



横須賀市医師会

第 10 号

平成25年 春

すこやか通信



熱中症について

横須賀市立うわまち病院 救急救命センター 本多英喜



熱中症は夏の暑い日の屋外で気分不良や日射病になったという話とは違います。ヒトが体温より高い環境にさらされて体温調節が破たんして、発汗停止、昏睡状態、臓器機能不全で致命的な状態になります。深部体温（深部体温とは直腸温や鼓膜温です）が42℃以上では生命を維持できなくなり、自力での回復はできません。有効な治療法もなく救命率はとても低いものです。つまり、重症の熱中症では予防こそが効果的な対策と考えます。

炎天下でのスポーツや高温環境の職場での熱中症は別の機会に譲ります。今回の特集は身近な熱中症の対策です。予防のポイントは高温環境を避けることと、体温調節に配慮することです。寝たきりの高齢者や乳児のように自分自身で動けない場合や体調不良を訴えられない人たちには配慮が必要です。高齢者は口渴感も鈍くなります。乳幼児は容易に脱水状態になります。**高温環境を避けることが最善の治療ともいえます。**

毎年、私たちの病院にも熱中症の高齢者が搬送されます。患者の特徴は、核家族、高齢者の親と子の二人世帯で、日中仕事に出かけて昼間面倒みることができない、高齢者夫婦でお互い面倒をみられない状況です。窓が閉め切った部屋では春先や残暑の季節でも室温30°Cを超えます。これくらいは大丈夫といって目を離さないことです。住民同士の声掛けや民生委員の活躍はとても頼りになります。繰り返しますが、熱中症は予防が大切です。十分な水分補給は当然ですが、高温多湿を避けて生活環境の工夫と、生活弱者と呼ばれる人たちを放置しない地域社会つくりが大切です。



認 知 症 (4)

久里浜医療センター
認知症疾患医療センター

松 井 敏 史



軽度認知機能障害



はじめに

みなさんは、「軽度認知機能障害」という言葉を耳にしたことがあるでしょうか。これは認知症の手前の状態を指します。年齢のもの忘れであればよいのですが、中に進む方がいます。テレビを観ていて、顔はわかつても名前が出てこない経験がみなさんあるでしょう。これは年齢のもの忘れです。年齢のもの忘れでは出来事の一部を忘れるに対し、進むもの忘れでは出来事全体を忘れている（おぼえられない）傾向があります。簡単なチェックシートをのせました。ご自身、あるいは身内や知り合いの方でこころあたりのある方はいますか？

年齢のもの忘れ(上)と 進む可能性のあるもの忘れ(下)の例

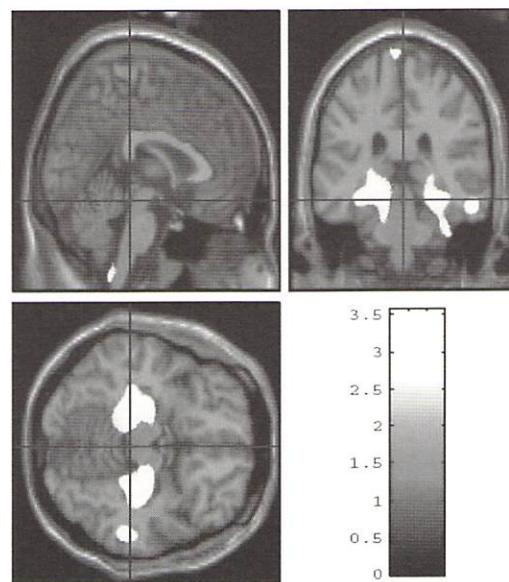
1. 人と会った時
 - 顔は浮かぶが名前が出てこない
 - つい先日会ったことも忘れている
2. 買い物に行った時
 - 広い駐車場で車をどこに停めたかわからなくなってしまった
 - 車で来たことを忘れて帰ってくる
3. 服装に関して
 - 気がついたら急いでいて左右違う靴下をはいていた
 - 服装を指摘されても無関心になる

軽度認知機能障害の意義

軽度認知機能障害の方の10%から20%が（年齢に比べて）進むと言われています。心理検査や画像検査（MRI）を組み合わせて行うことで、ある程度進むもの忘れかどうかを推定できるようになりました。

現在は認知症の薬が使えるようになり、進行をある程度抑えられるようになっています。また、認知症になる前に自分の病状を知ることは大事なことと考えます。「過去の悪い記憶」を清算し、「現在の瞬間」を心身ともに健やかに保ち、「将来」に備えて身の回りの環境を整えることができるからです。まさに認知症への怖れを減らし予防するコツは案外このあたりにあります。

図：進むもの忘れの方のMRI画像。海馬（白いところ）が萎縮ありと判定されています。





横須賀市医師会の活動

胃がんリスク検診について

横須賀市医師会理事
中央内科クリニック

松 岡 幹 雄



胃がんリスク検診は直接胃がんを見つける検査ではなく、胃の健康度を血液検査でチェックして、胃がんになりやすい状態かどうかを調べるものです。現在の胃がんのほとんどは、ヘリコバクタ・ピロリ（以下ピロリ菌）感染とそれに伴う胃粘膜の委縮が大きく関わっています。胃粘膜の委縮の程度を反映するペプシノゲン検査とピロリ菌に感染しているか否かを見るピロリ菌抗体検査を行い、その組み合わせで、ABCDの4群に分類し、胃がんになりやすい状態かどうかを判定します。年間の胃がん発生数は、A群はほぼ0人、B群は1000人に1人、C群は400人に1人、D群は80人に1人といわれています。A群以外の人は、精密検査として内視鏡検査を受ける必要があります。また症状のある方、食道・胃・十二指腸疾患で治療中の方、ある種の薬剤をのまれている方、胃の切除手術をされた方、腎不全の方等はこの検診の対象とはなりませんのでご注意ください。詳しくは、保健所、検診実施医療機関にお問い合わせください。



風しんワクチン接種助成制度(本年9月末まで)のおしらせ

昨年の夏頃から流行している風疹は今年更に流行が拡大し、5月現在の患者数は全国で6千人以上になっています。患者さんの多くは20～40代の男性で、女性では20～30代に流行がみられます。一番の問題は妊娠3か月以内に風疹にかかった場合、お腹の中の赤ちゃんが先天性風疹症候群（心臓・眼・耳の障害や発達の遅れ）になる危険性があることです。妊娠1か月以内に感染した場合は50%の確率で起こるといわれています。下記に該当する方にはワクチン接種をおすすめします。尚、麻しん風しん混合（MR）ワクチンを2回接種していない方は麻疹の予防も兼ねてMRワクチン接種をおすすめします。

●対象：横須賀市民で（1）または（2）に該当する方（年齢制限なし）

（1）妊娠を予定または希望している女性（妊婦を除く）（2）妊婦の夫

●助成額：風しん単独ワクチンの場合は上限4千円を、麻しん風しん混合（MR）ワクチンの場合は上限7千円を市が助成（償還払い）します。

詳しくは市のホームページまたは健康部保健所健康づくり課へ ☎046-822-4317

横須賀市救急医療センター



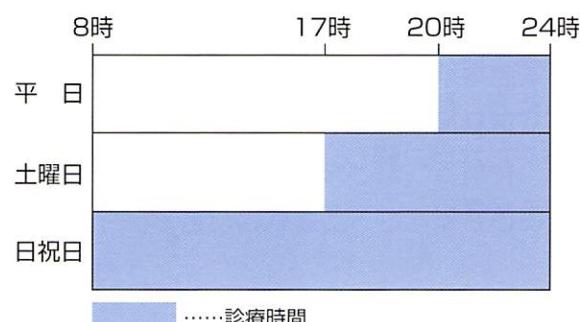
診療科目 内科・小児科・外科

〒238-0014 横須賀市三春町2-17

☎ 824-3001

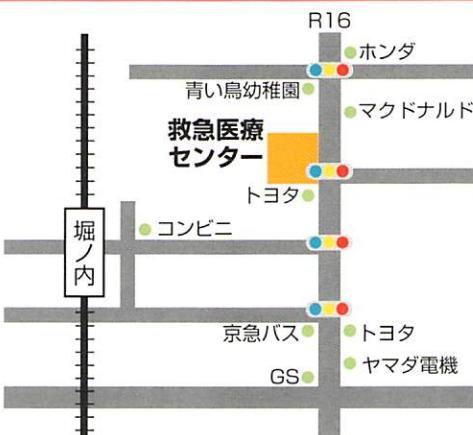
横須賀市救急医療センターは、横須賀市医師会が管理・運営をしております。
横須賀市医師会では、市民の皆様に安心していただける
質の高い医療を提供しております。

診療時間



年末年始 12月29日16時～
1月4日8時まで24時間診療

案内図



横須賀市医師会は、市民の皆様により良い医療を提供できるよう

これからも努力していくつもりでありますので、

よろしくご支援をお願いいたします。

詳しいことは横須賀市医師会ホームページ

<http://www.yokosukashi-med.or.jp>

にアクセスしていただきますようお願いいたします。

横須賀市医師会
モバイルサイト



<http://yokosukashi-med.or.jp/mobile/>

一般社団法人 横須賀市医師会

〒 238-0015 横須賀市田戸台 36-1 TEL 046-822-0542 FAX 046-823-4534