

踏み出そう新たなステージへみんなの力が新渡戸の未来

9月号

令和3年9月1日号



# 新渡戸記念 中野総合病院 だより

Nitobe Memorial Nakano General Hospital

東京医療

住所 東京都中野区中央四丁目59番16号

TEL 03-3382-1231 (代) 夜間受付 03-3382-9991

ホームページ <http://www.nakanosogo.or.jp> E-mail [syougai@nakanosogo.or.jp](mailto:syougai@nakanosogo.or.jp)

第387号

発行人/理事長 入江 徹也

発行責任者/渉外・広報課長 仲田 智

## パーキンソン病とは？

脳神経内科 部長 <sup>とある</sup> 融 衆太

### パーキンソン病は多い病気です

パーキンソン病という名前は知っている方が多いと思います。今回はこの病気について説明しましょう。実はこの病気はとて多く、日本には20万人もの患者さんがいると言われております。年齢とともに患者数は増える傾向にあります。

### パーキンソン病は全身病

パーキンソン病は様々な運動症状を引き起こす病気として知られていますが、他にも実に多彩な症状をおこします。運動症状としては、動作が遅い、動きにくい、手足がこわばる、ふるえる、体のバランスがとりにくいなどです。このため、小刻みに歩く、一歩目が出にくい、前のめりになる、転びやすいなど歩行に影響を及ぼします。

運動症状だけでなく、うつ・不安、便秘、もの忘れ、幻覚が見える、痛み、寝言をいう、においが分かりにくい、立ちくらみなど、関係ないように思われる症状が、実はパーキンソン病の症状の一部として現れることから、全身病としてとらえられています。

### パーキンソン病は治療でよくなります！

パーキンソン病には20種類以上の薬があります。症状に合わせて適切に治療を行うことで、症状を改善させることができます。一方で、パーキンソン病によく似た症状が現れる病気をまとめて「パーキンソン症候群」といいますが、パーキンソン病とパーキンソン症候群は治療法が違いますので、まずは専門医による正しい診断を受けることが重要です。気になる症状がありましたら、一度脳神経内科にご相談ください。

### 脳神経内科 の メンバー紹介



●当院で働いて15年になります。パーキンソン病や脳梗塞を多く診させていただいており、認知症学会専門医として、もの忘れ外来も担当。地域の皆様のお役に立てるよういつでもフルスイングで頑張ります。(融 衆太)

●神経疾患の診断は難しいことがありますが、診断、治療まで完結できることが当院の目標です。不幸にしてお亡くなりになった場合にも、お許しをいただければ脳を顕微鏡で検索させていただき、生前の診断を確かめてご報告するように努めています。さらに全国に先駆けて昨年開始した「新渡戸グローバルCPC」というWeb検討会で、地域、全国の先生方もこうした知見を共有させていただき、将来に活かすことをめざしています。(内原 俊記)

●当院に赴任して6年目、医師としては23年目になります。当科は、すべての神経疾患への対応はもちろん、様々な内科疾患への対処も含めた総合内科的な側面も有しており、一般病院としては非常に多い総員7名で日々、多数の患者さんを診療しています。私自身は、多発性硬化症/視神経脊髄炎をはじめとする免疫性神経疾患が専門。これらの疾患の重要な特徴は、治療介入が可能かつ有効なことが多く、早期の診断と適切な治療を行うかどうかでその後の経過が大きく変わる点です。我々は、大学病院と同等かそれ以上の豊富な診療経験を有しており、最先端の知識に基づき、迅速な診断と適切な治療を提供します。神経疾患でお困りのことがございましたら、ぜひご相談ください。(横手 裕明)

●今年度から火曜・木曜の外来、月曜の電気生理検査も担当。神経内科領域の疾患全般を診させていただいております。どうぞよろしくお願いいたします。(丸岡 浩之)

●神経生理機能検査で正確な診断をこころがけます。(青山 尚史)

●皆様こんにちは、4月から勤務しております。まだまだ未熟ではありますが、患者さんの心に寄り添った丁寧な診療を心がけます！ どうぞよろしくお願いいたします。(砂生 奈那美)

●神経内科医としてまだまだ未熟ですが、明るさと親しみやすさをモットーに、困っている患者様の問題解決に向けて頼もしいチームのもとで日々精進しております。珍しい変性疾患、難病から脳卒中、一般内科まで様々な症例を経験し、学びの多い日々です。看護師さん達とともによりよい診療ができるよう努力していきたいと思っております。(渡邊 由衣)

# 新渡戸記念中野総合病院 がん哲学外来休診のお知らせ

がん哲学外来は、当面の間、**休診**とさせていただきます。

ご不便等をおかけして申し訳ございません。

再開につきましては、誌面とホームページにて

ご案内いたしますので、ご了承ください。



当院ホームページ内【新渡戸稲造記念センター がん哲学外来】に、  
樋野 興夫センター長による『言葉の**院外**処方箋』が連載されています。  
ぜひご一読ください。

ホームページ <http://www.nakanosogo.or.jp>



## いきいき体操 10 ストレッチ：足首編

リハビリテーション科 技師長 柳澤 正也

いわゆるアキレス腱を伸張する体操です。歩いているだけでは自然に足関節の可動性が低下してしまいます。日本の生活様式が和式から様式に変わることによって、我々にとって生活に優しい環境となりましたが、その分、体の柔軟性は低下しています。今回は座ってできる「ふくらはぎ」の筋肉の伸張を、タオルを用いて行う体操を紹介します。

まずは、1日3回で。1回の目安は5分程度から始めてみましょう。例えば、朝は日常生活で体を動かした後、昼は空き時間、夜は就寝前などと日課として時間を決めると習慣となり継続しやすいです。

ご注意!

ストレッチしてもいいかな、と心配のある方は、必ずかかりつけ医または当院整形外科に受診してから行いましょう。

### 足首を上げるストレッチ①

10回×2セット



膝を曲げた状態で足にタオルを巻いて、自分のほうに引っ張ります。

### 足首を上げるストレッチ②

10回×3セット



膝を伸ばした状態で足にタオルを巻き、自分のほうに引っ張ります。

膝を曲げないように!