



# すこやか通信

## 在宅医療 (4)

汐入ばくクリニック 院長 新井正晃



### 認知症と治療、それで大丈夫？

認知症で最も一般的なのはアルツハイマー病ですが、在宅療養では他の種類の認知症も大きな問題となっています。レビー小体型認知症は強い眠気・幻覚などの症状を伴い、薬剤過敏になるため少量の薬でも副作用が出やすくなります。前頭側頭葉変性症は興奮・怒りっぽさなどの激しい周辺症状が出るため、介護が困難になります。その他に一部の神経難病（進行性核上性麻痺、多系統萎縮症、大脳皮質基底核変性症など）も認知症の症状が現れます。これらの病気は病状が進行して初めて特徴が現れてくることもあり、早期診断が難しい場合があります。

認知症の中には歩行障害を伴うものがあります。上記のレビー小体型認知症や神経難病などもそうですが、正常圧水頭症も物忘れ・歩行障害・尿失禁という症状が現れます。この病気は脳外科手術で症状が改善することがありますが、歩行障害があっても「膝や腰が悪いから」とか「年齢のせいだから」とされてしまい、なかなか適切な診断・治療に至りません。CTやMRIでは特徴的な画像を示しますが、慣れた医師でないと気づけないこともあります。

認知症の診断・治療を行う専門科は、精神科・脳神経内科・脳神経外科ですが、病状が複雑な場合は一つの科だけで十分に対応できないこともあります。主治医を通して複数の科に相談してみることも大切です。

現在の医学では認知症を根本的に治療することは非常に困難です。いわゆる「認知症の薬」はコリンエステラーゼ阻害剤という種類の薬で、アリセプト、リバスタッチ、レミニールの種類があります。これらの薬はいずれも特徴が異なり、病状に合わせた使い分けが大切です。時に強い副作用が出ることがあります。最も多いのは興奮・怒りっぽさです。薬が開始されてから性格が変わったように暴力的になることもあります。他には、食欲不振、吐き気、下痢などのため満腹に食べれなくなったり、神経のバランスを崩して体が動きにくくなったりもします。認知症への治療効果はもちろんありますが、副作用により生活が崩れてしまうので、薬の種類や強さを慎重に調整する必要があります。時には物忘れの改善を断念し、食事が食べれて気持ちが穏やかに過ごせることを優先した治療にする方が本人・介護者が楽な場合もあります。主治医やケアマネージャーと十分に相談して下さい。

## 循環器科 (3)

三武内科クリニック 院長 三武 明夫



### 塩分摂取について

最近「塩…」という名前の食品が出回っています。そのため塩分摂取が身体に良いと思い込んでいる方もいるようです。しかしながら塩分摂取過剰は高血圧を引き起こし、脳卒中や心臓病、腎機能障害の原因となります。

大量の発汗があったとき、水分だけ補給して塩分を摂取しないと熱疲労（夏ばて等）、熱中症の原因となります。このような時に「塩…」などの食品摂取が便利なのですが、それを拡大解釈している方がいるようです。

日本人の塩分摂取量は世界でも多い方で、一日10グラム以上あります。これはカザフスタン、タイ、シンガポール、韓国、中国などと並んで、世界でも多い方です。世界保健機構（WHO）は、世界中の人の塩分摂取目標を一日5グラムとしています。塩分摂取量の少ない国では、高血圧の人が非常に少ないことが知られています。

一日5グラムまで一気に減らすことは困難ですが、それに徐々に近づけるようにしていくことが必要です。とりあえず一日塩分摂取量7～8グラムを目指しましょう。佃煮や塩からなど、塩分の多い食品を控えめにすること。麺類のスープはできるだけ少なめに摂取すること。味噌汁にはできるだけ野菜や海藻を多く入れることなど、塩分摂取量を減らす努力をしましょう。味覚の好みは一生変わらないものではありません。少しずつ味覚を塩分の薄いものにならしていくことが重要です。





## 横須賀市医師会の活動

### 輝け！横須賀市立看護専門学校

横須賀市立看護専門学校 校長  
猿田耳鼻咽喉科 院長

猿 田 敏 行



横須賀市立看護専門学校は、地域医療機関の要請を受けて、地域の保健・医療・福祉の担い手として、高い知識と技術、さらには医療者としての欠くことのできない豊かな人間性の習得を目指し、有能な人材の育成を目的に平成16年に設立されました。

現在日本は、急速に高齢化社会が進み、看護師の活躍の場が多方面に広がっています。また、医療技術はますます高度化し、今まで以上に専門的な知識・技術を備えた看護師が必要になってきています。しかし高度な知識・技術は確かに大事ですが、それ以上に看護師として、より患者さんの立場にたって仕事ができるような豊かな人間性が必要とされています。

患者さんに最も近いところで働いているのは、ドクターではなくナースです。現在コロナ禍で、重症患者の病棟でも看護師は大活躍、その姿は崇高であり、美しくもあります。医師、教師、あるいは牧師のように“師”が付く職業である看護師は、それだけ社会から尊敬され、期待されている、崇高かつやりがいのある仕事といえるでしょう。

本校の特徴は、1学年40名、全学年でも120名の小さな学校で、市内の医療機関の需要には応えきれていないもどかしさがありますが、その分学生、教職員との距離がなく、和気あいあいとした暖かい雰囲気のある学校です。そのような雰囲気の中で、教員は学生一人ひとりの進捗や特性を踏まえて、全力で指導・支援に当たっており、結果として国家試験合格率は毎年ほぼ100%（昨年度、一昨年度は全員合格）、卒業生を輩出した14年間の平均合格率は98.5%（全国平均は89.8%）となっています。

この様に、少数精鋭の我が校は優秀で人間性豊かな人材を各医療機関に送り届けています。因みに毎年、卒業生はほぼ全員が市内医療機関に就職しています。横須賀市立看護専門学校は、現在横須賀市立うわまち病院の敷地内にありますが、うわまち病院の新築移転に伴い、近い将来移転し新校舎になる予定です。市内在住で将来看護師を目指している方がいらっしゃいましたら是非、当看護専門学校の受験をお待ちしております。

# 横須賀市救急医療センター



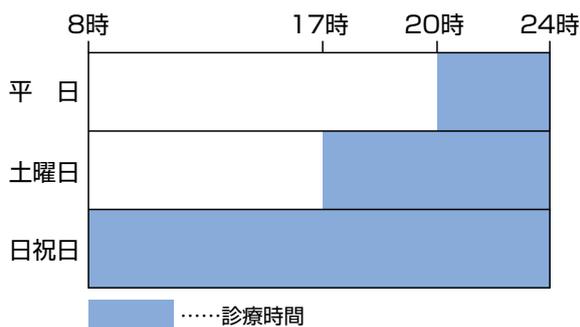
診療科目 内科・小児科・外科

〒238-0005 横須賀市新港町1-11

☎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

〒238-0005 横須賀市新港町1-11 TEL 046-822-0542 FAX 046-823-4534