公益財団法人 会田病院
広報誌

あゆり

特集 脳梗塞

公益財団法人
会田病院

Vol. 129
2021年4月15日発行

特集　脳梗塞

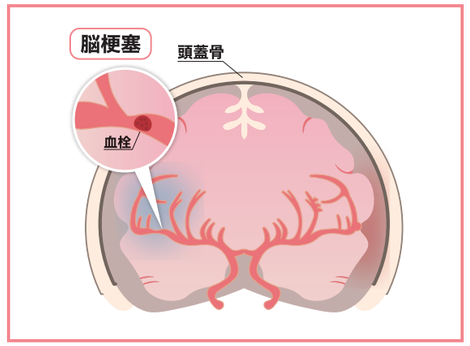
脳神経外科外来　新井佑輔（あらい ゆうすけ）医師
診察日 / 毎週木曜日
受付時間 / 8：00～11：30

毎週木曜日に脳神経外科外来と訪問診療を担当している新井と申します。専門は脳血管障害、脳血管内治療で開頭手術からカテーテルまで手広く扱っております。

今回は、脳梗塞についてお話ししたいと思います。それでは、はじまりはじまり。

脳梗塞は決して他人事ではない

現代日本は男性の平均寿命が81歳、女性の平均寿命87歳と世界でも有数の高齢化社会となっています。しかしこれはあくまで「ヒトとして生きている期間」が80年余というだけで、「健康的に自立した生活を行える期間」とは限りません。これを健康寿命と呼びますが、平均寿命よりも健康寿命は当然のことながら短く、男性で72歳、女性で74歳とされます。すなわち病気によって床に伏せ、介護を多く要する期間が10年ほど存在するということであり、健康寿命を短くする要因で最も多いのが脳卒中です。脳卒中は出血と虚血に大きく分けられますが、脳梗塞は虚血に分類されます。

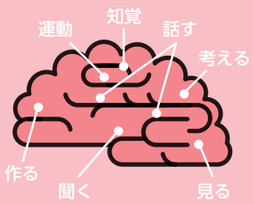


脳梗塞とは

脳には下記の特徴があります。脳梗塞とは脳卒中の中でも虚血、つまり血管が目詰まりしてしまい血液が流れなくなってしまうことで発症する病気です。詰まってしまった血管により症状は様々ですが、代表的なものでは「顔面麻痺」「四肢の麻痺」「構音障害、失語」があります（図 1）。特に、左右の半身で麻痺を生じる「片麻痺 (へんまひ)」は、脳卒中の特有な症状です。

また特徴的な経過で、何時何分から発症したと特定出来るくらいに急速な症状悪化がみられます。もちろん非典型的なものもあるため一概には言えませんが、まずはこうした症状が起こりうるということを知っていただきたいと思います。

脳の特徴

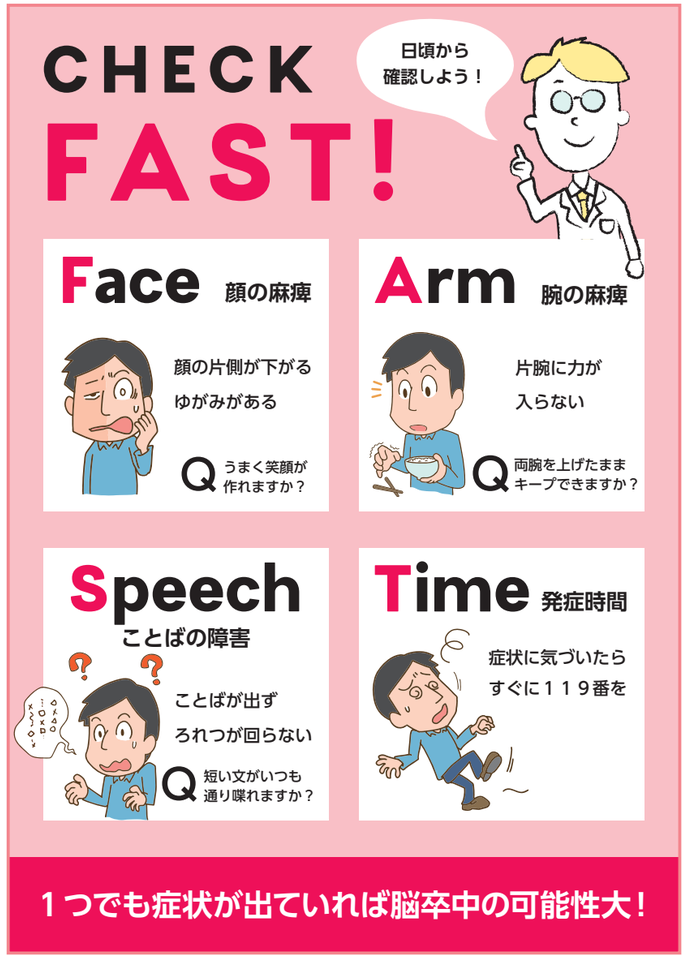


場所ごとに機能が決まっている。

細胞が壊れた時に再生能力が乏しい。

常に血流を受け続けないと機能不全を生じる。

脳卒中の主な症状



（図 1）

Time is brain.

脳神経の細胞は再生能力が乏しいのですが、血流が遮断されてから脳梗塞が完成するまでには多少の時間的猶予があり、脳梗塞が完成する前に治療を開始することが症状を軽く済ませる可能性を上げます。よく「4時間半以内に」と言われますが、これは「発症時刻から、病院に搬送され、診察や画像等々で診断し、投薬開始までが4時間半以内」というひとつの時間の目安です。「時は金なり= Time is money.」と昔の人は言いますが、脳梗塞治療においては「Time is brain.」さしづめ「時は脳なり」とも言われ、それくらいに時間が重要な要素になります。そして発症から治療開始までの時間を極限まで短くすることが、脳のダメージを抑える鍵になります。もしも前ページの図1のように脳梗塞を疑うような症状が出た、あるいはご家族や職場の方に症状が出た際には、すぐさま119番にお電話を。「寝かせたら明日には良くなっているだろう」という楽観的姿勢は禁物です（本当に、よくある光景ですが・・・）。

予防は生活習慣から

最近は重症な脳梗塞に対して血栓溶解療法（tPA 静注療法）や経皮的血栓回収術（カテーテルによる血管再開通手術）が積極的に行われ、以前よりも良い状態でご自宅に帰られる方が増えました。しかし大規模臨床試験の成績を見ても、発症3ヶ月後で全く症状がなく、自立されている方は全体の2割程度でしかありません（なお、これでも本当に劇的に良くなってきたのです）。それ以外の方はリハビリテーションを経た上でも軽重さまざまな後遺症に悩まされます。また高齢になればなるほど、端から見れば軽い後遺症でも自宅での生活が困難となり、施設入所を余儀なくされる方も多くなります。このような様子を見るにつけ、なるべくであれば脳梗塞など起こさずにいて欲しいと切に願うものです。

日本脳卒中協会が示す心得を引用させて頂きました（図2）。脳梗塞の病型にもよりますが、まず予防可能なものであるアテローム血栓性脳梗塞とラクナ梗塞について、第一に高血圧症のコントロールから始めていただきたいと思います。なかなか自覚症状がないため危機感を抱きにくいものですが、脳梗塞のみならず脳出血の原因ともなるため、若いうちから、あなどらずに治療するのが良いと思います。具体的には、まず適切な体重維持と減塩から始め、血圧が下がりにくい場合はきちんと内科の先生に診察を受け、降圧薬を内服していただきます。大事なのは、「薬を飲んでいるから大丈夫」と油断せず、生活習慣の大元から見直していく

ことです。降圧薬はなかなか止めづらいことも多いですが、若いうちから減量減塩を意識して実行してもらえれば減薬は可能と考えています。他に脂質異常症（中性脂肪やコレステロールの異常）、2型糖尿病や喫煙習慣も血管への影響が強く、気づかないうちに血管をむしばみ脳梗塞の原因となっていきます。これらの異常を健康診断で指摘されたなら、10年後、20年後の未来に脳梗塞を起こさないために、今からちょっとずつ治療を始めてみませんか。

一	手始めに　高血圧から　治しましょう
二	糖尿病　放っておいたら　悔い残る
三	不整脈　見つかり次第　すぐ受診
四	予防には　たばこを止める　意志を持て
五	アルコール　控えめは薬　過ぎれば毒
六	高すぎる　コレステロールも　見逃すな
七	お食事の　塩分・脂肪　控えめに
八	体力に　合った運動　続けよう
九	万病の　引き金になる　太りすぎ
十	脳卒中　起きたらすぐに　病院へ

（図2）

最後に

脳梗塞を生じた部分の脳は回復しませんが、幸いなことに脳には形を組み替えて失われた機能を補う能力があります。この能力を最大限利用するために行っているのがリハビリテーションです。脳梗塞発症からなるべく早期にリハビリテーションを始め、なるべく時間や強度を長く強く行っていただくことで、最終的な機能回復が得られやすいことが知られています。また、回復した機能も使わないでいると症状が再度悪化するため、長期にわたって継続いただくことも大事です。会田病院には「回復期リハビリテーション病棟」というリハビリテーション専門の病床があるほか、訪問リハビリテーションにも取り組んでおり、優秀で意欲的なスタッフが盛り上げてくれています。是非ともご活用いただき、生活の支えとしていただければと思います。

こちらの原稿を仕上げるにあたり、毎週チョコレートの差し入れを頂いたおかげで体重が増えました。こんな記事を書いた手前で恐縮ですが、ここからダイエットに励もうと思います。次の健康診断に間に合いますように。2021年3月吉日、スクワットとエアロバイクでの筋肉痛を感じながら。

NEWS（お知らせ） ✖ INFO（情報） ✖ EVENT（行事）

入社式

2021 年 4 月 1 日に公益財団法人会田病院入社式を行い、新卒、中途合わせて 25 名が入職しました。内訳は、医師 1 名、看護師 5 名、准看護師 2 名、介護福祉士 1 名、介護支援専門員 1 名、ヘルパー 1 名、理学療法士 3 名、作業療法士 1 名、言語聴覚士 2 名、薬剤師 1 名、臨床検査技師 1 名、管理栄養士 1 名、医療ソーシャルワーカー 1 名、事務 4 名です。

防災訓練

2021 年 3 月 29 日に本年度の防災訓練を実施しました。今回は 2 月 13 日 23 時 8 分頃に発生した福島県沖を震源とするマグニチュード 7.3 の地震を教訓に、夜間時の地震発生を想定し、登院した職員と連携を図り、人命の安全確保及び情報伝達等の訓練を通じ、全職員の防災への意識の高揚を図ることを目的に訓練を実施しました。今後も職員の防災への意識の向上に努め、今回明らかになった課題の改善、災害発生時の更なる体制強化に取り組み、不測の事態に備えてまいります。

ご寄附をいただき、ありがとうございました。

2021 年 2 月　松　崎　　忠 様
2021 年 3 月　西　巻　初　子 様
その他 寄付者 1 名

当法人の活動に対しご理解とご賛同をいただき、ご支援を賜りたく存じます。寄附金には、税法上の優遇措置が適用されます。
詳しくは、ホームページをご覧ください。
[ホームページ]
http://aida-hp.or.jp/aboutus/donation/

琴演奏会

医師紹介

新任

消化器内科 医師 松本泰輔（まつもと たいすけ）

2021 年 4 月 1 日より消化器内科で勤務させていただくことになりました松本泰輔と申します。広島県広島市出身で 2012 年に福岡大学を卒業し、東京女子医科大学病院で初期研修を修了後、2014 年より東京医科大学病院消化器内科に所属しております。専門領域は消化管で、主に上下部内視鏡検査及び内視鏡治療を行なっています。福島県での勤務は初めてですが、出来る限り早く地域に馴染み、皆様の健康促進に貢献できるよう努めてまいります。どうぞよろしくお願い申し上げます。

診察日・受付時間
木曜・土曜 ｜ 8:00～11:30（木曜月1回休診）
火曜 ｜ 13:00～16:30

外科 医師 加賀谷丈紘（かがや たけひろ）

４月より外科にて水曜日のみですが勤務させていただくことになりました加賀谷丈紘と申します。2010 年に自治医科大学を卒業後、秋田県にあります秋田厚生医療センターにて研修し、秋田県内で 3 年間総合内科医として僻地勤務を行いました。2015 年より自治医科大学で消化器外科後期研修を行い、長野県にあります県立木曽病院で外科医として 4 年間勤務し、現在は自治医科大学消化器一般移植外科に所属しております。
この度友人の出身地で医師としてある程度経験を積んだ後に勤務させていただくこととなり、何かのご縁を感じております。ご不安なこと等ありましたらお気軽にご相談いただければ幸いです。どうぞよろしくお願いいたします。

診察日・受付時間
水曜 ｜ 8:00～11:30/13:00～16:30

※診察日・受付時間が変更となる場合がございます。詳しくはお問い合わせください。

行事食紹介

ひなまつり

写真は1日あたり1800kcal
管理の内容となっております。

お品書き

- ちらし寿司
- 春の天ぷら（海老・きす・タラの芽）
- 抹茶塩
- 三つ葉と手まり麩のすまし汁
- 甘酒ゼリー

３月３日、ひな祭りの行事食として、ちらし寿司や旬の食材を使用した天ぷらを提供致しました。

患者様からは「ちらし寿司、見た目もキレイで美味しかった。」、「天ぷらのタラの芽も美味しかった。」と感想を頂きました。

もともと、ひな祭りでは女性の厄払いの為に白酒が飲まれていたようですが、白酒をイメージさせる甘酒でゼリーを作り、デザートに加えて、みなさんに楽しんでもらえるような献立内容としました。

1日5分、身体喜ぶ贅沢タイム

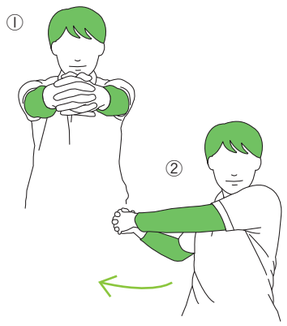
体幹のストレッチ

「体幹」とは、頭と腕、脚を除いた胴体部分のことです。体幹は全身の運動にかかわるため、柔軟性を保つ、関節の可動域を広げるなど、健康でしなやかな体を維持する重要な役割を果たしています。毎日少しずつ時間を作って健康な毎日を送りましょう！

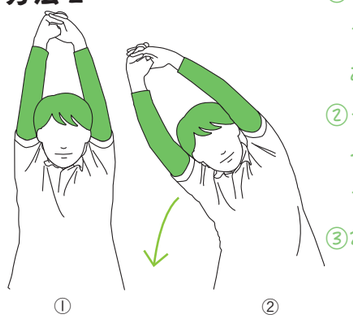
作業療法士

方法 1

①手と手を組んだ状態で肩の高さまで両手を上げます。
②その高さを保ったまま、右方向に両手を持っていき、体幹を捻っていきます。
③20秒ほど行い、反対方向も行っていきましょう。



方法 2



①手と手を組んだ状態で、できる範囲で両腕を上にあげていきます。
②その状態で体を右に反らせ、体幹の側方を伸ばしていきます。
③20秒ほど行い、反対方向も行っていきましょう。

AIDA no HITO

看護・リハビリが必要な利用者様とご家族様を応援

すみれ訪問看護ステーション 管理者
看護師 副主任 野崎 恵子

私が所属するすみれ訪問看護ステーションは、平成6年に県南地方で初めて開設されたステーションで、今年で設立27年の歴史ある訪問看護ステーションです。

在宅介護事業部は当ステーションの他に、居宅介護支援、通所リハビリ、居宅療養管理指導（訪問診療）があります。母体病院である会田病院との連携はもちろん、矢吹町をはじめ、地域のクリニックや近隣病院の先生方と連携を取りながら、ご自宅に訪問をして利用者様、ご家族様の医療や生活のサポートをさせていただいております。また、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士と共に充実した訪問リハビリも行っています。利用者様やご家族様からは「入院していた時と同じケアやリハビリをしてもらえて、とても安心した生活ができている。」という言葉をいただき、私達のやりがいとなっています。ひとりひとりの利用者様としっかりと向き合った看護・リハビリを提供できることは、訪問看護ならではの醍醐味です。安心して自宅療養が継続できるようサポートしていきたいと思っていますので、お気軽にご連絡下さい。

訪問看護で笑顔!!『わが家で暮らしたい』を私たちは叶えたいと思っています。

スタッフ募集中

共に働くスタッフを募集しています。地域に根ざし、愛され、心が通う病院づくりに積極的に取り組み、地域社会に貢献したいと思っています。募集内容は当院ホームページをご覧ください。

[お問い合わせ]人事・経理課
[電話]0248-42-2121
[メールアドレス] ahp@aida-hp.or.jp
[ホームページ]
http://aida-hp.or.jp/recruit/

コロナウイルス感染症対策強化に伴い、以下の対策をとっております。
ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。

TOPICS

正面玄関解錠時間変更のお知らせ

正面玄関の解錠時間を変更しております。

平日・土曜日　8時00分解錠

日曜・祝祭日　8時30分解錠

具合の悪い方はインターホン又は、0248-42-2121までお電話下さい。

正面玄関

消毒・検温

入館される際には手指の消毒と検温をお願い致します。他の患者様と距離を保ってお待ちください。なるべく会話はお控えください。

マスク着用のお願い

感染対策強化に伴い、入館時は不織布マスクまたはサージカルマスクの着用をお願いいたします。また、当日マスクを忘れた方はマスク販売機または受付窓口でご購入いただけます。ぜひ、ご利用ください。

マスクの裏表判断

立体型タイプ

プリーツ下向きタイプ

正しいマスクの着用

隙間がないように鼻から顎まで覆い、フィットさせる。

第11回

連携機関探訪

医療法人梨の木会 天栄クリニック

天栄クリニック院長の外島と申します。平成13年に当地に診療所を開業し、今年で20年になりました。エリアが近いこともあり、会田病院様には入院治療を要する患者様や急患の診療や対応をお願い申し上げることもあり、何かとお世話になっております。

開業当初は私一人で外来を診ておりましたが、10年前から内科の担当として小川吉一医師を迎え、心療内科・精神科・循環器内科の3科を標榜し、より広範囲の疾患に対応できる体制を整えました。

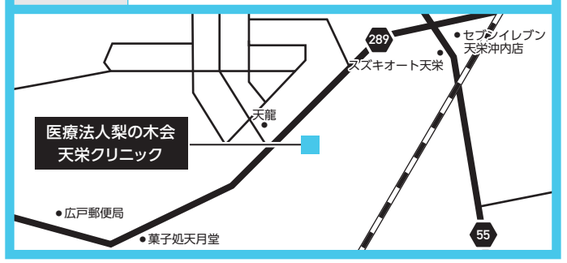
現在ではうつ病や神経症、認知症などの精神疾患を診る一方、小川医師の専門性を活かして心臓や腎臓疾患までカバーできるようになりました。

今後とも、それぞれの特性を活かしながら広い疾患をカバーできるようにするとともに、会田病院様とも密な連携体制で地域医療のお手伝いが出来ればと思っております。

院長 外島敬久（とじま のりひさ）先生

INFORMATION

診療科目	内科・心療内科・精神科・循環器内科						
所在地	962-0512 福島県岩瀬郡天栄村大字飯豊字上原32						
連絡先	TEL 0248-83-1090　FAX 0248-83-1091						
診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00～12:00	●	●		●	●	●	
14:00～18:00	●	●		●	●		
休診日	水曜日・土曜日午後・日曜日・祝祭日						



会田病院の理念

かけがえのない、ひとり一人の命と
健康を守るために、最良の医療を提供し、
保健・医療・介護・福祉の充実をはかり、
地域社会に貢献します。

公益財団法人
会田病院

理事長　会　田　征　彦

〒969-0213 福島県西白河郡矢吹町本町216番地
☎ 0248-42-2121
FAX 0248-42-2348　WEB aida-hp.or.jp

併設 **健診センター**
〒969-0213 福島県西白河郡矢吹町本町216番地
TEL 0248-42-3592 FAX 0248-42-2226

併設 **すみれ訪問看護ステーション**
〒969-0213 福島県西白河郡矢吹町本町198番地
TEL 0248-44-2566 (FAX兼)

併設 **会田病院指定居宅療養管理指導事業所**
〒969-0213 福島県西白河郡矢吹町本町198番地
TEL 0248-42-5407 (FAX兼)

併設 **すみれ介護相談センター**
〒969-0213 福島県西白河郡矢吹町本町198番地
TEL 0248-42-3755 FAX 0248-42-3781

併設 **会田通所リハビリテーション**
〒969-0213 福島県西白河郡矢吹町本町260番地
TEL 0248-42-2260 FAX 0248-42-2135

無料送迎バスのご案内

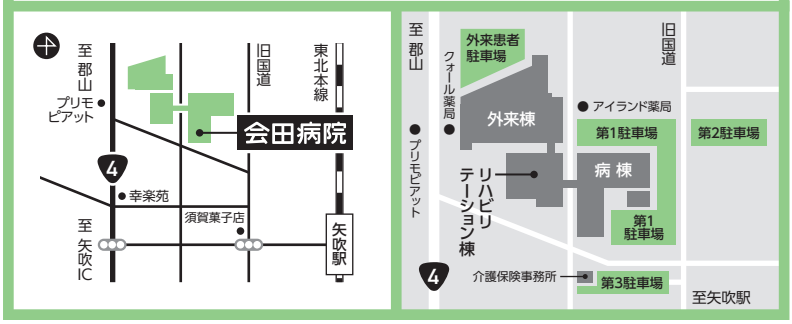
会田病院では、ご自宅と病院を無料でつなぐ送迎バスを運行しています。ご予約は下記までお気軽にお電話ください。

ご予約時間	月～金 13:00～16:30 ｜ 土 9:00～12:00

ご予約はコチラ　0248-42-2142

- ご予約は送迎前日の午後4時30分までにお願いします。
- 乗車時間はご指定いただけません。

アクセスと駐車場のご案内



外来診療担当について

外来診療担当は、当院のホームページにてご確認いただくか、院内で配布している「外来診療担当のご案内」をご覧ください。

［ホームページ］
http://aida-hp.or.jp/attending/

ご意見ご感想を募集中です

「あゆり」に関するご意見、ご感想を募集しております。特集してほしい内容や改善ポイントなど内容は問いません。宛先は下記の通りです。

［宛先］福島県西白河郡矢吹町本町216番地
公益財団法人会田病院 広報編集委員会
［メールアドレス］ahp@aida-hp.or.jp

当院は公益財団法人日本医療機能評価機構による「病院機能評価」審査の結果、機構が定める認定基準に達成していることが認められ、2017年3月3日付けで機能種別版評価項目 3rdG:Ver.1.1 の認定を受けました。

［発　行］公益財団法人会田病院
［編　集］広報編集委員会
［発行日］2021年4月15日