

O's news

2018
11

2018年11月1日発行

歩くと足がしびれる

脊椎・脊髄センター長 脳神経外科部長 山本 慎司

「脳神経外科」では、「脳」はもちろん、「脊髄」や「末梢神経」を含めた全身の神経の病気の診断と治療を行っています。本院でも非常にたくさんの方がお困りの頸椎や腰椎の病気や、手足の末梢神経の病気に対する治療も日常的に行っています。

加齢に伴い、歩いているとだんだん足がしびれるようになり、休憩を取らないと歩けなくなる症状(間欠性跛行)がよく出現します。その原因として、脳、脊髄から足につながる神経が腰、お尻、太もも、ふくらはぎ、足首などで物理的に圧迫が加わり続けるために生じることが非常に多いです。

「腰部脊柱管狭窄症」や「腰椎すべり症」は、腰の骨の変形やずれ、靭帯の変性、椎間板の飛び出しなどで「脊柱管」と呼ばれる神経の通り道が狭くなることで「歩くと足がしびれる」ようになります。また、お尻や足の様々な箇所でも神経が圧迫されることで同じような症状が出現します。足のしびれや痛みを「坐骨神経痛」とまとめて表現されますが、実はその原因は様々で、長年腰に原因があると思われていたものが、実際には他の部位に原因があったということもよくあります。

症状の改善のためには、まず原因をきちんと突き止め、その上で適切な対策を講じることが必要です。腰に原因があるかどうかを調べる検

査としては、レントゲン、MRI、CT検査が行われますが、背骨の変形が強く診断が困難な場合はさらに造影検査や局所麻酔薬を用いた神経根ブロック治療なども行い、正確に原因を

突き止めます。さらにお尻、太もも、ふくらはぎ、足首などに原因があるかどうかは、末梢神経伝導検査やさまざまなブロック治療の効果を踏まえて診断いたします。また、原因が神経ではなく、動脈硬化などのために動脈が細くなり足の血流不足によって生じるもの(閉塞性動脈硬化症)もあります。

軽症の場合は様々な物理療法、薬物治療、ブロック治療などで対応しますが、症状が強い場合はこれらの効果が期待できないため、手術治療も検討いたします。高齢の方が多いため、本院ではできるだけ体の負担をかけないように、短期間の入院で、小さな傷での精密な顕微鏡手術を日々行っています。

足のしびれの原因はさまざま、症状の改善のためには原因に応じた専門的加療が必要です。お困りの方は一度専門医に相談されることをお勧めします。



腸内フローラ

栄養管理室 主任
田淵 鉄也

“腸脳相関”という言葉があるように、腸は第二の脳とも言われています。

腸内フローラという言葉を知ったことはありますか？腸内フローラとは腸内細菌の善玉菌・悪玉菌・日和見菌のバランスのことです。

腸内フローラ、腸内環境が健康増進や疾病の発生に関与することがあきらかとなりつつあります。身近にあるヨーグルトなどに含まれている乳酸菌やビフィズス菌を摂取することで腸内環境の改善に繋がると期待されています。近年、市場にも乳酸菌入りチョコレート、飲料、ゼリー、タブレット等様々な商品が新発売されています。便秘解消、インフルエンザ予防、肌荒れ改善、花粉症予防など乳酸菌の種類によって期待できる効果が異なるので、商品を購入される時に菌の種類に着目されても面白いのではないのでしょうか？



接遇・CS委員会の紹介

委員長 看護部長 上原 かおる

接遇・CS(customer satisfaction:顧客満足)委員会は、来院される全ての方に満足して頂ける病院を目指して活動しています。その取り組みをご紹介します。

一つは、「身だしなみ」と「挨拶」の啓発活動です。チェック表を用いて互いにチェックし合ったり、接遇基本の言葉を掲示・唱和したりと取り組んでいます。

もう一つは、「院内MAP」です。院内の構造が複雑で、移動時に迷われる患者さまがおられます。その際に活用して頂けるようA4サイズで作成しました。ラミネート加工しているため、行き先などの順路をガラスペンで記入できるようにしています。昨年、それに院内絵画の紹介と屋上庭園の紹介を追加いたしました。待ち時間を少しでも快適に過ごせていただければと思っております。外来診察室前や薬局前などに吊り下げておりますので、是非一度ご覧になってください。



しもつき
霜月

晩秋から冬へ。北国では霜が降り始める頃です。

十八節気
霜降

11/2～6(五十四候) 楓蔦黄 / もみじつたきばむ

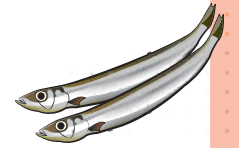
紅葉が深まり、秋の行楽シーズンです。春の桜、秋の紅葉は日本の風景の象徴ですね。花や果実、紅葉が楽しめる庭木に利用される花梨(かりん)。実はカリン酒やジャムに♪「金は貸すが借らない」というゴロ合わせで、庭の表に「カリン」を、裏側に「カシ」を植えると商売繁盛によいとされるそうです。

十九節気
立冬

りつとう

11/7～11(五十五候) 山茶始開 / つばきはじめてひらく

深緑の中に浮かぶようにポツリポツリと赤い山茶花(さざんか)が咲き始めます。回遊魚の柳葉魚(ししゃも)、11月頃、産卵の為に群れをなして川をさかのぼります。「散りゆく柳の葉を神様があわれんで魚にしました」。アイヌの伝説です。



11/12～16(五十六候) 地始凍 / ちはじめてこおる

冬の訪ずれ、大地が固く凍てつき始めます。日本の食卓に欠かせない「こんにゃく」。成長の遅いこんにゃく芋は、収穫までに2～3年かかります。寒さに弱い為、初冬のこの時期に掘り起こされ、春まで貯蔵庫に保管、温かくなる頃、植え直されます。



11/17～21(五十七候) 金盞香 / きんせんかさく・きんせんこうばし

この時期、夜空にあらわれる「獅子座流星群」。冬の空を見あげてみましょう♪

「立冬補冬、補嘴空」
中国の言葉で「冬には冬の食べ物で元気を補う」。
旬の野菜、魚をいただきま二十節気
小雪

しょうせつ

11/22～26(五十八候) 虹蔵不見 / にじかくれてみえず

太陽の光も弱くなり、どんよりとした冬の空に、虹はみられなくなります。北国や山々で雪が振り始める頃、風下の地域にちらちらと舞う雪を「風花(かざはな)」と呼びます。美しい名前ですね。



11/27～12/1(五十九候) 朔風払葉 / きたかぜこのはをはらう

僅かに残っていた木の葉も、朔風(北風)にすっかり吹き飛ばされてしまいます。この頃の雨を「木の葉時雨(このはしぐれ)」と呼びます。

冬の季語とされる「臯(ふくろう)」、「森の哲学者」とも呼ばれています。

「ぼろ来て奉公」とか「五郎助ほーほー」のように聞こえる鳴き声が、冬の夜に響きます。



今月の花 秋のバラ 花言葉:「愛」「美」



「秋バラ」が秋の花壇に映える季節になりました。

バラは一季咲き「春(5～6月)」、四季咲き「春(5～6月)、夏(6～7月)、秋春(10～11月)」、返り咲き「主に春(5～6月)咲きだが、夏から秋に不規則に咲く性質」の大きく3つに分類されます。秋バラはこの「四季咲き」の品種にあたります。

華やかにたくさん咲き誇る春咲きに比べ、秋バラは、気温が下がった時期なので開花がゆっくりで、豊かな香り、なによりも深いシックな色合いが特徴です。

同じ花でも春咲きと秋咲きでは、色合いが違います。花数も春より少なくなりますが一輪一輪の美しさは格別です。



Ohnishi Neurological Center

外来担当医表

		月	火	水	木	金
1診	午前	大西	大西(宏)	久我	西岡	兒玉
	午後	—	大西(宏)	久我	西岡	兒玉
2診	午前	高橋	前岡	角田	—	第4金曜日
	午後	高橋	前岡	角田	—	てんかん外来 田村
3診	午前	担当医	担当医	担当医	富士井	担当医
	午後	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医
5診	午前	担当医	担当医	担当医	小坂	松岡
	午後	担当医	担当医	担当医	担当医	—
6診	午前	脳血管内治療外来 高橋	—	脳血管内治療外来 大西(宏)/高橋	—	脳血管内治療外来 大西(宏)
	午後	脊椎・脊髄外来 山本	脊椎・脊髄外来 山本	脊椎・脊髄外来 山本	脊椎・脊髄外来 山本	脊椎・脊髄外来 山本
7診	午前	神経内科 立花	—	神経内科 赤谷	内科 竈門(カマド)	—
	午後	—	—	—	内科 竈門(カマド)	<13:00~> 麻酔科 鈴木

※診察受付時間:月~金 <午前>8:30~11:30 <午後>13:30~16:30 (H30.11)

連携協力医療機関のご紹介(No.162)

まえかわ内科クリニック

院長:前川 浩一

【認定資格】日本内科学会認定医・総合内科専門医・日本循環器学会循環器専門医・日本高血圧学会・神戸大学医学博士

【診療科目】一般内科・循環器内科・生活習慣病

【住所】明石市大久保町ゆりのき通2-2-1

AKASAKA HILLS南館 3F

【電話】078-934-2550

前川院長からのメッセージ

2018年2月に大久保駅の南側で開業しました。専門領域にとらわれず内科全般に幅広く診療していくことを心がけております。些細なことでもお気軽にご相談ください。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	/
16:00~19:00	○	○	○	/	○	/	/

※休診日:木曜日/土曜日午後・日曜日・祝日



連携協力医療機関のご紹介(No.163)

なかやま心療内科

院長:中山 賀博

【認定資格】精神保健指定医・精神神経科学会精神科専門医・日本医師会認定産業医

【診療科目】心療内科・精神科・神経内科

【住所】加古川市平岡町新在家1-263-7

【電話】079-425-4848

中山院長からのメッセージ

薬物療法による症状緩和に偏らず、一歩ずつ自己理解を深めるお手伝いをしております。周囲も含めた疾病理解、家族の絆作りや心の成長を大切にしております。

<http://www1.odn.ne.jp/nakayama-mc/>

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
8:00~12:00	○	○	○	/	○	○	/
15:00~18:00	○	○	○	/	○	/	/

※休診日:木曜日・土曜日午後・日曜日・祝日



〒674-0064 兵庫県明石市大久保町江井島1661-1

TEL:078-938-1238/FAX:078-938-1236 mail info@onc.akashi.hyogo.jp <http://www.onc.akashi.hyogo.jp/>

地域医療連携室 TEL:078-938-1288/FAX:078-938-0399

発行責任者:院長 大西 英之 編集責任者:事務次長 瀧原 健司

