

砂丘

発行：独立行政法人 国立病院機構



鳥取医療センター

発行責任者：井上 一彦

理 念

1. 人類愛に基づく、質の高い医療を提供する。
2. 患者本位の医療体制を確立し、十分な説明と同意の下に、自由意志を尊重し、人としての尊厳を守る。
3. あらゆる情報の公開に努め、医療人としての自己研鑽に努める。

広報誌「砂丘」が変わります

砂丘編集委員会委員長

「砂丘」は鳥取医療センターの広報誌として平成 17 年から発行を開始し、本号で第 52 号となります。尚、鳥取医療センターは平成 17 年 7 月 1 日に、旧西鳥取病院と旧鳥取病院が統合して発足しました。

「砂丘」の中で鳥取医療センターの診療内容・医療機器・病院行事などを紹介してきましたが、患者さんや地域の住民の方には、わかりにくい内容であったように思います。

今後は患者さんや地域の住民の方に、当院の診療内容や特色などについて知っていただくために、いろいろな情報を発信していきたいと考えていますので、よろしくお願いします。

- ◆ 所在地 〒689-0203 鳥取県鳥取市三津 876 番地
- ◆ 電話 0857-59-1111
- ◆ 診療受付時間 午前 8 時 30 分～午前 11 時 30 分
- ◆ 専門外来診療時間 午後 1 時 30 分～午後 3 時 00 分（睡眠外来の受付時間は午前中です）
- ◆ 休診日 土曜日・日曜日・祝日・年末年始、ただし、急患の方はこの限りではありません。
- ◆ ホームページ <http://tottori-iryo.jp/>
- ◆ 地域医療連携室 TEL0857-59-1111(内線 275) FAX0857-59-0713

鳥取医療センターの外来について

統括診療部長 高橋 浩士

今この「砂丘」を手にとってご覧の皆様の中にも、「鳥取医療センターはどんな病院なの？」と思われる方がいらっしゃるのではないかと思います。

当院近隣の湖山や美萩野にお住いの方々の中にも、大昔、鬱蒼とした森の中に結核の療養所であったことから、お年を召した方の中には未だにそのイメージをお持ちの方もいらっしゃると思いますし(現在、当院の結核病床の県指定はなくなっています)、若い人の中には「あまり聞いたことないよくわからない病院だな。」と思っている方もおられるようです。

鳥取医療センターとは一体どんな病院なのでしょう？

鳥取県東部には、鳥取県立中央病院、鳥取市立病院、鳥取赤十字病院など多くの診療科をもつ、いわゆる‘総合病院’があります。当院はそのような総合病院ではありません。もちろん一般の内科、呼吸器科もありますので、風邪、高血圧などよくある病気で近隣にお住いの皆様が受診していただいて一向に構わないのですが、当院の強みは一見あまりなじみの少ない診療科、具体的には神経内科、リハビリテーション科、精神科、小児科(脳神経小児科)にあります。皆さんはそもそも神経内科って何？とか、神経内科と精神科ってどこが違うかよくわからないと思われる方も多いのではないかと思います。簡単に言うと神経内科は、脳梗塞などの‘脳’の病気を診るところ、精神科は‘心’の病を診るところです。小児科(脳神経小児科)は、子どもの‘脳’と‘心’を診るところです。つまり鳥取医療センターは、子どもから大人まで脳(神経)と心の病気の診断・治療を得意とする病院ということになります。

私は神経内科が専門ですので、ここでは主に神経内科について説明させていただきます。神経内科の診る病名をあげてみますと、認知症、脳卒中、頭痛のほか、パーキンソン病やALSや脊髄小脳変性症、筋ジストロフィーや、診断するのが専門家でないと難しい神経難病のほとんどがそうです。一見あまり自分には関係ないかなと思われるかもしれませんが、実はよくある症状、もの忘れ、ふらつき(歩行障害)、手足のしびれ、頭痛などの原因を探り、治療するのが神経内科なのです。そし

てその神経内科の専門医(＝プロ)が鳥取県東部で一番多いのが鳥取医療センターです。実は鳥取県東部のみならず、中国・四国地方の全医療機関の中で神経内科専門医が2番目に多いのが鳥取医療センターです(大学病院を除く)。

年をとってきて手の震え、動きが鈍くなるパーキンソン病という病気があります。高齢者の100人に1人はかかる神経難病ですが、神経内科医はパーキンソン病の診断・治療も得意です。パーキンソン病の早期の診断や投薬治療(いわゆるさじ加減)は神経内科専門医でないと、なかなか難しいのですが、その専門医が7名いるばかりでなく、他の施設にはいないパーキンソン病に特化した高度専門リハビリテーション方法を習得したリハビリスタッフも多数おり、外来リハビリを行っております。外来のみならず入院でも、そのようなリハビリスタッフとパーキンソン病を熟知した専門の看護師と医師がチームとなり、短期集中リハビリを行なっています。砂丘のまさにこの号はパーキンソン病の特集となっていますので、ぜひご覧ください。

当院の小児科(脳神経小児科)も他の病院にはない特長があります。子どもの‘脳’と‘心’を診るプロである脳神経小児科医が複数おり、当院は子どもの心の問題に関する支援医療機関になっております。乳幼児期の発達の遅れ、言葉や発音の問題、学校での学業や行動の問題、てんかん、睡眠の問題、頭痛、不器用やチックなどの運動の問題、脳の病気による後遺症、遺伝相談など、小児科医の中でも特にエキスパートでなくてはできない診療を発達外来(予約制です)で行なっています。

繰り返しになりますが、鳥取医療センターは、もの忘れ、ふらつき(歩行障害)、手足のしびれ、頭痛の症状があったら受診を強くおすすめします。アルツハイマー病などの認知症、脳卒中、なかなか治らない頭痛や、パーキンソン病・ALSなどの診断の難しい病気の疑いがあったら、かかりつけ医の先生から当院神経内科へ紹介してもらってください。

お子様につきましても、発達の遅れや脳と心の問題が疑われるようでしたら、ぜひ当院小児科(脳神経小児科)へ予約受診をお願いいたします。

パーキンソン病について

神経内科医長 土居 充

パーキンソン病ってどんな病気？

今から約200年前にイギリスのパーキンソン先生がこの病気の症状の特徴を本に記載したのが始まりです。脳のドーパミンに関係する細胞がゆっくりと悪くなる病気であることが1960年代にわかりました。しかし、その細胞が悪くなる原因は詳しくはわかっておりません。ドーパミンは神経から神経に刺激を伝える役割をになう物質の一つです。このドーパミンが不足することで、ふるえ(振戦)・動きにくさ(動作緩慢)・体の硬さ(筋強剛)・バランスの悪さ(姿勢反射障害)などの症状がみられるようになります。65歳以上では100人に1人がこの病気にかかるといわれており、高齢化とともに、患者さんの数は今後ますます増加していく傾向にあります。

パーキンソン病の最初の症状はどのようなもの？

最初の症状は、患者さんによってさまざまです。手の震えで病院を受診する人もいれば、動きにくさで受診する人もおられます。あるいは、腰痛で整形外科に通院している中で、歩行の異常に気づかれる方もおります。バランスの悪さは病気の始まりからみられることはありません。震えや固さには左右に程度の差がみられます。また、最近では動きの症状が出る前から、臭いが分かりにくい、夜に大声が出る、便秘が目立つなどの症状がみられることがあり注目されています。

パーキンソン病の症状は？

ふるえ(振戦)・動きにくさ(動作緩慢)・体の硬さ(筋強剛)・バランスの悪さ(姿勢反射障害)といった動きに関係する症状が主ですが、それ以外にも様々な症状がみられます。一番多い症状は便秘です。その他にも、頻尿、腰痛、眠気、抑うつ、幻覚、認知障害などがあります。幻覚や認知障害が病気の初期からみられる場合は、別の病気を考えます。

パーキンソン病の診断はどうやっているの？

症状とその経過が重要になります。脳梗塞のように急に症状が大きくなることはありません。診察をして体の硬さや歩行の様子、パーキンソン病では見られない症状がないかなどについて診察します。MRIの画像検査は行いますが、パーキンソン病では異常は見られません。他の疾患でないことを確認するために行います。その他、高額な検査になりますが、MIBG心筋シンチグラフィとDATシンチグラフィがあります。

治療はどうするの？

リハビリテーション、薬での治療、外科手術の3つがあります。パーキンソン病とわかれば、いつからでもリハビリテーションを始めましょう。リハビリテーションを行うことにより、病気の進行を遅らせ、薬の使用が多くなることで起こる不都合な時期を遅らせることが期待されます。リハビリテーションと薬は自転車の両輪です。どのようなリハビリテーションをしたらよいかなど、お困りの際は当院にご相談ください。

気を付けることは？

パーキンソン病は制限されることがない病気なのです。糖尿病のように食事制限ありません。むしろ、体重が減らないようにしっかりと食事を摂取することが大切です。制限はありませんが、活動的な生活を心がけ、積極的にご自身でリハビリテーションに取り組むことが大切です。

脱水や感染、骨折をきっかけに、パーキンソン病が悪化してしまうことがあり、水分摂取、口腔の衛生管理、転倒予防など日ごろの体調管理もとても大切です。

パーキンソン病ではいろんな種類の薬を組み合わせで処方することが多くあります。薬の作用と考えられる症状がみられることがあります。嘔気、食欲不振、下肢のむくみ、幻覚、眠気、体の勝手な動きなど様々です。担当の先生とよく相談しましょう。

知っておくとよいこと

パーキンソン病は指定難病の対象疾患になっており、医療費の補助が受けられます。しかし、症状が軽いと対象にはなりません。歩行に支障がでることがあれば、担当の先生に相談しましょう。

当院の難病相談・支援センター

(電話番号0857-59-0510) でも説明させていただきます。

入院を上手に使って
イキイキと



パーキンソン病短期集中 リハビリテーション入院について

1 病棟看護師長 上田 素子

パーキンソン病になると体が動きにくくなったり、声が出しにくくなったりします。

当院では、平成28年よりパーキンソン病短期集中リハビリテーション入院として、生活に必要な動きや言語をトレーニングし、症状を軽減することで、より快適な生活が送れるように支援しています。入院期間は、2週間から4週間と患者さんの症状に合わせた内容で行えます。

私たち看護師は、パーキンソン病看護において『薬剤管理・栄養管理・転倒予防・家族支援』の4つの柱を大切に患者さん一人一人の症状や生活環境に合わせた指導・支援を行っています。特に転倒については、病棟では行動範囲や広さが限られているため、転倒せず過ごせても「自宅では毎日転倒しています。」という声が多く聞かれます。そのため、病棟看護師とリハビリスタッフや訪問看護師と一緒に自宅を訪問し、実際に自宅での動きや物品配置を確認しながら転倒予防に対するアドバイス等を行う『退院前訪問』を行っています。また退院後も病棟看護師が自宅を訪問し、退院後の生活を確認することで生活上での不安を軽減し、一日でも長く安心して在宅生活が送れるように『退院後訪問』にも積極的に取り組んでいます。生活の中での困りごとが一つでも解消できるように病院全体でサポートしていきます。

一度、パーキンソン病短期集中リハビリテーション入院を利用してみてください。

難病相談支援センターのご紹介

難病相談支援センター 相談員 太田 くによ

鳥取医療センター内にある、難病相談支援センターは難病患者様の相談支援を行っています。国から指定されている難病は331疾患ありますが、今回はパーキンソン病の患者様への支援をご紹介します。



医療費（薬代も含む）が高くて大変ではありませんか？

難病医療費助成制度が利用できます。

申請して承認されると、「特定医療費（指定難病）受給者証」が交付され、難病医療費自己負担が軽減されます。

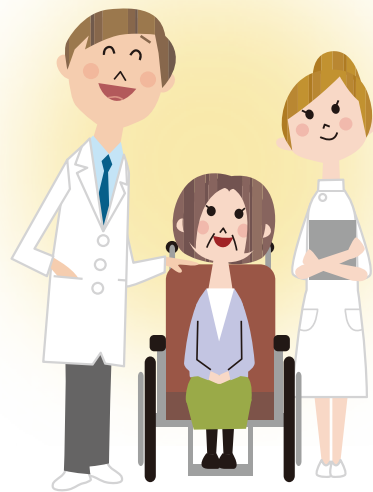
受給者証の対象となる方は、すくみ足がおこりやすい、バランスをくずしやすい、チョコチョコ歩きになる等の症状や、通院に介助が必要になるなど一人での行動がしづらくなった方です。（主治医から申請の話があるかと思います）

また、軽症高額該当の制度で、症状が軽い方でも、月ごとの医療費総額33,330円を超える月が年間3回以上ある場合は、難病医療費助成の対象となります。（健康保険3割負担で自己負担額が約1万円／月以上を3回以上支払われている方）

対象になるかも？と思われる方は難病相談支援センターの方へ相談ください。

最近転びやすくなりましたか？

転びやすくなったと感じておられる方、介護保険制度を利用して玄関、廊下、トイレ、浴室などに手すりの設置や、つまづく段差の解消などをしていただきます。工事費用（限度額20万円）の1割～3割の負担でできます。詳しいこと等知りたい方は難病相談支援センターに相談ください。



パーキンソン病患者友の会があります。

療養生活がづらくなったら、外の世界にも目を向けてみましょう。一人で病気について悩んでいるよりも、同じ病気の悩みを抱えている患者さんや家族の話を聞いて話すことで、気持ちが楽になるはずです。

鳥取県東部のパーキンソン病患者会は毎月1回第1日曜日に行っています。

場 所：鳥取市障害者福祉センター（さわやか会館）

時 間：10時～12時まで

参加費：無料 詳しいことは難病相談支援センターにお尋ねください。

（電話番号 0857-59-0510）



パーキンソン病と リハビリテーションについて

理学療法士長 丸山 康德

パーキンソン病は体がこわばる、話しにくくなるなどの症状により日常生活が送りにくくなります。しかし、近年では適切な薬物療法に加え、「リハビリテーション」を併用する事により、長期的に体の動きを良い状態に保つことが出来るようになってきていると言われています。

また、リハビリテーションは早くから行うことで、発症から長い年月が経っても、移動・食事・入浴などの日常生活動作で介助を必要とすることが少なくて済みます。歩行や筋力強化、柔軟性の改善などを実施する理学療法士、実際の日常生活の動作について改善・支援を行う作業療法士、発声や嚥下などに関わる言語療法士が、それぞれ専門性を発揮し、その時の状態や症状に合わせてリハビリテーションを行う事が大事です。

当院の特徴としては、比較的症状の軽い段階からそれぞれの状態や症状に合わせ、多職種でリハビリテーションを提供し、将来的に良い状態が長く続くことを目標に患者さんを支援します。

パーキンソン病と薬について

薬剤師 坂本 健太郎

パーキンソン病の治療は投薬での治療が欠かせません。かつては治療法のない難病と言われていましたが、現在では多くの薬剤が開発され、薬剤による治療をしっかりと続けることで、症状を改善することが可能で、健康な方とほぼ同じように生活することができるようになるといわれています。

鳥取医療センターでは、短期集中リハビリ入院などで患者さんの生活リズムにあった服用方法を提案することにより、副作用を抑え、より効果的に薬剤を使っていただけるよう努めています。

外来患者さんで、お薬について気になることがあれば、お気軽に薬剤師へご相談ください。



パーキンソン病セミナーのご案内

鳥取医療センターのパーキンソン病に関する取り組みを知っていただくために、医療関係者を対象としたセミナーを開催予定です。

第1回

鳥取医療センター

パーキンソン病 セミナー

～みんなで支えるパーキンソン病～

日時：2019年 6月15日 土

14:00～16:00 (開場13:30)

場所：鳥取県立福祉人材研修センター 中研修室

14:00～15:00

第1部

「パーキンソン病と
いろいろな“ふるえ”」

講師：花島 律子先生 (鳥取大学医学部脳神経内科教授)

15:00～16:00

第2部

「パーキンソン病の摂食嚥下について」
～姿勢と食事方法について考える～

講師：加藤 伸一 (鳥取医療センター 作業療法主任)
小川 美由紀 (鳥取医療センター 言語聴覚士)

Comedical topics

放射線科 富田 正二

骨は元気ですか!!

20代をピークに骨の量は次第に減少して行きます。骨に「す」が入ってもろくなり、腰痛や骨折の原因となります。これが『骨粗鬆症』です。

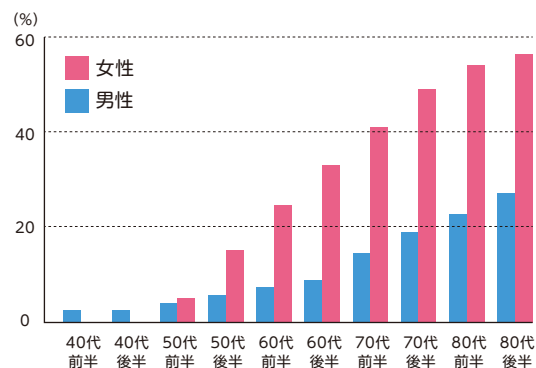
「私は大丈夫」と思っている方も安心はできません。

割合は年齢が高くなるほど上がり、50歳以上の女性の3分の1が骨粗鬆症と言われています。

骨粗鬆症になると、もろくなった背骨（椎体）が上下に押しつぶされたように骨折する「椎体圧迫骨折」や、足の付け根（大腿頸部）の骨折「頸部骨折」を起こしやすくなります。特に頸部骨折は、動けない状態が長期間におよび寝たきりの原因になることもあります。

最新の骨密度測定装置で「骨粗鬆症」の早期発見をしましょう。

外来又は主治医にご相談ください。



栄養管理室 坂根 良和

おいしいデザートをお楽しみください!

病棟で、ひなまつりや七夕、クリスマスなど趣向を凝らした季節の行事を行っています。栄養管理室は行事にあわせたデザートやミニケーキをお出ししたり、ジュース作りを実演して、召し上がって頂いています。患者さんにも好評です。

入院生活の楽しみにしていただけるよう、これからも工夫してまいりますので、ご期待ください。



ひなまつり さくら餅風デザート



クリスマス ミニケーキ



ハロウィン ジュース作りの実演

療育指導室 市河 裕智

療育指導室は主に重度の身体障害と知的障害のある方に、その人の持つ力を最大限引き出せるよう計画し活動する療育と日々の生活がより楽しくなるようなクリスマス会や七夕会などの行事の企画・実施を行っています。児童指導員と保育士が配属されており、児童指導員は日常生活指導や身体面・知的面・社会面での自立指導等を主に行い、保育士は利用者との日々の関わりの中での食事、排せつ等の基本的な生活指導や療育活動を主に行っています。

また、その他にも福祉に関する相談や児童の発達に関する相談なども医師を始めとする多職種と連携しながら行っています。