

医療
法人 多胡クリニック

四季の調べ

第73号

発行所：多胡クリニック

〒708-1117 津山市草加部 955-1

TEL 29-7111

FAX 29-7113

公式HP



2024.10.1に多胡クリニックは開業28年目に入りました。今後とも宜しくお願い致します。

「認知症を正しく理解するために(ステップ3)」

院長 多胡 卓治

レビー小体型認知症の特徴



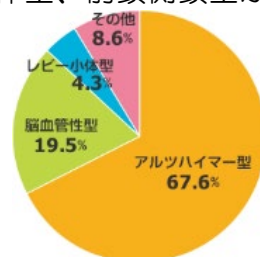
・ 中心症状：進行性の認知症

・ 特徴：

- 注意や明晰さの著明な変化を伴う認知の変動
- 繰り返し出現する具体的な幻視(虫や人などで動きを伴うことも多い)
- 特発性のパーキンソンズム(⇒運動障害が目立つ)
- レム期睡眠行動異常症(寝ている間に大声を出すなど)
- 抗精神病薬に対する副作用が出やすい
- 起立性低血圧などの自律神経症状
- 繰り返し失神・意識変動
- 易転倒性
- アルツハイマー型認知症と比較して記憶障害がそれほど目立たない

* アルツハイマー型認知症との合併病理を持つ患者も多い

認知症は、4大認知症と呼ばれるアルツハイマー型、脳血管性、レビー小体型、前頭側頭型が主なものです。今回は頻度こそ低いですが重要な2つの認知症について、その特徴を解説します。



認知症といえば物忘れや理解力の低下をイメージされと思いますが、現実にはないものが見えてしまう「幻視」の症状で苦しむ認知症があります。それが**レビー小体型認知症**です。

知症です。レビー小体型認知症は男性の発症率が高く、女性の約2倍とも言われています。レビー小体とは、脳の神経細胞にできる特殊なたんぱく質のことで、レビー小体がたくさん集まる場所では神経細胞が破壊され、命令がうまく伝達されなくなります。特に、後頭葉と呼ばれる視覚を司る部位にレビー小体が集中して発症すると幻視の症状が出ます。「家の中に知らない人がいる」「服の中に虫がたくさん入ってきた」など、現実にはないことを言い出すようなことがあれば、レビー小体型認知症を疑うことも必要です。初期段階では、物忘れよりも「幻視」を見ることのほうが多いとされています。また、自分を子どもだと思い込んだり、定年して何年も経つのにまだ働いていると思ったりする「誤認妄想」もレビー小体型認知症では多くみられます。そのほか、手足が震えてうまく動けなくなる「パーキンソン症状」や、寝ているときに大声を出すなどの睡眠障害を発症するケースもあります。幻視の症状があらわれたときは否定せず、話を合わせてあげましょう。本人には“見えている”わけですから、「そんなことない」と頭ごなしに否定すると、頭の中が混乱し、症状を悪化させる原因にもなってしまいます。

前頭側頭型認知症の特徴



・ 常同行動(同じ行動の繰り返し)

- ・ 決まり切った行動パターンや強いこだわり
- 雨でも雪でも必ず同じコースを散歩する
- 同じ献立を何日も続けて食べるなど

・ 自己中心的行動

- ・ 脱抑制的行動(周囲への迷惑を顧みずに我が道を行く)
- 葬儀の場などで場にそぐわない行動をとるなど

・ 性格変化

・ 反社会的行動(犯罪行為など)

万引き・他人の作物を盗む・繰り返し交通違反

・ 周囲/自己への無関心

周囲への共感の欠如

・ 言語障害(非流暢性失語や意味理解の障害)

いずれも社会生活への影響が大きく、
介護負担が極めて大きい

脳の約4割を占める前頭葉と側頭葉が萎縮し、血液の流れが滞ることで発症するのが**前頭側頭型認知症**です。なお、前頭側頭型認知症は、認知症のなかで唯一、難病指定を受けています。初期段階では、認知症の一般的な症状である物忘れよりも、性格の変化や異常行動が目立ちます。なぜなら、前頭葉は思考や感情のコントロール、側頭葉は言葉の理解や聴覚、味覚などを司り、どちらも人格を形成するうえで重要な役割を担っているからです。初期段階は感情の麻痺が激しく、ぼんやりしている時間が増えたり他人への興味がなくなったりします。身だしなみにこだわりがなくなり、同じ言動を繰り返す

ことも。このように、**人格の変化や異常行動が現れるため、精神疾患と間違われることがあります**。また罪悪感がなくなることから、万引きや痴漢を起こしてしまうケースがみられる場合もあるので、注意しましょう。中期では同じ行動を繰り返す「常同行動」がみられるほか、集中力がなくなるので人と話をしても突然立ち去ってしまうことも。後期には**精神状態が不安定となり、食べることや部屋から出ることが少なくなる場合も多い**ようです。進行はゆっくりで年単位で進みますが、体が動かなくなり、寝たきりになる可能性があります。さらに、異常行動を繰り返すため介護者の負担も大きくなりますが、病気であることを受け止め、できるだけ本人の意思を尊重することが必要です。また、人の声や動きに敏感になるので、刺激の少ない静かな環境を整えることも大切です。

その他の認知症としては、若年性認知症、頭部外傷後遺症、アルコール性認知症、正常圧水頭症、脳腫瘍、脳炎、神経梅毒などがあります。治療によって改善するものもあるのでかかりつけ医や専門医に相談する必要があります。

参考文献：施設数No.1老人ホーム検索サイト みんなの介護

岡山県医師会認定かかりつけ医研修会「2024/01/08での認知症についての講義の内容」川崎医科大学神経内科学 三原雅史先生

■ 寄稿

「勝間田焼」

勝央町在住 矢野 清和様(78歳)

勝央町上香山に宝塚より引っ越し15年経ちました。早いですね。最初は娘が和歌山に住んでいるので、娘に嫌われない距離で、和歌山を主に家を探しました。なかなか気に入る家がなくあちこちと探していると、勝央町の古民家(築145年)が気に入り、蔵もあり、陶芸の窯も置けそうなので、購入(和歌山はかなり遠くに)し現在の住家です。母屋の一部と蔵の2階をギャラリーに、1階は工房とし「里山魚陶ギャラリー六清」を開設しました。

私は釣りが趣味で釣り上げた魚をモチーフにした細工物を主に作陶しています。最近では虎・龍・牛・兎・亀・花器等々を作陶します。陶芸を始めて35年がたち、処女作はカレイがお皿にのった小さな作品です。現在78才。まず5年間、83才を目標に陶芸を続け、次の目標は88才です。

勝間田焼は平安末期～鎌倉時代にかけて勝央町一帯で盛んに作られました。作品は須恵器の流れをくみ青灰色の器肌に施された格子柄が特徴です。勝間田盆地一帯には約50基の窯跡が発掘されています。製品は作州地方～山陰地方まで流通しましたが鎌倉時代に消滅し「幻の陶器」と呼ばれています。

平成26年勝間田焼を復活させたい思いで、陶芸仲間を募り「勝間田焼復活会」を結成し、資料を取り寄せ勉強会を重ね、それを元に半地下の穴窯(勾配18度)を約1年かけ築造しました。初の窯焚きは目標温度

1220℃になかなか上がり苦戦しましたが、窯出し作品はまあまあの焼き上がりでした。「はんざき(オオサンショウウオ)」を作陶し本焼き6匹完成しています。鏡野町の吉井川ではオオサンショウウオ捕獲調査中「はんざき」が生息確認されています。

11/5(火)～10(日) 4匹穴窯で窯焚き

11/17(日)10:00より 窯出し 窯焚き・窯出しは見学自由です。



「はんざき」

「赤ゴン」

9/28～11/24に岡山県で森の芸術祭が開催されています。陶芸家として芸術祭に微力ながら関わりたいと思い、色々と考え奥津町の旧奥津商工会館前の林で「森・清流の陶芸展」を開催し、「はんざき」「赤ゴン(魔除け)」を含め18点の色々な面白い作品を展示しています。奥津もみじがり(10月下旬～11月上旬)で奥津方面にお越しの折は、ぜひご鑑賞ください。

里山魚陶ギャラリー六清 岡山県勝田郡勝央町香山 570-1

■ 寄稿

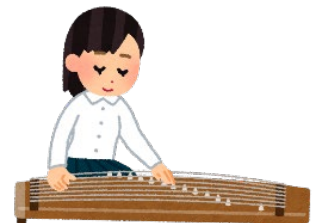
「子供から元気もらっています」

草加部在住 須江 廣江様(80歳)

朝7時30分頃から、我が家の横のT字路で小学生の登校の見守りしている。いつの頃からか分からないが、10分余りのことなので旗ふりをしている。寒い日、雨の日の時は「ウン」と思うこともあるが、自分の生活のペースを守る為にやっているのが本音かも。6時30分まえには起きて着替え「おはよう、いってらっしゃい」と声をかけると、子供も勢いよく返事を返してくれる。元気が出るよー。でもいつまで続くかな。信号機の所では民生委員の方がいて下さる時も。下校時は町内のボランティア達で曜日を決めて頑張ってお知らせしています。



また私は平成30年から7年間、出身校である旧久米町の高松小学校へお琴の指導へ行きました。5・6年生が対象で、8～12人程度のクラスでした。夏休みのプール開放の日。1時間前に男子も女子も音楽室へ集合してきちんと正座。夏休み中は5～6日かな。始まるまでに琴を並べ調弦しておく。9月は運動会があり休み。10月からは5時間ずつ授業に組んでもらう。11月には校内学習発表会。5年生は「さくら」、6年生は「荒城の月」「ふるさと」で市音楽発表会にも出演。忙しい中にも楽しい思い出となっています。若かったからこそ出来たのでしょう。今は琴の仲間と合奏練習をすることもなくなり、道具もさみしがってるかな。



■ 寄稿

「料理好きな私」

匿名希望(60代女性)

先日スタッフの方から「新聞に載せる原稿をお願い出来ませんか?」「何でもいいんです。趣味とか、ペットの事とか・・・」と声を掛けられました。「えっ?特に趣味もないし、考えてみます。」と突然の事で不愛想な返事をしてしまい、今さらながら悔やまれてなりません。御免なさい。夫と出会って50年。妻となり、嫁となり、末っ子だった私は一瞬で姉となりました。そして母となり今では祖母と月日は過ぎていき、介護で痛めた腰を庇いながら、夫と二人の生活です。仕事を終え帰ってから、15分足らずで作る夕食。夫は一口食べると「うまい!!」の一言。箸を進め、やがてその箸が止まると「お前の作る料理は最高だ!!ご馳走様!!」そう言って席を立ちます。褒め上手とは分かっているもつついとい有頂天になり、後片付けをしながら



明日の夕食を考える毎日です。原稿を書いている、ふと思い出した事があります。子供の頃、台所に立つ母の横にいつもいた事。料理番組を几帳面に書き取ったノートを見せてもらった事。母の作る料理は最高でした。そんな母を受け継ぎ料理好きになった私。ありがとうございます。私の趣味わかりました。今なら自信を持って言える私の趣味。気付かせて頂きありがとうございます。



■ 寄稿

「実は身近な野鳥『フクロウ』」

鳥取県在住 岡田 大佑様(35歳)

この度、両親(岡田 農夫・孝子)が寄稿の話をもたらしてきたので書いてみることにします。

僕は趣味で野鳥写真を撮っていますが、そのきっかけとなった野鳥はタイトルにもある「フクロウ」でした。ということでこの鳥について書こうと思います。

皆さんはフクロウと言えば、どんなイメージがありますか?



・首がよく回る ・ホーホーと鳴く ・深い森に住んでいる

だいたいこんな所ではないでしょうか?首が回るのも鳴き声もその通りですが、最後の「深い森」というのは当たらずといえども遠からずと言えるでしょう。というのも、実はこの鳥は人のすぐそばにいることも多い鳥です。警戒心が強く、夜行性ということもありなかなか人目に触れないからでしょうね。畑や開けた場所を見通せる樹上でじっと獲物を待って襲いかかる狩りをします。そんな習性もあり、人の近くに暮らすのは彼らにとってメリットがあるということでしょうか。



最近では東京の街中や都会に暮らす個体も現れてきたと聞きます。

さて、なぜこんなことを書くほど僕がフクロウ好きになったかということ、それは毎年のように家に設置した巣箱で子育てをしてくれているからです。今年も3月ごろから夜になると鳴き声が聞こえるようになり、4月には巣箱に入り、5月中には子育てを終えて2羽が巣立っていきました。

めちゃくちゃかわいいんですよ!それでも相手は野生なので、遠くから双眼鏡で静かに観察するに留めています。また、彼らはワシやタカと同じ猛禽類です。力も強く、鋭く大きな爪もっています。見かけても不用意に近づかないように気をつけてください。僕みたいに引っかけられてケガをさせていただきますからね(笑)



フクロウの写真はすべて岡田大佑様が撮影されたものです。すごいですね!



【新人紹介】

看護師 古市 由美子

令和6年7月より看護師として勤務しております。古市由美子と申します。出身は島根県益田市で、高校卒業を機に津山中央看護学校に入学しました。その後津山中央病院で勤務し、よい人と出会い結婚後も15年以上病棟看護師を続けてきました。患者様の健やかな日々にご貢献できるよう看護に励み、繋がりを築いていきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

まどか苑給食レシピ
からあげ



(3~4人分) エネルギー 978 kcal
塩分 4.2g たんぱく質93.8g

栄養士 中田 梓
多胡 真琴

【材料3~4人分】

鶏もも肉 550g
小麦粉 25g
片栗粉 25g
揚げ油 適量

(下味)

しょうゆ 20g
玉ねぎおろし 50g
酒 20g
塩麴 5g
マヨネーズ 10g
生姜・にんにく 適量



前日① 鶏もも肉を一口大に切る

② ①に下味をもみこみ、冷蔵庫で一晩おく

当日③ ②に小麦粉と片栗粉を混ぜ合わせる

④ 180℃の油で、途中混ぜながら全体がきつね色になるまで最後は高温で揚げる(6~8分)

⑤ 網付きバットに取り出し、しっかり油を切る

⑥ 器に盛り、お好みで千切りキャベツ、レモンを添え完成

外来からのお知らせ



【新型コロナワクチンの定期接種について】

期 間：R6.10.1~R7.2.28

対象者：・65歳以上の方

・60歳から64歳で心臓、腎臓または呼吸器の機能の低下あるいは免疫機能障害のため日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方(身体障害者手帳1級相当)

種 類：当院では以前コミナティー(ファイザー)とダイチロナ(第一三共製薬)の使用実績があります。両者は効果・副反応においてほぼ同等と判断されています。いずれかを使用する予定です。

定期接種の料金表(津山市) ※要事前申請

	新型コロナワクチン 自己負担額(円)	インフルエンザワクチン 自己負担額(円)
課税世帯	3,020	2,140
非課税世帯	※1,510	※1,070
生活保護受給者	※無料	※無料

- ・接種券は届きません。接種を希望される方は、予約制ですので窓口または電話でお申し込み下さい。
- ・定期接種の対象者以外で接種を希望される方は、全額自己負担(当院では16,000円)での接種が可能です。
- ・詳細に関しましては随時、当院ホームページに情報を掲載しますのでご確認ください。

【インフルエンザワクチンの定期接種について】

インフルエンザワクチン接種の料金表(当院)

	自己負担額(円)
15歳~64歳	3,000
13歳~15歳(高校生除く)	2,000
生後6カ月~13歳	2,000(2回で)

- ・期間、対象者は新型コロナワクチンと同様です。
- ・例年通り診療時間内での接種が可能です。
- ・インフルエンザワクチンと新型コロナワクチンは同時接種も可能とされていますが、間違いを予防する観点から当院では別々に対応したいと思っております。

【特定健診・高齢者健診・ガン検診について】

- ・現在予約を受け付けていますので、窓口または電話でお申し込み下さい。病気の早期発見のため、健診を受けられることをお勧めします。今年度はR7.2.28までとなっております。

編集
後記

暑い夏も終わり、ようやく過ごしやすい季節になりました。秋といえば、食欲の秋、スポーツの秋、読書の秋などいろいろあります。秋になると食欲が増すのは、おいしい旬の食べ物が出回るのももちろんですが、日照時間が短くなり幸せホルモンと呼ばれるセロトニンが減るためとのことです。夏の猛暑で外出を控えていた方も多いと思いますが、旅行へ行っておいしいものをたくさん食べて、気分をリフレッシュするのもいいですね。

スポーツの秋といえば、パリオリンピックでは岡山県岡山市出身の岡慎之助選手が体操で金メダルをとり活躍しました。未来のオリンピック選手がもしかしたら、あなたの身近にもいるかもしれませんね。



看護師 井堀 まゆみ