

山下循環器科内科ニュース第 196 号

2021 年 1 月 1 日発行 (隔月発行) ホームページ <http://yamashita.chobi.net/>

◎開院 33 年を迎えました

当院は 1988 年 (昭和 63 年) 11 月に開院しました。今年で丸 33 年を迎えたこととなります。大家辰彦院長が着任してすでに 3 年となりました。現在の陣容は、常勤医師 2 名、非常勤医師 1 名 (糖尿病外来担当の小深田医師)、外来看護師 5 名、医療事務 3 名、総務事務 2 名、介護部門看護師 2 名、理学療法士・言語聴覚士 3 名、介護福祉士 5 名、介護支援専門員 (ケアマネージャー) 3 名、デイ調理員 3 名の計 29 名となっています。また、検査技師 1 名が週 1 回金曜日に超音波検査に来てくれています。総勢 30 名で今後とも、外来部門・介護部門で頑張っていきたいと思えます。なにとぞよろしくお願い申し上げます。

◎心不全のマーカ―を測る器械を導入しました

心不全のバイオマーカ―である NT-proBNP は、今まで検査を外注していましたが、このたび、院内で迅速に測定できるようになりました。

BNP とは主として心室で合成される心臓ホルモ―で、心室の負荷によって分泌が亢進し、血中濃度が上昇します。つまり、心室への負荷の程度を鋭敏に反映する生化学的マーカ―です。NT-proBNP は BNP の前駆体です。どちらも心不全の診断、重症度、予後評価 (今後病気がどうなっていくかの評価)、治療効果の判定などに役立ちます。値としては 125pg/ml が判断ポイントとなります。それ以下なら心不全の可能性は少なく、400 以上なら治療の対象となると考えられます。125 から 400 の間は軽度の心不全の可能性を考えて、経過観察とします。症状、レントゲン写真、心電図、心エコーなどの所見と一緒に総合的に判断します。

NT-proBNP とともに D ダイマーも測定できるようになりました。

D ダイマーは血液凝固の中で重要な役割をはたすフィブリン形成を経た後の分解産物です。血栓形成傾向を認める疾患では、D ダイマーが上昇する可能性が高いこととなります。D ダイマーが上昇する疾患には種々あり、加齢とともに上昇する傾向があります。循環器領域では特にエコノミークラス症候群とも呼ばれる深部静脈血栓症や肺動脈血栓塞栓症を疑う際に測定されます。下肢静脈の超音波検査などと一緒に診断に用いられます。

◎14 日間ホルター心電図を導入しました。

今まで、24 時間心電図が不整脈や狭心症の診断に用いられてきましたが、このたび、14 日間連続して記録できる装置を導入しました。1 日の検査では見つからない不整脈が、14 日間という長い日数で見つかる可能性が増えました。装着しての入浴も可能です。費用負担は今までの 24 時間タイプと変わりません。

ご期待ください。(以上、理事長 山下賢治)

◎「5人にひとり」が認知症に・・・予備軍の「ちょっとしたサイン」

超高齢化社会の日本において、認知症は今後ますます増えていきます。

内閣府の調査によると、2012年の65歳以上の認知症高齢者は462万人で、65歳以上の高齢者の約7人にひとり、約15%でした。しかし団魂の世代が後期高齢者になる2025年には、約5人にひとりが認知症になると予想されています。つまり65歳以上の高齢者の20%が認知症を発症するとされているのです。

人生100年時代と言われる中、長生きは素晴らしいことですが、見方を変えれば「平均寿命が延びれば、認知症発症者が増えていく」ということです。認知症は完全に発症するまでに段階があります。いわば「予備軍」の段階は、認知症一步手前の状態で、全国に約400万人いると発表しています。「予備軍」は物忘れ症状が出るものの、認知症には至らない、認知症と正常との中間の状態です。「認知症は治らない」とよく言われますが、その前段階である予備軍のレベルならば、専門家のアドバイスを受けて生活習慣や栄養の改善などを行うことで、認知症発症を防いだり、遅らせたりすることが可能です。

認知症の場合は、たとえば食事をした際に「食べたメニューを忘れる」のではなく、「食べたこと自体を忘れる」という特徴があります。経験自体を忘れるため、それがもとでトラブルが起きることもあるのですが、逆に言えば、家族や周りが気付きやすいとも言えます。一方、予備軍の場合は、日常生活をほぼ支障なく過ごせるために周囲から気付かれず、見過ごされてしまうことが多々あります。

例えば、親子で旅行して数週間後に会話をする中で、「旅行に行ったこと自体」は覚えているが、場所や日付など詳細までは覚えていないという状態が頻繁にある。あるいは、母親が料理をしていて、ガスをつけっぱなしにしたり、水道を出しっぱなしにしたりすることが多い。外に出る行為に消極的な場合や外着のおしゃれに関心が低いなど、意欲低下もサインのひとつです。

物事を頼まれても、何度も同じ質問をしたり、簡単なことができなくなったりなど、ちょっとした変化が予備軍のサインだと認識しておきましょう。認知症ケアをする上で一番忘れてはいけないのは、認知症になった事を周囲がネガティブに考えること以上に、本人は自分や周囲の環境が少しずつ変化することに傷つき、不安を抱いているということです。

人生100年時代。介護も長距離走になると想定し、一人で悩まずにかかりつけ医や地域包括センターなど専門家へ相談してください。

大分県では、おおいた認知症情報サイト「おれんじ」が開設されました。こちらも参考にされてください。(デイケア看護師 佐藤 嘉代)