

# うるおい

第7号  
2018年7月



写真提供:ふるさとだしの風まつり実行委員会



## 7号発行に際してのご挨拶

厳寒・大雪の昨冬がうそのように、今年も暑い夏を迎えました。これから阿賀野市では、ふるさとだしの風まつりのほか、水原まつり、瓢湖大花火大会など夏のイベントが開催されます。五頭連峰への登山や、遊園地、五頭温泉郷などでも、行楽客でにぎわうことでしょう。魅力あふれる当地で夏を満喫していただきたいと思います。

さて、昨年秋から始まった第1病棟の新築工事は、冬の豪雪の影響で遅れが生じましたが、その後は順調に進み、9月には新病棟が稼働する予定です。広く快適になった環境で療養していただけるようになりますが、その後も旧病棟部分の改修工事が来春まで継続されます。新病棟へアクセスしにくい状況が続いてご迷惑をおかけしますが、ご協力をよろしくお願い申し上げます。

2018年7月

脳神経センター阿賀野病院 院長 近藤 浩

2018

ふるさと

だしの風まつり

日時 7月29日 09:00~17:40

場所 阿賀野市城ノ内野球場  
(雨天時は安田体育館)

当院のある安田地区を元気に盛り上げるお祭り♪魚のつかみ取りやだんごまき、民謡流し、賞金ありの「第1回牧草ロールコロコロ選手権」などが予定されています。

「だしの風」

山から吹きおろす強風のこと。安田地区はだしの風で有名です。

お問い合わせ

ふるさとだしの風まつり実行委員会  
(阿賀野市役所商工観光課内)  
TEL 0250-62-2510



院長 近藤 浩

## 筋ジストロフィーについて

筋ジストロフィー(筋ジス)は、進行性に筋細胞が壊れて筋肉がやせ、筋力低下が進む遺伝性の病気です。筋ジスはさまざまな病型の総称であり、遺伝の仕方、発症時期、症状の出方、進行の速さもいろいろです。平成27年7月から難病に指定され、患者数は全国で25,400人程度と推計されています。

主症状は起立・歩行障害などの運動障害ですが、関節の変形、嚥下障害、呼吸機能障害、心筋障害、中枢神経障害など、病型によりさまざまな障害を伴います。筋の蛋白質の欠損や機能異常が原因と考えられ、遺伝子レベルでの原因究明が進んでいます。

診断は、臨床経過、家族歴、診察所見、血液検査、筋電図検査などのほか、必要により筋CT、筋生検、遺伝子検査などを行って総合的になされます。

筋ジスにはたくさんの病型がありますが、小児期ではデュシェンヌ型筋ジスが最も多く、次いで福山型筋ジスが多いです。成人では筋強直性ジストロフィーが最多であり、そのほか肢帯型筋ジス、顔面肩甲上腕型筋ジス、ベッカー型筋ジスなどが多いです。

病型によっては薬物治療、遺伝子治療が試みられていますが、根本的治療は確立されていません。機能障害の進行予防にはリハビリテーションが重要であり、車椅子や補装具導入などによる日常生活活動の拡大も大切です。筋以外の全身性合併症を伴うことがありますので、定期的な健康管理が大切です。

次に成人に多い筋ジスについてご説明したいと思います。

### 筋強直性ジストロフィー

成人の筋ジスでは最も多く、人口10万人当たり7人程度の頻度です。筋力低下のほか、筋が収縮すると緊張が取れにくい筋強直現象を呈するのが特徴です。常染色体優性遺伝で、男女差はありません。第19番染色体上に遺伝子異常がみられます。



筋強直現象の例  
手を強く握ると力が抜けず、すぐに手を開けない。

顔面や頸部、手先や足先の筋が障害されやすく、物をつまみにくく、つまずいて転びやすいのが特徴です。重症度はさまざま、病気でいながら生涯気付かない例もありますし、出生時より著明な筋力低下を呈する先天型もあります。

進行とともに呼吸障害や嚥下障害にも注意を要します。前頭部脱毛、白内障、不整脈、糖尿病、脂質異常症、中枢神経障害など、さまざまな全身症状を合併することも特徴です。

### 肢帯型筋ジストロフィー

上下肢の胴体に近い部分を上肢帯・下肢帯と呼び、この部位を中心に障害され、他の病型に分類されない筋ジスをまと

めて肢帯型筋ジスと総称します。原因はさまざまですが、原因蛋白や遺伝子異常が次々と解明されています。ほとんどが常染色体劣性遺伝で、優性遺伝はまれです。

発症は小児期から50歳代まで幅広く進行は緩やかです。心筋障害や呼吸筋障害は生じにくく、生命的経過は良好です。

### 顔面肩甲上腕型筋ジストロフィー

顔面、首、肩、上腕の筋が中心に障害される筋ジスです。常染色体優性遺伝で、第4番染色体上に遺伝子異常がみられます。

発症時期は小児期から壮年期まで幅広く、進行の仕方・重症度もさまざまですが、顔面筋の障害と上肢が挙上しにくいことで気付かれます。経過とともに下肢の筋力低下も進み、歩行困難になりますが、進行は緩やかです。

### ベッカー型筋ジストロフィー

小児で最も多いデュシェンヌ型と同様に、筋肉のジストロフィン蛋白の異常による筋ジスです。X染色体劣性遺伝で、男性だけに発症します。デュシェンヌ型に比して遺伝子異常の程度が軽いため、発症が遅く進行も緩やかです。

### 質問コーナー

**質問** 筋ジスはどのように遺伝するのですか？

**答え** 病型により遺伝形式が異なります。デュシェンヌ型やベッカー型はX染色体劣性遺伝で、X染色体に異常遺伝子を持つ母親から男児へ2分の1の確率で遺伝しますが、突然変異による発症で遺伝性がはっきりしない場合もあります。筋強直性ジストロフィーなど常染色体優性遺伝では、両親のどちらかが病気の場合、その子供に2分の1の確率で発症します。肢帯型筋ジスのように常染色体劣性遺伝では、両親のそれぞれが同じ異常遺伝子を持つ場合に子供に4分の1の確率で発症します。この場合、両親は異常遺伝子を持つものの病気ではなく、保因者と呼ばれます。同じ異常遺伝子を持つ保因者同士が子供をもうける確率は低いのですが、いとこ婚など血族結婚では注意を要します。

**質問** 日常生活でどういう注意が必要ですか？

**答え** 疲れや筋肉痛がなければ生活に制限はありませんが、運動のやりすぎは筋肉を傷めますので、翌日に疲労を残さない程度にとどめます。全身性の合併症を伴う場合がありますので、定期健診を受け、健康管理を受けることが大切です。全身麻酔を伴う手術を受ける場合は注意が必要です。担当医に必ず伝えてください。

# 部門紹介 薬剤科

病院の増改築により2012年8月から薬剤科は現在の場所に移動しました。以前は直接外来には面していませんでしたが、移動に伴い速やかな窓口対応や調剤等の効率化が実現しました。当薬剤科は薬剤師3名(内パートタイマー1名)と調剤助手1名で構成され、薬剤の適正使用に向けて調剤の他、薬剤の管理や日々更新される薬剤情報の提供などを行っています。また、国が推奨する後発医薬品(ジェネリック医薬品)への対応もっており、先発品に比べ安価かつ付加価値のある後発医薬品を選択し採用しています。



## 光線過敏症に注意！～採用している痛み止め配合の貼り薬を変更しました～

変更前



モーラステープ

変更後



ロキソプロフェンNaテープ

痛み止め配合の貼り薬『モーラステープ20mg(久光製薬)』を成分の異なる『ロキソプロフェンNaテープ50mg(久光製薬)』に変更しました。

『モーラステープ』および後発品の『ケトプロフェンテープ』は、使用できる疾患も多く、実績のある薬剤として多くの施設で用いられています。ただし、特徴的な副作用として**光線過敏症**があります。これは、成分のケトプロフェンが日光(紫外線)で変化し貼付部位に発赤等を生じさせます。光線過敏症が発現する頻度は不明ですが、水泡等をきたすような重症例も報告されています。対策としては、衣服やサ

ポーターで貼付部位を覆うことで防ぐことができますが、成分のケトプロフェンは貼付部位に長くどまるため貼り終えた後2～4週間程度は同様の対策が必要です。夏は日差しが強く、気温も上がり薄着の機会が増えるため、特に注意が必要です。『モーラステープ』以外にも光線過敏症を副作用に持つ薬剤(内服・塗り薬なども含む)がありますので、心配であれば、医師・薬剤師に相談して下さい。

変更した『ロキソプロフェンNaテープ50mg(久光製薬)』は、後発品に分類され、副作用として光線過敏症がなく、効果は『モーラステープ』と同程度です。

—栄養科—  
お役立ち  
情報

## 暑さに負けない☀️ 元気レシピ



今回は、旬の野菜を使った夏バテ予防メニューを紹介します。ナスは水分が多く、体の熱を冷ます働きがあります。ナスに含まれるコリンには、胃液の分泌を促して食欲不振の解消に役立つ効果があり、他にも抗酸化作用のあるナスニンという成分や、代謝を促すビタミンB<sub>2</sub>、利尿効果のあるカリウムも含まれています。

オクラには、ネバネバ成分のムチンが含まれ、粘膜を保護し、胃の調子を整えます。また、汗と一緒に流れてしまうミネラル類も含まれています。

夏野菜をたっぷり食べて暑い夏を乗り切りましょう。

### 作り方

- ①ナスは、ガクを取って縦4分の1に切り、皮の表面に斜めの格子状の切り目を入れる。ネギは長さ3cmに切る。オクラは、茎の先を切り落としてガクをむき取り、塩で軽く揉み洗いを。
- ②鍋にごま油大さじ1を熱し、ネギとオクラを入れ、中火で色づく程度に炒めて鍋から取り出す。鍋に残りのごま油を熱し、ナスを入れ、全体に油をからめる。切り目を入れた面を上にし、赤唐辛子、砂糖、酒、醤油を加えて弱火で煮る。  
※炒めずに、野菜を揚げてから煮ると彩りよく仕上がります。
- ③煮汁をすくい、ナス全体にかけながら味を含ませ、やわらかくなるまで煮る。ネギとオクラを鍋に戻し入れ、味をからめるように煮る。(およそ15分)
- ④オクラは食べやすい大きさに切る。ナスを皿に盛り、ネギとオクラ、赤唐辛子を添える。お好みでおろし生姜を乗せて、できあがり。

## 夏野菜の田舎風炒め煮

### 材料(4人分)

ナス	4個	ごま油	大さじ3強	酒	大さじ3強
オクラ	8本	赤唐辛子	2本	醤油	大さじ3
ネギ(細めのもの)	1本	砂糖	大さじ1.5		

\*お好みで…生姜 適量

1人分の栄養価	エネルギー/160kcal	タンパク質/2.5g	脂質/10.1g
	炭水化物/13.2g	食物繊維/3.3g	食塩相当量/1.9g

所要時間  
約30分



# 併設施設「阿賀の庄」通所リハビリのご案内

通所リハビリテーションでは、在宅において自立した日常生活が安心して送れるよう、機能回復・維持を目的として、リハビリ、入浴、食事、送迎のサービスを提供します。

**対象になる方**  
在宅で生活しており、  
要支援1~2、要介護1~5の  
認定を受けている方

## 一日の流れ

9:00 **送迎** ご利用者様のご自宅まで  
迎えにあがります **送迎範囲：阿賀野市**

10:00 **健康チェック** 血圧・脈・体温測定

10:20 **入浴** お身体の状態に合わせて  
入浴していただいています

12:00 **昼食** ご利用者様にあつた食事形態、  
行事食や旬の食材を提供しています

14:30 **レクリエーション**

15:00 **おやつ**

16:00 **送迎** ご自宅までお送りいたします

\*理学療法士との個別リハビリは  
入浴の待ち時間や14:00~16:00の間に行っています。

## ご利用者様からの感想

家でお風呂が入れないので、ここでのお風呂はとても気持ちがいいです。リハビリも自分の身体にあわせたメニューを考えてくれて、1対1でリハビリができてありがたいです。今後もよろしくお願いします。



職員も優しく、明るい方ばかりなので、来るのが楽しみ。家に居てもなにもしないので、阿賀の庄で他の方と話をしたり、カラオケやリハビリをしたり楽しんでいます。



お問い合わせ 電話 0250-68-1700  
介護老人保健施設「阿賀の庄」支援相談員まで  
お気軽にお問い合わせください。

## 外来のご案内 神経内科・内科・リハビリテーション科

受付時間 午前8時45分~11時30分 2016年6月より、土曜日が休診となりました。

※( )の医師については、急患対応のみとなります。 ※都合により担当医が変更になることがありますので、詳細は受付までおたずねください。 ※なお、新患で受診ご希望の方はあらかじめ電話にてご予約をお願いいたします。受診時間などを相談させていただきます。

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
第1診察室	近藤 浩	横関 明男	青木 賢樹	近藤 浩	佐藤 達哉
第2診察室	(青木 賢樹)	佐藤 達哉	(近藤 浩)	(佐藤 達哉)	青木 賢樹
リハビリテーション外来					工藤 由理

## 院内行事レポート

### 4月18日 お花見会

今年は奥田流新舞踊の「よつば会」の皆さんが来院してくださいました。歌に合わせて華麗な踊りが次々に披露され、素敵なしと時となりました。



医療法人潤生会 脳神経センター阿賀野病院 広報誌

# うるおい

第7号  
2018年7月

■発行日 2018年7月9日  
■発行人 院長 近藤 浩 ■編集 広報誌事務局  
〒959-2221 新潟県阿賀野市保田6317番地15  
脳神経センター阿賀野病院  
電話 0250-68-3500 FAX 0250-68-3690  
URL <http://www.agano.or.jp> メール [info@agano.or.jp](mailto:info@agano.or.jp)

広報誌「うるおい」へのご意見・ご感想は  
広報誌事務局までお寄せください。

今年も夏がやってきました。夏といえばお祭りです。今号の表紙では安田地区の夏のイベント「だしの風まつり」を紹介しています。今年の目玉は県酪農発祥の地・安田ならではの「牧草ロールコロコロ選手権」とのことです。盛り上がること必至です。皆様の地元のお祭りはどのようなものでしょうか？

また、前号で好評だった健康レシピを今回も掲載しています。出来たてはもちろん、冷やしてもおいしくいただけます。おろし生姜と一緒に食べると風味が変わって飽きがきません。オクラのほか、ピーマンを使ってもよさそうですね。ぜひご家庭でもお試しください。旬の夏野菜でしっかりと栄養をとって、夏を楽しみたいですね。

さて、現在当院では第1病棟の新築工事が着々と進んでおります。次号では新しくなった病棟の様子をお届けできる予定です。どうぞお楽しみに！

広報誌事務局

編集後記