

クリニック通信

はなみずき



11月9日・11月30日は都合により休診とさせていただきます。

10月からインフルエンザ予防接種が始まりました。

西東京市特定健診を実施しております。今年の健診は12月20日までです。



脳梗塞の原因になる不整脈 ……心房細動に要注意……

自分の脈を確認したことありますか？ 手首で自分の脈を測ってみてください。トントントンと規則正しく打っていれば問題ありません。トントントンなど不規則なリズムの場合不整脈の疑いがあります。心房細動は、高齢になると発症頻度が増えます。心房が規則正しくリズムを刻まず細かく震えているだけの状態になるので、そこで血液が滞り、**血の塊(血栓)**ができる可



能性が高くなります。この血栓がはがれて心臓から送り出されると、血管が詰まってしまうことになります。そのようにして起こる脳梗塞を**心源性脳塞栓**と言います。長嶋茂雄さんはこの病気になり、現在も後遺症と戦っておられます。心房細動は一度起こったらずっと起こる場合と、時々起ってまた消える場合があります。時々起る場合でも1日以上続

く場合には血栓を作る危険があります。心房細動と診断された場合には、心房細動が起きた原因をみつける・心房細動の治療をするとともに、**脳梗塞を予防**

する治療を始めなくてはなりません。特に糖尿病がある・高齢である場合には要注意です。

心房細動が起きても全く自覚症状のない人がたくさんいます。健康診断などのほか、ときには自分で脈を測って乱れていないか確認してください。



Dr. みわの一口コラム：ウォーキング始めました！

元旦にジョギングして足の痛みで断念。その代りにウォーキングを！と意気込んでいたのですが、なかなか歩く機会がありませんでした。このままではまた1年たってしまう、なんとかしなくては……。そこで、10月1日から毎朝5kmのウォーキングをはじめました。朝4時半に起きて体操して5時前に歩き始める。晴れているときには南の空にきれいなオリオン座がみえます。歩いているうちに東の空が明るくなり雲がオレンジからバラ色に染まってきます。東京でもこんなきれいな朝焼けがみられるなんて……。本当に幸せな気分になります。歩くことで体が温まり、頭も活性化されて、仕事も意欲的に取り組みます。初めて1か月。頑張っ



もしかしてパーキンソン病？(その2)

今回は「パーキンソン病を早期に診断すること」について述べたいと思います。神経内科の医師にとって、パーキンソン病は稀な病気ではありませんが、早期に診断することはそれほど容易ではありません。ましてや、神経内科以外の先生にはかなり難しいものです。なぜなら、パーキンソン病の患者さんごとに症状に差があるということ、さらに患者さんも体の不調があったとしても「運動不足」や「疲れ」のせいにしてしまい、医療機関の受診がおくれる傾向にあるということです。

例えば・・・「最近、字が下手になった」・・・

パーキンソン病では字を書いていると、だんだんと字が小さくなることがあります(「小字症」)。字が下手になった理由を「最近、字を書かなくなったからなあ〜」と自分で納得してしまう。

最近、歯ブラシがしにくい。時々、手

が震える。歩いていると姿勢が悪くなった。歩く歩幅が狭くなった(小刻み歩行といいます)。片足をすってあるくようになった(すり足)。腕を大きくふって歩けなくなった(腕をふって歩こうとするとロボットのようにになってしまう)。俊敏な動作が苦手になった・・・だんだん元気がなくなってきた。毎日の日課の散歩に行かなくなった・・・

これらはパーキンソン病の初期症状かも知れません。しかし、これはパーキンソン病に限って認められるものではありません。したがって「老化現象」「運動不足」「疲れ」のせいだと思い込んでしまう。

また、非専門医を受診しても、パーキンソン病ではCTやMRIなどの検査では異常が見つからないので、「様子をみましょう」となってしまう診断がおくれてしまうことが多いのです。

だんだんと字が小さくなる

☆ スタッフから ☆



今年の中秋の名月は満月。子供同士の「満月の絵を一緒に描きたい。」という約束から、お月見をしました。次にちょうど満月にあたるのは8年後になるそうです。貴重な満月でもあり、本当に綺麗な月にうっとりしながら、月からパワーをもらった気がしました。その日から、毎日月の満ち欠けを見るのが夜のちょっとした楽しみになりました。



(受付事務 E. S.)

クリニック通信のバックナンバーをご希望の方はどうぞ受付までお申し出下さい。



医療法人社団エキップ
みわ内科クリニック

西東京市下保谷4-12-2メゾン泉1F
電話 042 (438) 7188 FAX 042 (438) 7187

ホームページもご覧下さい。 <http://www.miwaclinic.net>