

健康たうん

2019年6月

春

Vol.63

ご自由にお持ちください

発行／苫小牧東病院 編集／広報企画委員会



特集 痙縮に対するボツリヌス療法

リハビリテーション 肩・肘・手のストレッチ紹介

看護 高次脳機能障がいについて
～回復期リハビリテーション病棟にて～

専門職からのお役立ち情報 点眼薬の正しい使い方

ご存知ですか? 身体障害者手帳

関連ページ 裏表紙「連携施設紹介」



社会医療法人平成醫塾
苫小牧東病院



特集

痙縮こまへに対するボツリヌス療法

医局長 医師 牧野 茂

痙縮について

脳卒中は日本国内において年間30万人が発症し、300万人以上の方々が何らかの障害を有しながら生活を送られていると厚生労働省の調査で明らかになっています。脳卒中中でよく見られる運動機能障害の一つに痙縮という症状があります。痙縮とは筋肉が緊張しすぎて、手足が動かしにくくなったり、勝手に動いてしまう状態のことです。痙縮は脳卒中全体の4割に発生するといわれており、手指が握ったまま開こうとしても開きにくい、肘が曲がる、足先が足の裏側の方に曲がってしまうなどの症状が見られます。また、痙縮そのものがリハビリテーションの障害因子となることもあるので、痙縮に対する治療が必要になります。

痙縮の治療について

痙縮の治療には、運動療法、装具療法、薬物療法、ボツリヌス療法、神経ブロック療法、電気刺激療法、手術療法、バクロフェン髄注療法などがあります。痙縮の程度や範囲、患者さんの希望などを考慮し、リハビリテーションとこれらの治療法を組み合わせて痙縮の治療を行います。

ボツリヌス療法の効果

ボツリヌス療法とは、ボツリヌス菌（食中毒の原因菌）が作り出すボツリヌストキシンと呼ばれるたんぱく質を有効成分とする薬を筋肉内に注射し、痙縮の改善を図る治療法です。ボツリヌストキシンには、筋肉

ボツリヌス療法の副作用

ボツリヌス療法を受けた後に、副作用として左記のような症状があらわれることがあります。これらの症状は多くが一時的なものです。症状があらわれた場合には、医師に相談してください。

注射部位がはれる、赤くなる、痛みを感じる、体がだるい、力が入らない、立ってられない

ごくまれに次のような症状があらわれることがあります。これらの症状があらわれた場合には、すぐに医師に相談してください。この他にもボツリヌス療法を受けた後に、何かいつもと違うなど感じる場合があります。したら、医師に相談してください。

吐き気がする、呼吸が苦しい、全身が赤くなる、物が飲み込みにくい、けいれんが起こる

ボツリヌス療法外来について

ボツリヌス療法の効果は、注射後2〜3日目から徐々にあらわれ、通常3〜4カ月間持続します。その後、数週間で効果は徐々に消えてしまうので、治療を続ける場合には、年に数回、注射を受けることになります。ただし、効果の発現の仕方や持続時間には個人差があるので、医師と相談をしながら治療計画を立てていきます。

ボツリヌス療法は、上下肢痙縮に保険適応がありますが、注射薬そのものが非常に高価なため、身体障害者手帳（1〜2級）をお持ちでない方は、医療費が高額になる場合があります。医療費助成制度を利用できる場合がありますので、詳しい医療費の負担については、実際の診療の際にご説明します。費用について詳しくお知りになりたい方は、病院窓口へお気軽にお問い合わせください。

ボツリヌス毒素は魔法の薬ではありません。注射を打っただけで動かなくなった手足が動くようになるわけ

ではありません。あくまでも硬くなった筋肉を柔らかくすることで、適切なリハビリテーションを行いやすくなるものです。ボツリヌス療法後、手足が柔らかくなっているうちに、しっかりとリハビリテーションを行うことで、手足が動かしやすくなり、着替えが楽になったり、散歩に行けるようになったりすることが期待できます。日頃からしっかりと自主訓練ができている患者さんほど高い効果が期待できます。それ故、注射後に、リハビリテーションスタッフによって自己訓練を指導させていただきました。効果は個人差が大きいことをご理解ください。

ボツリヌス療法外来の受診は、完全予約制になっています。院外からの、初診の患者さんは、かかりつけ医による紹介状が必要です。

● 診療日

火曜日／午後2時〜午後4時
水曜日／午前9時〜午前12時



image



image



リハビリテーション

肩・肘・手のストレッチ紹介

在宅リハビリチーム 理学療法士 笠山 雅史



image

Point

- 痛みの生じない範囲で最大限動かしましょう。
- ストレッチは1日3回(20秒以上伸ばす)を毎日続けて行うことが大切です。
- 各ストレッチは呼吸を止めずに行いましょう。

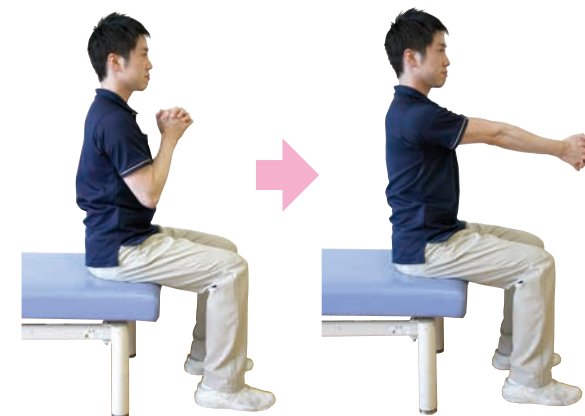
肩のストレッチ



①両手を組んで、肘をまっすぐ伸ばします。

②腕を天井に向けてゆっくりと持ち上げます。

肘のストレッチ



①両手を組んで肘を曲げます。

②勢いをつけずにゆっくりと肘を伸ばします。



うまく両手を組めない場合は…
麻痺側の手のひらに反対側の親指を入れ、残り4本の指で下からつまみこむようにします。麻痺側の手首を握ると、肩を痛めることがあるので注意してください。

手のストレッチ

手のひらを上に向け、もう一方の手で指を伸ばし、ゆっくりと手首を反らします。



看護

高次脳機能障がいについて ～回復期リハビリテーション病棟にて～

高次脳機能障がいとは

脳卒中や事故による脳外傷から一命をとりとめ、身体にもさほど障がいが残らず安心していただけたものの、本人の様子が病前とはどうも違うということがあります。私たちは、朝起きてから夜寝るまでの間、着替え、食事、仕事、会話など、手順を意識せずに行うことができます。しかし、その手順が、脳卒中や脳外傷などの後遺症によって、スムーズに行うことができなくなることがあります。それを「高次脳機能障がい」といいます。

高次脳機能障がいの症状

その症状としては、
● 周りに注意を向けることが難しい
(注意障がい)

- 思い出せない、覚えられない(記憶障がい)
- 段取りが悪い、臨機応変に対応できない(遂行機能障がい)
- 感情のコントロールが難しい、物事に固執する(社会的行動障がい)
- 言葉が出ない、話が理解できない(失語症)
- うまく動作ができない(失行症)
- 見たものの聞いたものの触ったものが何かわからない(失認症)

などがあり、身体障がいとは違い「見えない障がい」といわれています。

高次脳機能障がいの方を見ていると、家族は病前との違いに戸惑いを感じることがあります。本人がその障がいに気づいていない場合も多く、周りから自分を理解してくれないと感じることで、ストレスを抱えてしまうケースも少なくありません。

治療はリハビリが基本 家族は自宅復帰への準備を

高次脳機能障がいの治療は、リハビリテーションが基本です。さまざまな検査を通して障がいを明らかにし、日常生活を送る上で問題となる障がいを中心に訓練をします。失語症の方は繰り返し発話の練習を行い、記憶障がいの方はメモを取るなどの代償手段を習慣化します。

また、家族はリハビリを見学したり、自宅へ外泊することで覚えてきた



孤立して悩まずに 周囲や社会のサポートを受けて

問題を医療者と共有します。その上で解決へ向けた検討や訓練を行います。このような過程を経て、本人・家族は障がいを受け入れ、理解し、家庭や社会へ復帰する準備を整えます。

高次脳機能障がいを持つ方が安心して生活を送るためには、周囲の理解とサポートが必要不可欠です。当院では、退院後に継続して外来リハビリや家族支援を行うこともあります。必要に応じて社会福祉サービスの利用や家族会などの参加もおすすめています。高次脳機能障がいについてお悩みがありましたら、まずは当院へご相談ください。

(相談窓口：南棟1階 地域連携室)



南4回復期
リハビリテーション病棟師長
看護師
今出川 博子

点眼薬の正しい使い方

薬剤科主任 薬剤師 鹿島 桂一

点眼薬（目薬）は処方薬・市販薬ともに広く使われており、大変なじみ深いものです。飲み薬や注射などに比べると手軽に使えるという印象を持つ人が多いでしょうが、同時に間違った使い方をする人も多い薬です。今回は点眼薬使用時の注意点を紹介しようと思います。

①薬はもらったりあげたりしない

点眼薬に限らず処方薬であれば、それは処方された人の専用です。絶対に譲渡しないように。また市販薬の場合でも、後に述べる菌汚染の問題があるので、使いかけを1回分だけもらうのも避けた方がよいでしょう。

②1回1滴でOK

点眼薬の液は目の表面にとどまって効果を発揮します。この点眼薬の入るスペースはそれほど広いので、1滴で満杯以上になりま

す。うまく目に入らなかったときに追加するのは当然ですが、入れば1滴で十分です。

③目をパチパチしない

目の表面に乗った薬液は徐々に鼻に流れていきます。点眼薬は目の表面にとどまらないうちに効果が発揮できませんが、目をパチパチするとすぐに流れていってしまいます。点眼後は目を閉じて、目頭を押さえて1分くらいじっとすると効果的です。（図1）

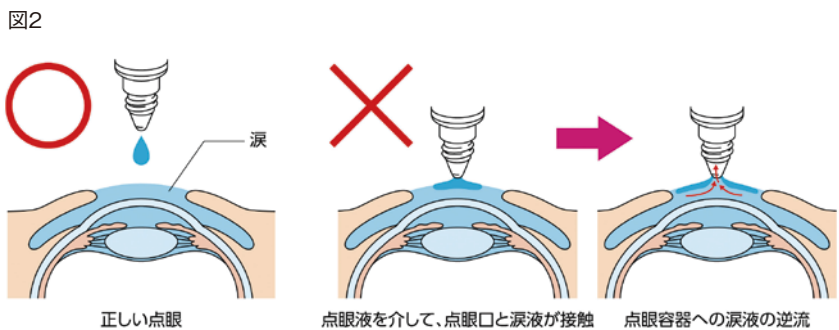


Copyright Santen Pharmaceutical Co., Ltd.

④容器は目に触れないように

点眼薬は未開封の状態ではきちんと滅菌されています。しかし容器が目や皮膚に触れると、そこにいる

菌が薬液に移動してしまい、容器内で繁殖する恐れがあります。繁殖した雑菌を目に入れて感染を起こしては元も子もありません。（図2）



Copyright Santen Pharmaceutical Co., Ltd.

⑤立て続けに点眼しない

点眼薬を複数使用する場合に、5分以上間を空けましょう。1種類点眼した直後にはその薬液が目や占拠している状態なので、ここに2種類めを入れても目に接触させることができません。

⑥全身への作用も意識して

目から鼻に流れた薬液は少量ですが全身を巡ります。点眼薬の中には、喘息患者には使えないものや、副作用として眠気を起こすものがあります。「目薬だからいい」とないという考えは危険です。

誤った使い方により効果が発揮できなかつたり、場合によっては健康被害をもたらすのは、内服薬でも点眼薬でも同じです。「手軽な目薬」と甘く見ることなく、医師・薬剤師の指示に従って正しく使ってくださいと思います。

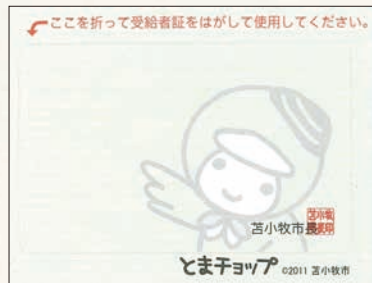
ご存知ですか？

身体障害者手帳

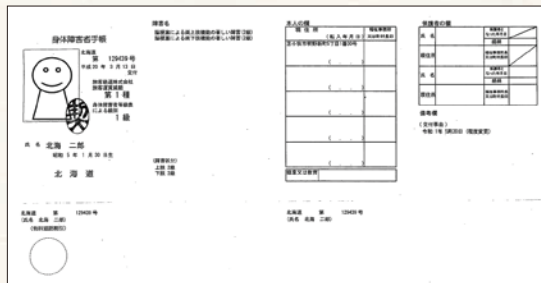
地域連携室
医療ソーシャルワーカー
伊勢田 和也



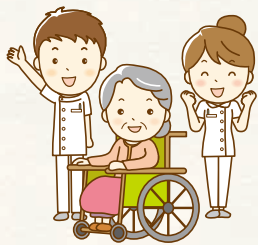
脳卒中の後遺症でお困りの方は、身体障害者手帳を作成できる可能性があります。「障がい者」「障がいを持つ」ということに抵抗感を受ける方もいらっしゃるかもしれませんが、手帳の交付により医療費の助成など各種福祉制度を活用することができます。



苦小牧市の受給者証見本



身体障害者手帳見本



手帳交付後に 受けられるサービス

- 医療費の自己負担分の全額または一部の助成
- 車椅子や補装具などの費用の助成
- 所得税、住民税の控除
- JRや航空機運賃などの割引

※自治体や身体障害者手帳の等級、所得の状況などによって受けられる助成が異なります。詳細はお住まいの市町村役場（障害福祉課など）にお問い合わせください。

申請の方法

発症から6ヵ月以降にお住まいの市町村役場に書類等（申請書、診断書、印鑑、顔写真）を提出し申請をします。

※診断書作成、該当の可否に関しては主治医の判断が必要となりますのでご相談ください。

当院での 診断書作成の流れ

診断書作成の可否を主治医が判断



リハビリスタッフが計測を行い、主治医が診断書を作成

※診断書作成料（1通5,410円）がかかります。
※お住まいの市町村役場に必要書類を持参し申請。北海道の判定を受け、手帳交付となります。

詳しく説明をお聞きになりたい方は

南棟1階 地域連携室 までお声かけください。（平日午前9時～午後5時）

連携施設紹介

社会福祉法人 沼ノ端はくちょう会

特別養護老人ホーム 沼ノ端はくちょう苑

〒059-1304 苫小牧市北栄町3丁目19番26号 ☎0144-84-3000



当苑は、平成29年6月1日に開設しました、入居50名、短期入所(ショートステイ)10名の定員60名の施設です。

入居(特養)は要介護1から要介護5の方々が生活をされ、短期入所は要支援1から要介護5の方々がご利用されています。(特養は原則要介護3以上の方のご入居となります。)

沼ノ端はくちょう会の法人理念として、

- ①誰もが個人の尊厳を保持できるように支援します。
- ②その人らしく、安心した生活が継続できるように支援します。
- ③地域のニーズに積極的に応じます。

と、しております。

この法人理念を基に、ご高齢の方々が施設でも自宅での生活と同じような「自分らしい暮らし」をしていただくことを日々大切にし、また持病をお持ちの方や急な体調不良の場合でも、当施設の看護師や協力医療機関である苫小牧東病院に受診や相談が24時間でき、医療面でも安心して暮らすことができる体制を整えています。

開設2年足らずでまだまだ若い施設ではありますが、職員一丸となって日々努力しております。施設見学も随時受け付けておりますのでお気軽にお電話下さい。



Hospital information

診療のご案内

診療科目 内科・リハビリテーション科・
消化器内科・循環器内科・
呼吸器内科・リウマチ科・放射線科・
緩和ケア内科・ペインクリニック内科・
麻酔科(浅野 真)

診療時間 月～金曜日/午前9時～午後4時
※健康診断は予約制です

休診日 土・日曜日・祝祭日・年末年始

病院の概要

理事長・院長 橋本 洋一

病床数 260床

- 一般病床 65床
- ・急性期一般入院基本料4 50床
- ・緩和ケア病棟入院料2 15床
- 療養病床 195床
- ・回復期リハビリテーション病棟入院料1 104床
- ・療養病棟入院基本料1 91床

主な医療設備

- ・MRI(1.5T)・マルチスライスCT
- ・2ヘッドガンカメラ・超音波診断装置
- ・呼吸心拍監視装置
- ・ホルター心電図解析装置・高気圧酸素治療装置・X線テレビ(DR)
- ・X線各種撮影装置(CR)・電子内視鏡
- ・トレッドミル・エルゴメーター等

施設

- 敷地面積 5,342.91㎡
- 延床面積
- ◇東棟 6,237.31㎡
- ◇南棟 4,105.23㎡

構造 鉄筋コンクリート造 地上4階
駐車場 約75台

- (公財)日本医療機能評価機構認定病院
- リハビリテーション付加機能評価認定病院
- ISO9001認証
- (公社)日本リハビリテーション医学会研修施設
- (社)日本老年医学会認定施設
- (社)日本脳卒中学会認定研修教育病院
- NST稼働施設認定
- 健診センター
- 苫小牧市三光地域包括支援センター(とまほっと)

交通機関のご案内(道南バス)

- 1.駅方面より
 - 01 永福三条線
 - 02 日新国道線
 - 03 鉄北北口線
 - 21 日の出町線
 - 31 苫東工業基地線
(苫小牧営業所前 下車徒歩1分)
 - 25 勇払線
(職訓センター前 下車徒歩2分)
 - 26 沼ノ端線
 - 30 千歳空港線
(職訓センター通 下車徒歩9分)
- 2.沼ノ端方面より
 - 03 鉄北北口線
 - 31 苫東工業基地線
(苫小牧営業所前 下車徒歩1分)
 - 25 勇払線
(職訓センター前 下車徒歩2分)
- 3.千歳方面より
 - 30 千歳空港線
(職訓センター通 下車徒歩9分)

私たちは、医療サービスを通じ、地域社会に「安心・安全」を提供します。



社会医療法人平成医塾
苫小牧東病院

〒053-0054 苫小牧市明野新町5丁目1番30号 TEL(0144)55-8811 FAX(0144)55-8822

E-Mail:heiseizyuku@tomahigashihsp.or.jp URL:http://health-heart-hope.com/

※本誌掲載の写真は、すべてご本人許可のもと使用させて頂いております。本誌の一部、または全部を許可なく、複写、複製することはご遠慮願います。



次号は8月を予定しています