

サンテ

脳と心を健康に—サンテ溝上病院広報誌

TAKE
FREE

vol.

5

Jul.2023

夏色広がるひょうたん島公園

教えて！
気になる病気の話
認知症



教えて! 気になる 病気の話

認知症

歳を重ねてくると「もの忘れ」を自覚することはよくありますし、高齢家族の「もの忘れ」症状も気にかかるところです。当院では認知症の診断から治療、予防法の指導に至るまで、皆様のニーズに合わせた対応を心がけています。



認知症とは?

「認知症＝もの忘れ」というイメージが強いですが、もの忘れは認知症に特徴的な症状（中核症状）の一端に過ぎません。もの忘れ（記憶障害）の他にも、それまでできていた料理が難しくなったり（実行機能障害）、人の見分けが付かなくなり、家族を知らない人と勘違いしてしまったり（見当識障害）します。そして、認知症が進行すると、着替えや排泄などの日常生活に不可欠な行動が一人でできず、家族など周囲の手助けが必要になります。

また、徘徊や暴言・暴力、幻覚、妄想など、認知症が原因で起こる困った行動のことを行動・心理症状（BPSD）と呼びます。BPSDは認知症の人すべてに起こるわけではなく、接し方や環境整備などで軽減・解消できますが、上記の中核症状以上に、家族や介護者に心配や苦労をかけることもしばしばです。

認知症にはいくつかの種類があります。最も患者数が多いのはアルツハイマー型認知症（約6割）で、次に血管性認知症（約2割）が多く、他にもレビー小体型認知症、前頭側頭型認知症などが知られています。認知症の種類により、症状の出方は少し違ってきますが、基本的にはどれも認知機能症状（中核症状）や行動・心理症状（BPSD）によつて、自立した生活が送りにくくなります。

診断方法

認知症の診断は、問診、血液検査、頭部画像検査が中心となり、これらの結果から総合的に診断することになります。特に、問診により症状の性質や経過、日常生活の妨げとなっている症状を明らかにすることは診断の大きな手がかりになります。例えば、認知症と正常老化によるもの忘れでは、表1のような違いが見られます。また、MMSEやHDS-Rと呼ばれる質問形式の検査も行いますが、どの項目で減点がみられるかが認知症の種類を類推するのに有用です。内服している薬や既往症（持病）の確認も重要です。薬の副作用や持病の症状として認知機能が低下している可能性もあるからです。なお、症状は自覚していないこともありますので、受診の際には家族や介護者の同伴が望ましいです。

表1. 認知症と正常老化によるもの忘れの違い

	認知症	正常老化
記憶障害	出来事自体を忘れる	とっさに思い出せない
自覚(病識)	低下	あり
社会生活	嘗むのが困難	支障がない
行動・心理症状	伴うことが多い	なし



脳神経内科 部長
田中 淳
Jun Tanaka



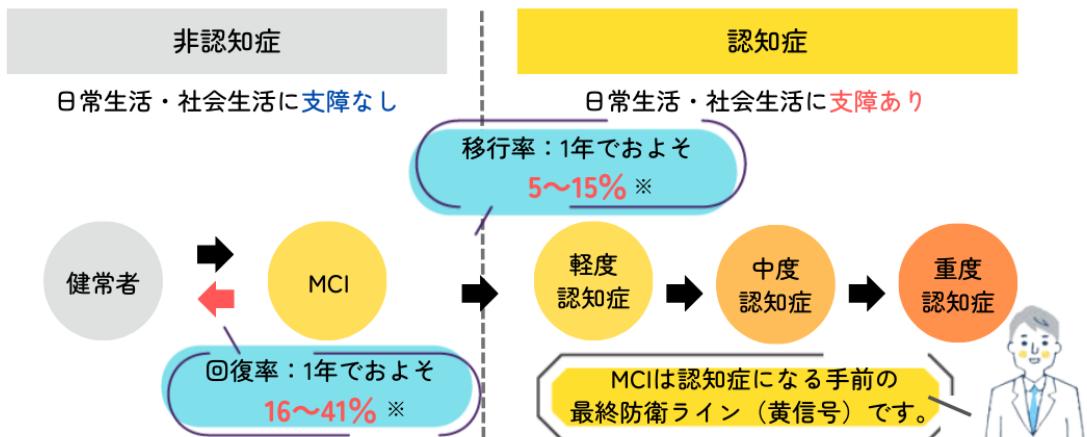
血液検査では、腎臓や肝臓の働きをチェックしたり、電解質（ナトリウムやカルシウム）の異常がないか、甲状腺の働きが弱くなっているいか、ビタミン不足がないか等を確認します。なぜなら、これらの異常で、認知症に似たような症状があることがあります。

頭部画像検査では、自覚していない脳梗塞のあとがないか（血管性認知症の原因になります）、海馬の萎縮がないか（アルツハイマー型認知症でしばしば萎縮がみられる場所です）等を確認します。その他にも「治る認知症」と呼ばれる慢性硬膜下血腫や特発性正常圧水頭症などの病気がないかをチェックします。これらの病気は適切な治療（手術）により、症状が劇的に改善することがあります。

治療方法

認知症と診断された場合には、症状に応じて薬物療法と非薬物療法を検討します。現在の医学では、認知症を「治す」薬はありませんが、症状の進行を遅らせる薬が何種類かあります。症状の進行を遅らせることで、ご本人の健康寿命の延伸をはかり、家族や介護者の負担を減らすことが可能です。非薬物療法とは、薬物を使用せずに、例えば運動や音楽、脳トレなどにより、脳に刺激を与えることで認知症の進行を遅らせます。また、認知症の方に対する周囲の対応の仕方も、精神的な安定を図る上で非常に重要です。特に、行動・心理症状（BPSD）は、周囲の適切な対応により軽減することができます。

図1. 軽度認知症（MCI）と認知症



※ 日本神経学会（監）：認知症ガイドライン2017.CQ 4B-2, 147

外来診療担当表R5.4現在

脳神経内科	月	火	水	木	金	土
午前	田中 (新患)	田中 (新患)	-	田中	-	-
午後	田中	田中 (新患)	-	田中 (新患)	-	

【受付時間】 午前 8:30~12:00
午後 13:30~17:00

最後に

当院の行動指針の一つに「地域要介護者を減らします」という項目があります。現在の日本においては、要介護度が高い群（要介護3～5）の半数は、認知症と脳血管疾患で占められています。当院はそのいずれの疾患に対しても、専門的な医療を提供できる体制を整えております。もし、次ページのチェックリストに該当するような項目があり、認知面で心配があるような場合は、いつでも気楽に当院にご相談頂ければと思います。

『やってみよう』

認知症 早期発見のためのセルフチェック

以下のチェックリストで、ご自身または身近な方に当てはまる症状がないか確認してみましょう。

記憶障害	<input type="checkbox"/> 部分的ではなく、全体を忘れる ・朝食に何を食べたのか、だけでなく、朝食をとったこと自体を忘れる ・話の内容ではなく、話をしたこと自体を忘れる → 同じことを何度も尋ねる
見当識障害	<input type="checkbox"/> 時間や日付を間違えることが多くなる
判断力や思考力の低下	<input type="checkbox"/> 考え分けができない、すぐ混乱する ・2つの作業をして、1つを忘れる ・自販機やATMなどの前でまごつく ・複雑な話を理解できない
実行機能障害	<input type="checkbox"/> 物事をスムーズに進められない ・自分で計画を立てられない ・変化に対応できない ・買い物で同じものを買う
行動・心理症状	<input type="checkbox"/> 自信を失い、意欲がなくなった <input type="checkbox"/> 身の回りに無頓着になった <input type="checkbox"/> 怒りっぽくなったり、疑い深くなったり
取り繕い	<input type="checkbox"/> 忘れたことを認めず、屁理屈を言ってごまかすことが多くなった
食い違い	<input type="checkbox"/> 「できないこと」の認識が、本人と家族で食い違っている



2~3年前まではちゃんとできていたのに
(これといった原因がなく)
できなくなったりしたことがあります！



県産食材を使った食事とスイーツを堪能できるお洒落なカフェ

場所は5月にオープンしたばかりのSAGAサンライズパーク内にあります。厳選された佐賀県産の食材とスペシャルティコーヒーを使用し、『心も体もヘルシーに』をコンセプトに安心・安全な食事を提供されています。幅広い世代の方が色々な用途で楽しめるよう、工夫を凝らしたメニューと開放的な癒しの空間であなたもホッと一息ついてみませんか。



▲佐賀県産野菜のキッシュプレート

▲リオレ(左) レモングラス緑茶(右)



SHOP DATA

店内はテラスに面した大きな窓から明るい光が差し込みます。床や壁はグレーを基調としたシンプルながらも、木製家具や観葉植物からあたたかみを感じます。様々なシーンに対応できるよう、テーブル席の他にペット同伴可能なソファーキー席、陸上競技場が見えるカウンター席もあります。

ランチメニューは『骨太有明鶏のチキン南蛮』、『肥前さくらポークの自家製ベーコン温玉丼』、『佐賀県産野菜のキッシュプレート』の3種類で、いずれもテイクアウト可能です。

デザートやドリンクは終日注文可能で、その中でも一押しなのが『リオレ』(フランス風ライスパディング)。多久産棚田米特Aランクの「夢しづく」ミルクで炊いて作られるリオレに、季節のフルーツ、ジャスミンゼリー、ヨーグルトムース、煮豆を合わせたミニパフェ風のデザートで、色々な味と食感が楽しめます。

メニューによっては季節ごとに食材が変わるので、何度も通っても美味しい発見があなたを待っています♪

SCOLCAFE&D (スコルカフェアンドディー)

〒佐賀市日の出2-1-10 SAGAサンライズパーク パークテラス内

☎/0952-37-7423

営/11:00-18:00

※ランチは11:30-14:00L.O.

駐/サンライズパーク駐車場利用可 (最初の1時間は無料)

休/火・水



SCOLCAFE_D

COLUMN

サンテ溝上病院 理事長 院長

溝上 泰一朗

先日、画家の原田泰治さんをしのぶ会に参加させていただきました。

原田泰治さんは、2022年3月2日にこの世を去られました。私は2020年8月にお会

いする機会があり、彼のあたたかな人柄と大きな器に触れることができました。

原田さんは小児麻痺で足が不自由であり、旅に対して憧れがあったそうです。

彼は42歳の時に朝日新聞の日曜版で、旅をしながら1週間で絵と文を書き上げるという連載に挑戦されました。その時の原田さんの作品は、サンテ溝上病院のロビーの柱に飾られています。一貫したテーマを、違う土地を巡りながら取材し、絵と文章を1週間で仕上げて発表し続ける・・何と言うバイタリティー！

原田さんの絵は、風景とそこに住む人々の存在感が溢れおり、私たちに共通の優しい気持ちを呼び起こしてくれます。彼の作品は大胆な構図や繊細な描写、美しい色彩が特徴ですが、何よりも「人間の力強さ」を感じさせてくれます。作品には原田さん自身の優しさと力強さが宿っているかもしれません。

その生命力に満ちた絵は、病院の環境にぴったり合っていると思います。通院される方々やリハビリを頑張る方々にとって、原田さん絵が励みとなり、心の癒しとなり、希望と勇気を与えてくれることを願っています。



画家：原田泰治 氏

INFORMATION & TOPICS



就任のごあいさつ

急性期病棟師長

大串 和章

令和5年4月より3階急性期病棟の看護師長として就任致しました。3階病棟の目標として「急性期病棟の役割を認識し、安心・安全・安楽で、専門性を活かした質の高い看護を提供する」を掲げました。

私自身、看護師となり24年目を迎えた。これまでの看護師人生で得た知識や経験を生かしながら、看護師のみならず多職種と連携して急性期病棟にふさわしい高度な医療に加え、質の高い看護の提供を目指して参ります。

脳卒中という病気はある日突然発症し、日常生活に大きな変化を及ぼします。患者さんが治療を行う中で安心して入院生活が送ることができ、1日でも早く社会復帰できるよう、スタッフ一丸となり入院生活をサポートさせていただきます。

溝上院長が掲げている「ほこれらの医療」をモットーに、患者さんやそのご家族の心に寄り添う看護を提供していく所存でございます。

どうぞ宜しくお願い致します。



健康セミナー開催

6月15日(木)、循誘校区社会福祉協議会主催による健康セミナーを、循誘公民館にて開催いたしました。

当院の脳血管内科部長である上床武史が講師となり、「脳のつぶやき」をテーマに脳卒中の症状や予防方法、治療法についてお話をさせていただきました。皆さん熱心に耳を傾けてください、「とても参考になりました。」と嬉しい感想も頂戴いたしました。

講義の後は当院理学療法士の指導のもと、「転ばぬ先のリハビリ体操」をテーマに椅子に座りながら取り組めるストレッチや体操を実践していただきました。

当日は約60名の方にご参加いただき、盛況のうちに終了しました。

今後も地域の皆さまの豊かな時間を守る病院として、皆さまの健康増進に取り組んで参ります。

材料 (2人分)

- ・そうめん...3束
- ・豚ひき肉...150g
- 【A】
 - ・しょうが...小さじ2
 - ・にんにく...小さじ2
 - ・玉ねぎ...1/2個
 - ・えのき...1袋(小)
 - ・きゅうり...1本
 - ・ミニトマト...4個
 - ・味噌...大さじ1
 - ・酒...小さじ1
 - ・醤油...小さじ1
 - ・みりん...小さじ1
 - ・砂糖...小さじ1
 - ・鶏ガラスープの素...小さじ1/2
 - ・トマトジュース...200ml
- 【B】

作り方

1. フライパンにごま油を熱し、みじん切りにした【A】を水分を飛ばすように炒める。
2. 【A】にひき肉を入れ、火が通ったら【B】の調味料とトマトジュースを入れて水分を飛ばしながら、とろみがつくまで中火で煮つめる。
3. 茹でたそうめんの上に、きゅうり(千切り)、ミニトマト(半分に切る)、3.を器に盛り付ける。

監修：管理栄養士
田中 智穂

お好みで酢や
ラー油を加え
ても、GOOD♪

旬を味わう健康レシピ

夏野菜のカラフル ジャージャー素麺



栄養豊富な夏野菜「トマト」

「トマトが赤くなると医者が青くなる」といわれるほど、トマトは栄養が豊富な食材です。トマトの栄養素として特に注目すべきは、リコピンです。赤い色のもとになつてている成分で、強い抗酸化作用があり、その作用はビタミンEの100倍以上。トマトのリコピンによる、糖尿病や動脈硬化、各種ガンなどの病気を予防する働きがあると言われています。リコピンは油に溶けやすい性質があるため、油を使つた料理法により、リコピンの吸収を高めることができます。また熱にも強い性質のため、炒めたり煮込んだりしても栄養価が下がることはありません。



外来担当医

		月	火	水	木	金	土
1	午前	脳内 田中	整形 外科 (脊椎) 吉原	整形 外科 佐々木	整形 外科 野田	脳外 (脊椎) 劉	整形 外科 (第3・5土曜) 矢野 要予約
	午後	脳内 田中	整形 外科 (脊椎) 吉原				午後休診
2	午前	内科 佐藤	内科 渡部 (受付: 11:30まで)	内科 佐藤	内科 佐藤	内科 佐藤	内科 渡部
	午後	内科 佐藤	内科 秋山	内科 佐藤	内科 佐藤	内科 佐藤	午後休診
3	午前	脳外 尤	血管 外科 奈田	脳血 上床	血管 外科 奈田	血管 外科 奈田	血管 外科 奈田
	午後		血管 外科 奈田				午後休診
4	午前	脳外 溝上	脳内 田中	脳外 溝上	脳外 尤	脳血 上床	脳 交代制
	午後	脳外 溝上	脳内 田中	脳外 溝上	脳外 尤	脳血 上床	午後休診
5	午前	健診 古川	脳外 溝上	健診 古川	脳内 田中	健診 古川	血管 外科 奈田
	午後	健診 古川		健診 古川	脳内 田中	健診 古川	午後休診

◆診療時間 月曜～金曜 午前 09:00～13:00
午後 14:00～18:00

土曜 午前 09:00～13:00
日曜・祝日 休診

◆診療科目

脳神経外科/脳血管内科/脳神経内科/内科(循環器)
血管外科(外科)/整形外科/リハビリテーション科

◆病床数

総数75床(一般病床25床 回復期リハビリテーション病床50床)



サンテ溝上病院

〒840-0811 佐賀市大財1丁目6-60
TEL. 0952-24-5251
FAX. 0952-24-5261



当院
ホームページ

SNSもご覧ください >>



Instagram



Facebook



YouTube