

よこそうをよりよく知るためのフリーマガジン

# プロムナード

毎月1日発行

2024年

1月号

Vol.369

特集

『2024年問題への対応』

院長/脳神経外科医 平元 周

よこそうニュース 『秋季消防訓練』他

連載

Dr.長田の認知症学事始  
谷川博士のお薬よもやま話  
教えて薬剤師さん

よこそう医療福祉情報局  
マイフェイバリットプレイス  
ミニミニワンドフルニャンダフル

TAKE FREE

## ◀ 日本と世界情勢 ▶

新年あけましておめでとうございます。

日本では平和な新年となりましたが、ウクライナやパレスチナのガザ地区で悲惨な状況で新年を迎える人たちがいて、飢えに苦しみ、死の恐怖におびえながら、幼子が毎日亡くなっている現状に対し、命の大切さと戦ってきた自分自身、心が張り裂けるような痛みを感じており、早期の戦争終結を願わざるをえません。今の自分には何もできませんが、自分たちの命を懸けて医療活動や難民保護活動で戦っている組織に少しでも支援をという思いで寄付を続けております。



## ◀ 感染症対策 ▶

この3年間、横総もコロナとの戦いの日々でした。昨年5月にコロナがインフルエンザと同じ感染症5類に引き下げられ、届け出制がなくなりました。しかし、その後もコロナの患者さんは減少傾向とはいえ、一定数の発生があり、また年末からインフルエンザが大流行している状況ですので、引き続き感染対策の継続が必要で、病院内や高齢者施設、人ごみの中ではマスクの着用はしばらく続けなくてはなりませんので、よろしくお願ひします。

## ◀ 医療界における問題 ▶

更に今年は2024年問題という大きな問題が、医療界でも起こります。運送業、トラック運転手などの時間外労働の削減に向けた働き方改革と同じように医師の働き方改革が4月から実施さ

# 「2024年問題への対応」

## ◀ 各地の自然災害 ▶

さて昨年もまた地球温暖化による異常気象で、世界各地で大自然災害との戦いも続いているいます。国内でも12月になっても20度を超える気温の日々があり、観測史上、平均気温が最高の年とのことでした。日本国内でも異常高温、集中豪雨や集中豪雪などの被害が起こっていますが、世界では干ばつや洪水、ウクライナ紛争の影響でのエネルギー危機、食料危機などで飢えに苦しみ、命を落とす人達も多数います。まさに生きるために日々の戦いが行われていると言えるかもしれません。今年はどんな年になるのでしょうか？



## ◀ 予防的治療 ▶

超高齢化社会の中で、高齢者の疾病も増えています。このような状況の中で、いかに地域医療を守っていくか、これからの大きな課題だと思います。これは皆様へのお願いですが、健康維持し最後まで元気にピンピカロリという終活のためにも、日頃の健康管理・予防的治療が必要です。糖尿病、高血圧、高脂血症などの生活習慣病の管理をしっかりとしていただき、癌、心臓病、脳血管障害、高齢者の肺炎など健診と共に、異常を感じた時に早期に横総を受診していただき、早期発見、早期治療を行うことこそ、夜間や休日に救急車にお世話をならないで天寿を全うできる、最大の防御だと思いますので、予防医療という考え方をよろしくお願ひいたします。

## ◀ 転ばぬ先の横総 ▶

横総は地域の中核病院として、今年も地域の皆様に安心と安全の医療を提供し、転ばぬ先の横総として、日頃の健康管理から専門性の高い医療の実践を目標に職員一丸となって頑張っていきますので、本年も引き続きよろしくお願ひいたします。

平元 周 / Makoto Hiramoto

院長  
脳神経外科部長

弘前大学(1979年卒)  
聖路加国際病院  
弘前大学脳神経疾患研究施設  
北品川病院  
東邦大学客員講師  
日本脳神経外科学会専門医  
日本救急医学会救急科専門医



脳動脈硬化症と  
血管性認知症臨床研究センター長  
あざみ野健診クリニック施設長

長田 幹

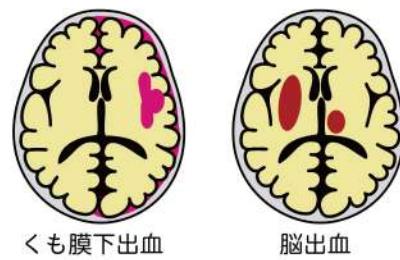


## 認知症学事始

にんちしようがくことはじめ

## 治療可能な認知症

血管性認知症は、脳梗塞、脳出血、くも膜下出血、低灌流などの脳血管障害に起因する認知症の総称です。低灌流とは、極端な低血圧、徐脈、鬱血性心不全などにより脳に十分な血液が供給されない状態を意味します。血管性認知症では、脳血管障害に起因する失語症、片麻痺、半身の感覚障害、歩行障害、構音・嚥下障害、視野欠損などの神経脱落症状を病早期から呈するところが、アルツハイマー型認知症など他の認知症と異なる特徴とされています。また、血管性認知症は、進行性の病態を辿るアルツハイマー病に対比して、脳血管障害の再発予防により病状の進行を抑制あるいは改善することも可能なことから「治療可能な認知症(treatable dementia)」として認識されています。



## かつては脳動脈硬化症

今から130年ほど前に、アルツハイマー病の発見者であるドイツの精神科医アロイス・アルツハイマーが、脳梗塞に起因する認知症を「動脈硬化性認知症」と呼んで以来、高齢者では脳血管の動脈硬化により認知症を生じると云う曖昧な因果関係を示唆する名称が広まり、高齢者の認知機能低下に対して「脳動脈硬化症」と云う診断名がしばしば用いられるようになりました。1974年にカナダ

の神経学者ウラジミール・ハッチンスキーは、それまで「脳動脈硬化症」と呼ばれていた曖昧な概念を批判して、単に脳血管の動脈硬化のみでは認知症には至らず、脳血管が閉塞して脳梗塞を繰り返すことで認知症が生じることを明らかにしました。現在では「脳動脈硬化症」と云う診断名は殆ど用いられなくなりました。

**アルツハイマー病との併存**

アルツハイマー型認知症と血管性認知症が認知症の二大原因疾患と言われ、臨床診断はアルツハイマー型認知症か血管性認知症の何れか二者択一を迫っていた時代には、脳卒中の既往を有したり、画像診断で脳梗塞や脳出血が検出されると

自動的に血管性認知症と見做され、血管性認知症が過大に診断される傾向にありました。わが国では嘗て脳卒中が死因の一位を占めていたころには、アルツハイマー型認知症に比べて血管性認知症の割合が多いと漠然と信じられていましたが、わが国においても認知症の原因疾患の過半数はアルツハイマー型認知症であることは周知の事実です。最近の報告によると、高齢のアルツハイマー型認知症では、老人斑などのアルツハイマー病の病理所見に加えて脳梗塞や脳出血などを合併していることが多いことから、脳血管障害の予防はアルツハイマー型認知症の進行抑制にも寄与すると考えられています。

次号連載第十六回  
に續きますお薬にまつわる  
あんな話こんな話  
そんな話も

谷川博士の

## お薬 よもやま話

## お薬の飲み合わせ:吸収への影響(1)

■前回は、お薬の飲み合せ(薬物相互作用)には、薬物動態学的相互作用と、薬力学的相互作用の2つがあると書きました。今回は薬物動態学的相互作用のうち、お薬の吸収段階で影響を受けるケースについて説明したいと思います。これが分かると、前回繰り返し主張した、

## お薬はぬるめの白湯で飲みましょう

の意味がなんとなく分かってくるかもしれません。

■薬局の窓口でお薬を受け取る際に、「このお薬は抗菌薬(細菌感染症に使用するお薬)ですが、牛乳で飲むことは避けてください」や、「今はあまり言われないかもしれません」、「このお薬は鉄剤ですが、お茶で飲むことは避けてください」との説明があるかもしれません。これらの例は、抗菌薬を牛乳とともに飲むことで、また、鉄剤をお茶とともに飲むことで、お薬の効果が変わる(弱まる)ものです。ではなぜお薬の効果が変わるのでしょうか?

## 抗菌薬と乳製品

抗菌薬といっても、すべての抗菌薬ではないのですが、一部の抗菌薬と牛乳とで相互作用が生じます。ノルフロキサシン(抗菌薬)200 mgを、300 mLの水、牛乳又はヨーグルトとともに服用したときの、ノルフロキサシンの血漿中濃度推移を図1に示します。参考文献1)つまり、水で普通に飲んだとき(○)に比べ、牛乳(●)又はヨーグルト(▲)とともに飲んだときは半分くらいの量しかありません。これは、牛乳やヨーグルトに含まれるカルシウムが、ノルフロキサシンと難溶性のキレート体を作り、ノルフロキサシンではなくなってしまうためと考

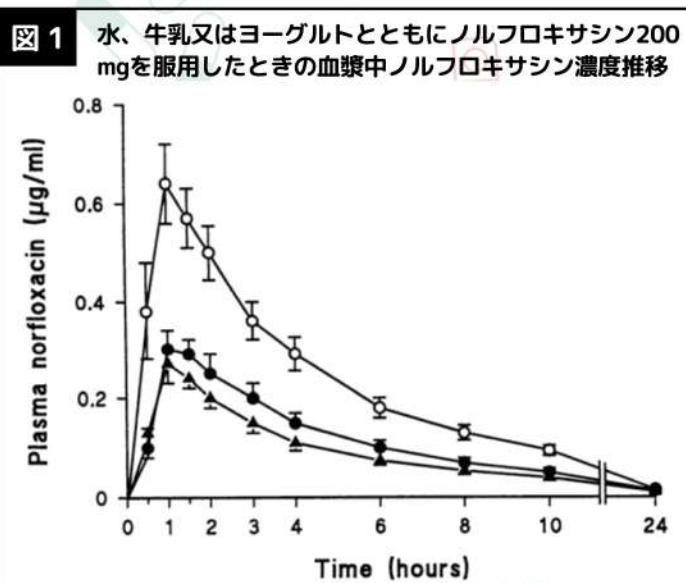


図1 水、牛乳又はヨーグルトとともにノルフロキサシン200 mgを服用したときの血漿中ノルフロキサシン濃度推移  
○:水とともに服用、●:牛乳とともに服用、▲:ヨーグルトとともに服用(いずれも300 mL)

参考文献 1) FIG. 1を引用

きは次号にて。

参考文献 1) Antimicrob Agents Chemother. 1992 (2):489-91.

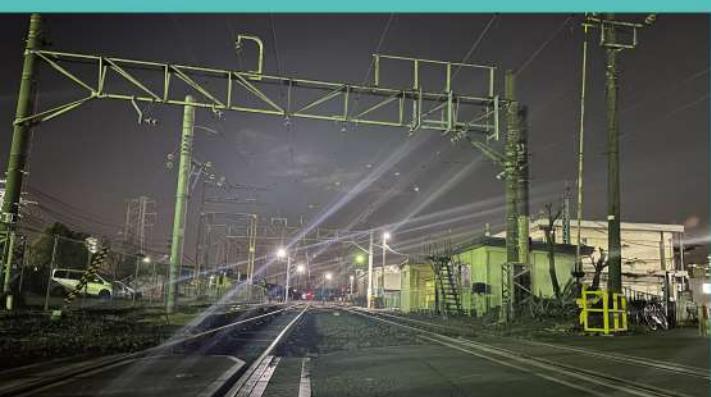
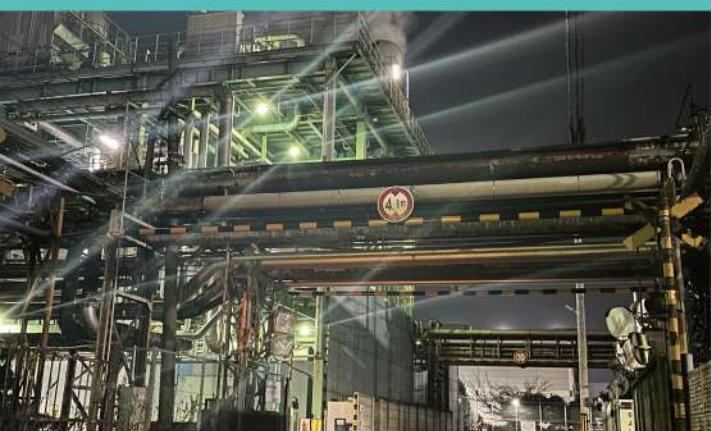
次号も博士のよもやまが続きます

薬剤部副部長  
谷川 浩司  
<連載第10回>  
Illustration by Ken Nagata





【浮島町貨物ヤード前】神奈川県川崎市浮島町  
京急大師線「大師橋駅」から、臨港バス「急行JXエネルギー浮島」に乗車。「浮島中央」で下車後、徒歩約3分



散歩のついでにススキを探してみたのですが都市化の進む周辺では探すのが困難でした。更に歩くと「あつた、あつた」もみの木台と早野聖地公園の境界の土手にススキの群生を発見。よく見ると外来種の麒麟草に侵食されながらも、しっかり根を張り、穂を伸ばしています。そのたくましさに心から応援したくなりました。

横浜総合病院も様々な外圧に苦ししながらも根を張り、種を育ててたくましく成長してほしいと思う今日この頃です。  
(内部監査室)

# 異世界へ



# ようこそ



創業1963年の老舗。数多くのドラマやCMにも使われているお店です。ドアを開けるとカウベルのドアベルがカランコロン♪と心地よく鳴り響き、静かにジャズが流れる店内は全てボックス席。昭和の喫茶店ってこうだったよね。という納得のレイアウト。  
このお店はいくつか注意点があります。開店時間は毎日10時~17時。食事メニューは15時迄。15時以降は甘味、ケーキ、ドリンク類のみ。滞在は2時間迄。そして、お支払は現金のみ。昭和ですもの。現金、あたり前田のグラッカー(笑)。

【喫茶&レストラン まりも】 川崎市中原区新丸子東1-785  
場所は東横線・目黒線「新丸子駅」徒歩3分(武蔵小杉駅からは徒歩10分位) (044)422-3570



【早野聖地公園】横浜市川崎市麻生区早野732  
東急田園都市線あざみ野駅より路線バス「すすき野団地」行き「虹が丘小学校」下車0分  
小田急線新百合ヶ丘駅より路線バス「あざみ野駅」行き・「峻山スポーツガーデン」行き「虹が丘小学校」下車0分



こんな、伝票にも懐かしさを感じますね。

写真はプリンローヤルとクリームソーダ。それにしても、お客様がひっこりなしに入ってきます。地元で愛される憩いの喫茶店です。 (医事課)



薬の専門家が  
答えます！

# 教えて！薬剤師



さん

お薬に関する  
エトセトラ



Q: 時々目に見る「●●OD錠」の「OD」って何の事なの？

A: 口腔内崩壊「Oral Disintegration」の略称になります。



ツウ  
通は知っている！？

皆さまがもらっている飲み薬の中に、「●●OD錠」や「●●D錠」などと書かれているものはないでしょうか？この「OD」や「D」が何を意味しているのか、ご存知の方はいらっしゃいますか？ご存知と言う方は中々、ツウ通かもしれません。

一般にはあまり知られていないことなので、折角ですからご説明させて頂きますね。

「OD錠」や「D錠」の「OD」や「D」は、英語の「Oral Disintegration」の頭文字が由来です。意味は「Oral」が「口」、「Disintegration」は「崩壊」ですので「口の中で（ほろほろと）崩れる」と言う意味になります。これを「口腔内崩壊錠」と呼びます。

「水なしで飲める薬」

私はまだ高齢者ではないはずですが、大きな錠剤やカプセルを飲むのは得意ではありません。ご高齢になればなおさら、大きな錠剤やカプセルを飲むことが大変になってくると思います。

このようなお薬は、口の中で崩れて飲み込み易くなるといった利点があるので、飲み込む力が落ちた方でも飲みやすいです。テレビのコマーシャルなどで「水なしで飲める薬です」と宣伝しているアレです。

お薬をもらっている方の中には、「別に飲み込み難いとかないので普通の薬で良いのだけど…」、と思われる方もいらっしゃるかと思います。一方で、飲み込みが難しい患者さんがいることも事実で、こういった方に合わせて「口腔内崩壊錠」を採用しています。また、これは病院側の都合でもあるのですが、同じ成分、同じ量のお薬をいくつも用意しておくことは、お薬の管理が大変になるということです。それに、同じお薬をいくつも置くのであれば、違うお薬を置いた方が治療の幅が広がりますしね。

細心の注意を払って

しかし、「口腔内崩壊錠」は良い点ばかりではなく、通常の錠剤と比較すると脆いので錠剤を包装から出すときに割れてしまったり崩れてしまったり、持ち運んでいるときに欠けてしまったりすることがあります。お薬を準備し、患者さんごとに適切な調剤を実現するために、私たち薬剤師は日々、お薬を大切に扱い、細心の注意を払って皆さまにお届けしていますので、場合によっては待ち時間が長くなることもあります。ご理解頂けると助かります。

(次号も石井薬剤師が登場します!)

# よこそう 医療福祉情報局 No.10

介護保険使える施設って  
どんなところ？

高齢者の住まいについて  
ご紹介します！

## 介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム：特養)

特養は、要介護高齢者のための生活施設です。入所する要介護者に対し、施設サービス計画に基づいて、入浴、排せつ、食事等の介護など、日常生活上の世話、療養上の世話を目的とする施設です。原則要介護3以上の方が郵送で申し込みできます。  
※1ヶ月の費用：10万円程度（多床室）  
17万円程度（ユニット型・個室）  
※入所期間：長期



## 介護老人保健施設（老健）

老健は、要介護高齢者にリハビリ等を提供し、在宅復帰や在宅支援を目指す施設です。要介護1以上の方向でリハビリを必要とする方が対象です。  
※1ヶ月の費用：13万円程度（多床室）  
20万円程度（ユニット型・個室）  
※入所利用期間：3ヶ月程度



## 介護医療院

介護医療院は、要介護高齢者の長期療養や生活のための施設です。長期的な医療と介護のニーズを併せ持つ高齢者を対象とし、「日常的な医学管理」や「看取りやターミナルケア」等の医療機能と、「生活施設」としての機能を兼ね備えた施設です。



自立度が高い

## ホスピス型住宅

末期がんや難病の方など終末期患者が入居する住宅型有料老人ホームやサービス付き高齢者向け住宅。がんや難病のケアを受けながら自分らしく過ごす施設です。



## サービス付き高齢者向け住宅

高齢者が安心して暮らせるよう、介護や医療と連携し、安否確認や生活相談などのサービスを提供する、バリアフリーの賃貸住宅です。

## 認知症対応型共同生活介護 (グループホーム)

グループホームは、認知症のある高齢者が介護を受けながら共同生活をおくる施設です。

施設によって入所条件、費用など異なります。ご利用を検討している方は、施設の方やソーシャルワーカーなどにご相談ください。



## 有料老人ホーム

「介護付き有料老人ホーム」は、自治体から特定施設入居者生活介護の指定を受けた施設。24時間365日施設職員から介護をはじめとする様々なサービスを受けられます。「住宅型有料老人ホーム」は、自立から要介護の状態と、様々な状態の高齢者が暮らすことができる施設。介護サービスが必要な場合は、外部の訪問介護サービスを利用します。  
※費用：20万円程度～施設によります。

横浜総合病院の相談窓口は地域医療総合支援センターです。  
お気軽にお声かけください。☎ 045-903-7152 (患者相談室)  
参考：厚生労働省 HP (介護・高齢者福祉) 等

## 秋季消防訓練

11/29(水)に毎年恒例の秋季消防訓練が行われました。

今回の訓練は「日中の土砂災害」を想定した内容で実施されました。被害状況確認と報告、避難通路の確保、患者さんや負傷者の搬送方法を参加者全員で行い、災害時の具体的な対応策を改めて理解した訓練となりました。



## ミニミニ ワンダフルニャンダフル♪



## 第26回青葉区・緑区認知症勉強会が行われました

12月19日(火)メロンディアあざみ野(あざみ野駅前)にて第26回青葉区・緑区認知症勉強会を開催しました。

講師の福祉ジャーナリスト町永俊雄氏にお越しいただき、「『認知症』のこれまでとこれから」についてご講演いただきました。zoomでのオンライン配信も含め多くの方々にご参加いただき有難うございました。



## 青葉区民マラソン優勝



歯科衛生士の金子夢さんが11/26(日)に行われた第10回青葉区民マラソン10km女子総合の部で見事優勝しました。優勝タイムは38分18秒でした。

大会アンバサダーの有森裕子さんと一緒に記念撮影をさせていただきました。

本人コメント「順位よりもタイムを意識して走りました。」



# 人間ドックのご案内

～年に一度の健康チェックを～

私たちは定期的な健診をお受けいただくことで、皆様の健康管理、疾患予防のお役に立ちたいと願っております。ご受診を心よりお待ちいたしております。



医療法人社団緑成会 横浜総合病院附属  
あざみ野健診クリニック

- ・インターネット予約
- ・あざみ野駅より徒歩1分
- ・総合病院との連携



〒225-0011  
横浜市青葉区あざみ野2-2-9  
あざみ野第3ビル4F

TEL:045-522-6300  
FAX:045-903-0777  
Web:azamino-clinic.com



## 横浜総合病院ご案内

あざみ野駅、青葉台駅、鶴川駅、奈良北団地、こどもの国駅、麻生、すすき野方面より当院直通バスを運行しております。  
詳しくは下記HPをご覧ください。



路線バス

東急田園都市線「あざみ野駅」から  
「あ27系統すすき野団地」行き  
「もみの木台」下車徒歩7分  
小田急線「新百合ヶ丘駅」から  
「新23系統あざみ野駅」行き  
「もみの木台」下車徒歩7分

診察時間

午前	受付 8:00~11:30
	診察 9:00~12:00
午後	受付 1:30~ 4:30
	診察 2:00~ 5:00



### 【編集後記】

新年明けましておめでとうございます。  
1月は往める、2月は逃げる、3月は去ると言いますが、いつ何時も一日は24時間と変わらないので2024年は毎日を大切に過ごし、充実した年にしたいと思います。

(TOMO KAWAI)

新年明けましておめでとうございます。  
今年は辰年。辰(龍)は干支では唯一の想像上の生き物で、東洋では縁起の良いものとされています。どうか皆様にとっても良い年でありますようお祈り申し上げます。

今年もよこそとプロムナードをどうぞよろしくお願いいたします。

(TAKEHITO OGOMA)

プロムナード VOL.369

発行日:2024年1月1日

制作・編集 医療法人社団 緑成会 横浜総合病院  
総務課『プロムナード』編集室

発行人:岩坪 新

〒225-0025  
横浜市青葉区鉄町2201-5  
TEL 045-902-0001