催していく予定です。(リハビリ南東北福島 担当者)

## アップルパイ



りんごのソテーを冷凍パイシートにのせて焼けば、本格的な洋菓子風に♪

## 今月のレシピ

### 南東北ふくしま vol.94

発行日 平成30年12月1日  
発行 (一財)南東北福島病院  
リハビリ南東北福島  
住所 〒960-2102  
福島市荒井北三丁目1-13  
☎024-593-5100  
印刷 株式会社 民報印刷

#### 作り方

- ①りんごは皮つきのまま16等分のくし形に切り、芯を取り除く。
- ②フライパンにバターを溶かし、りんごを中火で炒める。砂糖を加えて、さらに炒める。
- ③冷凍パイシートは室温に20分おいて解凍する。
- ④オープンの天板にオープンシートを敷き、③を2枚重ねて置く。
- ⑤長いほうの両サイドを少し残して中央にパン粉をふり、その上に②を並べる。



#### 材料(4個分)

- りんごのソテー
- りんご ..... 1個
- バター ..... 30g
- 砂糖 ..... 30g
- 冷凍パイシート ..... 2枚 (200g)
- パン粉 ..... 適量
- 溶き卵 ..... 適量

#### 効用

りんごはカリウムが豊富です。カリウムは、体内の余分な塩分を外に出して血圧を下げる働きがあります。

リハビリ南東北福島栄養管理