

# 宇城総合だより

① **特集** 見逃していませんか？  
**高年齢者のてんかん** 脳神経内科

- ② 宇城地域在宅医療サポートセンター
- ③ おいしい病院食レシピ
- ④ 糖尿病友の会「うきうき会」



# 高齢者のてんかん



脳はたくさんさんの神経細胞から成り立っており、それらが互いに電気信号をやり取りして活動しています。てんかんでは、その神経細胞が過剰に興奮することによって、過剰な電気信号が発生して、その部分の脳機能が正常に働かなくなり、発作が起こります。したがって、発作の症状は電気活動の異常が生じた部位によって異なります。例えば、脳の中で手を動かす命令を出す部位で異常が起こると、手のけいれんが起こります。脳全体に広がれば、意識を失い、手足をバタつかせたり突っ張ったりする発作になります。

このような脳の電気活動の異常によって生じる発作が、繰り返し起こり慢性化する病気をてんかんと呼びます。

## （てんかんとは）

私が、ご説明いたします

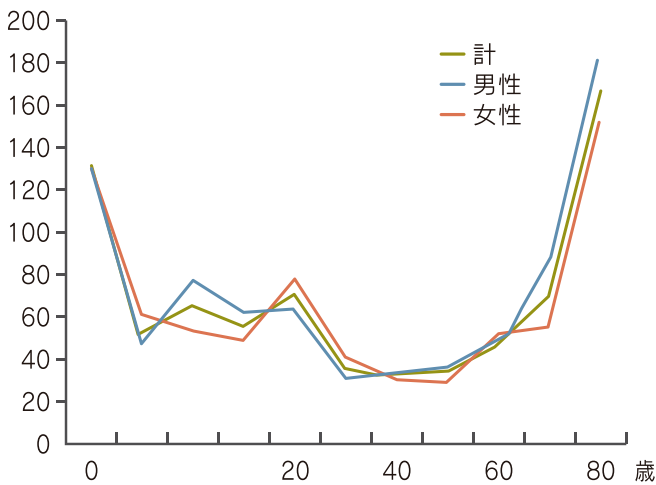
脳神経内科

平原 智雄



当院に赴任して3年目になります。それまでは大学病院、日赤などで神経難病から脳卒中まで幅広く診療してきました。当院ではリハビリテーションを中心に、頭痛・てんかん・認知症など頻度の高い疾患にも力を入れていきたいと考えています。

〈図 1. 年齢別てんかん発症数〉



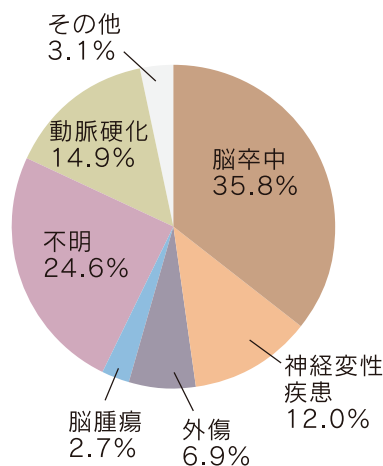
てんかんは、人口1000人当たり0.5人、1人にみられます。てんかんと聞くと、こどもの病気だと思われるかもしれませんが、確かにてんかんは子供に多く、発病する年齢は3歳以下が最も多いのですが、実は高齢になつてからてんかんを発症することも稀ではありません。65歳以上のてんかん患者は1%を超えており、日本の高齢化率は28.4%（2019年9月時点）であることから、現在日本の高齢者てんかん患者は40万人と推定されます。今後高齢化が進むことで、さらに増加すると予想されます。

## （てんかんの疫学）

てんかんの症状として、多くの方がイメージする手足をバタつかせたり、突っ張ったりして意識を失う発作を起こすのは、全体の50%程度にとどまります。高齢者で多く見られる発作は、けいれんを起こさず、体の動きがピタッと止まってしまふ、一点をジーツと見つめる、口をもぐもぐさせるなどの発作で、30秒から3分程度続きます。本人はその時の記憶がありません。このような発作は家族からは病気とは思われず、自分でも気が付かないため病院を受診することも少なく、診断がつくのに時間を要します。このような発作を繰り返しているうちに全身けいれんに移行して初めて診断されることが多いのが現状です。

## （高齢者てんかんの特徴）

〈図 2. 高齢者てんかんの病因〉



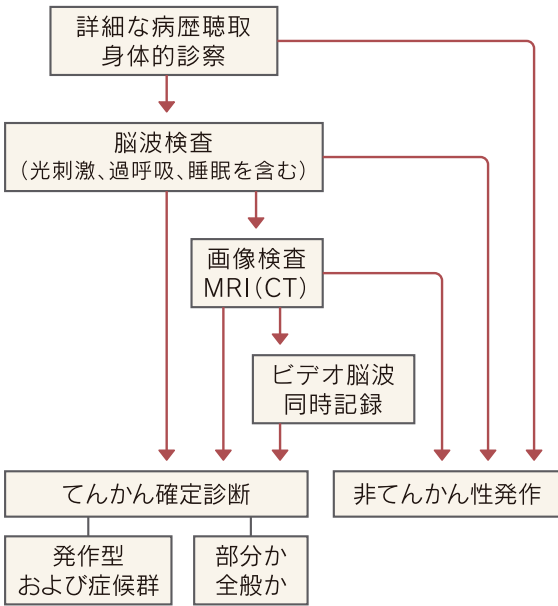
高齢者のてんかんは、脳卒中や認知症、脳挫傷、脳腫瘍など脳に何らかの障害を持つていことが原因で起こる場合がほとんどですが、2〜3割は原因不明とされています。

## （高齢者てんかんの原因）

# 特集

# 見逃していませんか？

〈図 3. てんかんの診断手順〉



## （高齢者てんかんの診断）

診断は主に問診で行います。記憶障害や意識障害があるため、本人に確認することはできません。家族や施設スタッフなど発作を目撃した方が診察に同席して、その時の様子を詳しく伝えて頂けると、てんかんの診断に極めて重要な情報となります。検査としては、画像検査として、頭部CTもしくはMRIを行い、てんかんの原因となるような異常がないかを確認します。てんかんに特有の検査としては、脳波検査というものがありません。頭皮にたくさん電極をつけて、脳の微細な電気信号をとらえます。この検査で異常な電気活動がみとめられれば、てんかんと診断することができます。しかし、高齢者ではてんかんで脳波で異常が認められるのは30〜70%であり、異常がなくてもてんかんではないとは言えません。てんかんという病名は、脳の異常な電気活動によって、繰り返し起こるものと定義されているため、注意が必要です。

ますから、通常1回の発作のみでてんかんと診断されることはありません。しかし高齢者に多い脳に何らかの異常をもっている起こるてんかん（症候性てんかんといいますが）では1回の発作でてんかんと診断することが一般的です。それは脳に異常がない人の場合と比べると1回発作が起きると2回目の発作を起こす確率が非常に高いからです。

## （てんかんと間違われやすい病気）

けいれんを起こさず、ボーっとしているだけのてんかん発作の場合、発作中の1〜2分間は記憶がありませんので、話がかみ合わない、元気がないなどと周囲から思われ、認知症やうつ病などの精神疾患と間違われることがあります。逆にけいれんを起こした場合や失神（突然意識を失って倒れる）の場合でも、心臓の不整脈や急激な血圧低下、低血糖発作などてんかん以外の病気が原因で生じることもあるため、注意が必要です。

## （高齢者てんかんの治療）

高齢者てんかんは、薬剤の効果が小児と比べて高いと言われています。また、少ない量でも効果を示すことが多く、長期に内服しても効果が弱くなりくいと言われています。しかし、高齢者は薬の副作用が出やすいため、飲み始めは少ない量で開始して、様子をみながら増やしていくことが大事です。

通常てんかん薬は、1回目の発作で飲み始めることは少ないのですが、高齢者の場合は画像検査や脳波検査で異常が見つかった場合は、てんかん発作の再発率が高いため、1回目の発作から抗てんかん薬の内服を開始することもあります。

〈図 4. 高齢者てんかんの特徴〉

①	1点をジーンと見つめ、ボーっとしているときがある。
②	問いかけに答えが返ってこなかったり、まと外れた答えが返ってきたりすることがある。
③	口をもごもごしたり、手をもぞもぞしたりして意識がはっきりしないときがある。
④	動作が止まっていることがある。
⑤	「何をしたら覚えていない」というときがある。

## （最後に）

高齢者てんかんに多くみられる発作を疑う症状を挙げておきました。左記のような症状が繰り返し現れることに気が付いたら、ぜひ相談してください。

てんかんの薬は以前から用いられてきたものと、ここ10年くらいの期間に登場してきた新規抗てんかん薬と呼ばれるものがあります。新しい薬は効果にそれほどの違いはありませんが、副作用が少なく、他の薬との飲み合わせが悪いということが少なくなっています。薬の値段がやや高いのが難点ですが、多くの病気を抱える高齢者にとって、飲み合わせを気にしなくてよいのは大きな利点です。高齢者では加齢とともに腎機能や肝機能が低下することが多くなります。それにより抗てんかん薬の効果が弱くなってしまう、副作用が出ることもあるため、注意が必要です。高齢者てんかんの9割以上が、抗てんかん薬で治療が可能です。正しく診断され、適切な薬が投与されていれば、過剰に心配する必要はありません。

# 療サポートセンター



認定医療社会福祉士 永吉 渚

## 〈はじめに〉

本事業は、住み慣れた地域で最期を迎えられるような在宅医療の推進が目的となっております。ここで言う在宅医療には、居宅、介護老人保健施設、特別養護老人ホーム、介護医療院、有料老人ホーム、その他療養生活を営むことができる場所など、医療機関以外で提供される医療が含まれます。医療側の取組を重点化していることが特徴です。熊本県医師会に「熊本県在宅医療サポートセンター」を、熊本県内10地域17ヶ所に「地域在宅医療サポートセンター」を設置しています。宇城圏域では、宇土地区医師会と下益城郡医師会の推薦により、当院に事務局を設置し、2018年10月5日熊本県の指定を受けました。市町村が主体となり郡市医師会等と連携して実施している「在宅医療・介護連携推進事業」とは、別事業になります。

## 〈事業内容〉

### ① 必須項目

- 急変時対応の取組み：①
- 入退院支援の取組み：②
- 訪問診療等のサービス提供量の増加に向けた取組み：③
- 地域在宅医療サポートセンターに係る事業の連絡会の開催：④

### ② 任意項目 1項目以上を取り組むこと

- 日常の療養支援の取組み
- 看取りに関する取組み
- 普及啓発に関する取組み：⑤
- その他、在宅医療の充実に資する地域独自の取組み

## 〈体制〉

当センターの体制については、図1を用いて説明します。在宅医療を中心となつて提供する在宅医連携グループ、栄養士会、薬剤師会、救急告示病院、宇城地域リハビリテーション広域支援センター、宇土市・宇城市・美里町・熊本県宇城保健所の行政と、宇土地区と下益城郡の両歯科医師会、在宅療養支援病院、看護協会と訪問看護ステーション連絡協議会、医療ソーシャルワーカー協会、そして、宇土地区医師会と下益城郡医師会、当センター事務局と構成されています。図の通り、在宅医連携グループを他の構成機関で支援する体制を取っています。

## 〈活動報告〉

当センターでは、前述①⑤の5項目を実施しています。各項目の内容について、以下で説明します。

まず①は、救急告示病院の宇城市民病院・熊本南病院・済生会みすみ病院・当院、在宅療養支援病院のくまもと温石病院・救急告示病院でもある済生会みすみ病院・しくまもと病院・間部病院を合わせた7病院が連携して、急変時対応を行っています。具体的には、これら連携7病院の入退院支援担当者が、週に1回空床情報を共有し、入院病床の確保と急変時の対応を行い、在宅医連携グループを24時間サポートする体制をつくりました。空床情報共有の方法としては、まず当院へ空床情報をメールやFAXにて送信してもらい、集めたデータを取りまとめたうえで、連携7病院へメ

ルやFAXにて返信します。そのデータを基に、在宅医連携グループに登録している医療機関から入院の問合せがあった場合は、空床があった病院から問合せを行い、対応できる病院を探し、返事を行っています。詳しい病状については、直接在宅医連携グループの医療機関と対応可能な病院間で話をしてもらっています。また、中には元々医師同士のつながりがあり、連携7病院へ直接入院依頼をされる在宅医連携グループの医師もいるため、それはそのままの流れをとっています。

②では、連携7病院の入退院支援担当者とは2回意見交換会を開催し、在宅医からの紹介について各病院の取組みや訪問診療に係る情報を共有しています。また、今年度は退院した患者さんがかかりつけ医へ戻れなかった理由をデータ収集し、宇城地域で治療が完了しているかどうか分析します。紹介元の把握や、かかりつけ医との区別も必要となるため、データ収集可能な病院で協働し、連携7病院で話し合う予定です。

③では、在宅医連携グループへ参加している医療機関へ、在宅医療の現状及びニーズ調査を行いました。その中で、医師となつてから介護保険制度が新設されたため、介護保険制度に詳しくないという意見がありました。同じように介護保険事業を行っていない診療所のスタッフも介護保険制度に関する知識が不足しているという話でした。そこで、在宅医連携グループに加入された医療機関には、当センターの事務局へ不明点等あれば、問い合わせしていただくことにしました。今後の取り組み予定としては、先程の意向にあつた介護





# 宇城地域在宅医

保険制度に関する研修会を各機関と協働して実施できればと考えています。

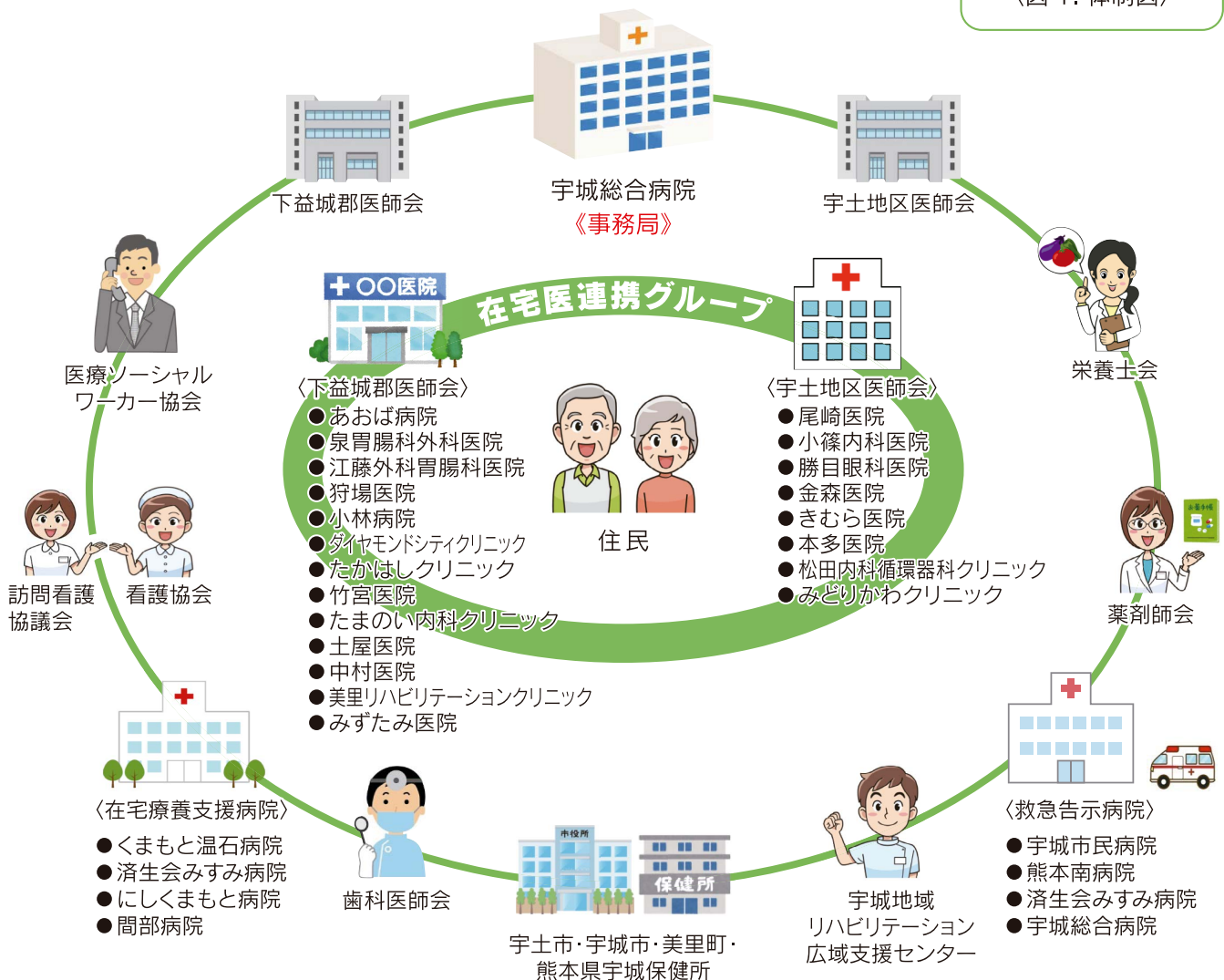
④では、両医師会事務局の協力のもと、21機関22人の構成員と年2回連絡会を開催しています。内容は、宇城地域の在宅医療の現状と課題の共有です。そして、県内の地域在宅医療サポーターセンターが一堂に会した会議にも参加し、活動内容を報告しています。

⑤では、関係機関や医師会員向けの事業説明会開催や、かかりつけ医についての相談窓口として、美里町の広報誌に掲載があります。熊本県宇城保健所主催の宇城地域在宅医療連携体制検討会議には、構成員として出席しています。その他、後援活動として宇土地区医師会の多職種連携に関する研修会開催、下益城郡医師会の在宅医療を始める医療機関向けの研修会開催があります。今年1月には、医科歯科及び多職種連携に関する研修会の要望を受け、講演会を開催しました。また、今年度から宇土市・宇城市・美里町、熊本県宇城保健所合同で住民向けの研修会開催に当たり、在宅医療・介護連携に関する宇城圏域検討会議が発足しました。その構成員としても、一緒に活動しています。7月実施に向けて協議を進めているところです。

## 〈最後に〉

この機会に、まだ在宅医連携グループへの参加を検討されている先生方がいらつしやれば、ぜひご参加ください。また、かかりつけ医がない住民の方や、在宅医療に関することでお尋ね等ございましたら、当センターをご利用ください。

〈図 1. 体制図〉



＼おいしい！

# 病院食レシピ

当院で提供している  
美味しく健康づくりに寄与する  
献立の紹介。

(管理栄養士 小野絵里奈)

**今**回は、当院の生活習慣病教室で提供した「ひじきと大豆のドライカレー」と「しらたきのペペロンチーノ」の紹介です。鉄、ビタミンB1、カルシウム、食物繊維などを多く含んだヘルシーメニューです。なんと塩分は約1g!

材料が多く少し複雑そうですが、よくよく見てみると常用品として家庭にあるものがほとんどです。

## 材料(二人分)

※写真左上から順に記載しています。

### ●ご飯(300g)

### ●ひじきと大豆のドライカレー

- 玉ねぎ……………100g
- 人参……………15g
- セロリ……………16g
- サラダ油……………2g
- 合挽き肉……………80g
- 生姜……………2g
- にんにく……………2g
- 食塩……………1g
- こしょう……………適宜
- 完熟トマト(水煮缶)……………100g
- カレー粉……………4g
- トマトケチャップ……………5g
- とんかつソース……………5g
- ひじき(乾)……………10g
- 大豆(水煮)……………40g
- オクラ……………10g
- かぼちゃ……………20g
- レンコン……………20g
- サラダ油……………4g

### ●しらたきのペペロンチーノ

- しらたき……………120g
- エリンギ……………20g
- にんにく……………2g
- 赤唐辛子……………0.02g
- オリーブオイル……………2g
- 食塩……………0.6g
- こしょう……………適量
- パセリ……………1g



エネルギー555kcal、蛋白質20.8g、カルシウム204mg、鉄6.2g、食物繊維12.1g、塩分1g/一人分

## 作り方

### ●ひじきと大豆のドライカレー

- ①. ひじきは、ぬるま湯につけて戻しておく。
- ②. 玉ねぎは粗みじん切りにする。
- ③. 人参は皮をむき、みじん切りにする。セロリは筋を取り、みじん切りにする。にんにく、生姜はすりおろす。
- ④. フライパンにサラダ油を弱火で熱し、玉ねぎ、人参、セロリを入れ、初めは中火で、水分を飛ばすために10分程度炒めたら、弱火にしてしんなりするまで炒める(あめ色になるまで炒めるとより深い味わいに!)
- ⑤. にんにく、生姜を入れてさらに炒めたら、カレー粉を加えて炒め、合挽き肉を入れて塩・こしょうを振り炒める。肉に火が通ったら完熟トマトを入れ、混ぜながら煮る。なじんだらトマトケチャップ、とんかつソースで味を調える。
- ⑥. 上記のカレーに戻したひじきと大豆を加え、火が通るまで加熱し、オクラ、素揚げのレンコンとかぼちゃを飾り付けると完成です。

★具材を茄子と枝豆にするなど、様々なアレンジが可能です。

### ●しらたきのペペロンチーノ

- ①. エリンギは短冊切りにする。
- ②. オリーブオイルとスライスしたにんにく、赤唐辛子を弱火で炒め、次にエリンギを加え中火で炒める。
- ③. 最後しらたきを加え火が通ったら、味を塩、こしょうで整える。
- ④. 容器に盛り付けみじん切りにしたパセリをふりかけ完成です。



# 糖尿病友の会「うきうき会」

糖尿病友の会「うきうき会」は発足して12年になります。

会員数34名、ますます活発になってきた会ですが・・・

少し高齢化しています(笑)。でも皆さんお元気です。

引き続き会員募集中です！ どうぞよろしくお願い致します。



R2.1月現在

会員数	患者	34名
	スタッフ	医師3名、看護師1名、管理栄養士6名
指導医	宮村 信博先生	
年間行事	昼食会及び勉強会(月1回)、ウォークラリー、日帰り旅行	

◎当会への申し込みは、栄養管理科(担当/小野)で承っております。

## 行ってきました!!

H31年4月21日(日)  
熊本県糖尿病協会主催

### 「第4回 運動療法で糖を制す」に参加しました。

『Let's enjoy slow jogging! さあはじめようスロージョギング!』スロージョギング協会の坂本誠先生の講話と実技の後、当会の指導医の宮村信博先生、前指導医の竹田晴生先生、当院管理栄養士の田中良さんがシンポジストとして参加。会場の質問に答えました。場所は、熊本市「熊本城二の丸公園」、気持ちの良い青空の下、熊本城を横目に爽やかな汗を流しました。

看護師 山口栄子



参加者集合写真



スロージョギングの様子

(協会フェイスブックより)

R元年11月2日(土)

### 「崎津集落」を訪ねました。

見事に、晴れ渡った秋空の中、世界遺産登録された「長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産」、その構成遺産のひとつ「崎津集落」を訪ねました。帰りは、「天草大陶磁器展」にも立ち寄り、17名の参加者は大満足でした。



集落の中心「崎津教会」をバックにの

## ～「生活習慣病教室」のお知らせ～

〈管理栄養士からのお話は・・・〉

☆3月 ~~2~~中止になりました 食事～お花見弁当をいただく～

☆4月 / カルシウムとビタミンDがとれるおかず

☆5月 / 「中食」を上手に活用する!

※会員でなくても大丈夫!!参加出来ます。



カルシウム



ビタミンD

私からは糖尿病についての「最新のトピックス」をお話します!



宮村信博先生



## 2019年度 理念・基本方針

## 《 理 念 》

- ・私たちは患者さん中心の医療をとおりして地域に貢献します

## 《基本方針》

- ・良質で安全な医療を実践します
- ・診療機能の充実を図り 地域のニーズに応えます
- ・接遇の向上に努め 快適な受療環境を提供します
- ・情報を公開し 公正な管理運営を行います
- ・勤務環境を改善し 魅力ある職場をつくります



社会医療法人 黎明会  

**宇城総合病院**

URL <http://www.reimeikai.jp/>

〒869-0532 熊本県宇城市松橋町久具691

Tel.0964-32-3111 Fax.0964-32-3112



日本医療品質評価機構  
 認定番号:JC9439号



### 外来初診時は紹介状(診療情報提供書)が必要です

平成26年4月1日をもって増床により200床以上の医療機関へ移行しました。これに伴い、外来初診時は紹介状が必要となりました。つきましては、他の保険医療機関等からの紹介状がなく、当院に直接来院される患者さんについては、初診に係る費用として2,000円をお支払い頂くこととなりましたので、何卒ご理解下さいようお願いいたします。(令和2年2月1日現在)



### 整形外科外来は完全紹介型です

整形外科外来は、平成26年9月1日より完全紹介型へ移行しました。初めて整形外科外来を受診される際、紹介状がない場合は診察ができません。必ず紹介状をご持参くださいますようお願いいたします。

※ただし、緊急その他やむを得ない事情により、他の医療機関からの紹介によらず来院した場合にあってはこの限りではありません。