

O's NEWS

血液サラサラの薬ってどんな薬？
—抗血小板薬、抗凝固薬について—

脳神経外科部長 河田 幸波

血液サラサラの薬とは、血管の中で**血栓**ができないようにする薬です。**血栓**とは血液が固まって塊状になったものです。似た言葉に**塞栓**というのがありますが、これは血液に限らず、外から血管内に入り込んだ脂肪や空気、ときには細菌や腫瘍細胞などが塊状になって血管を塞ぐことです。

血液：血球成分 … 赤血球、白血球、**血小板**
液体成分 … 血漿（**凝固因子**などを含む）

血栓は、通常は外傷などで出血している場所で、出血を止めるために作られます。最初に血小板が凝集（集まって固まること）して**1次血栓**が作られます。1次血栓は脆いので補強が必要です。このため**凝固因子**（血液を固める12種類の物質）が順番に働き、最終的にフィブリンという蛋白質ができます。このフィブリンが網状に絡んだものが**2次血栓**です。2次血栓は1次血栓を覆い、血管壁に強く固着します。

また血管の内壁は**内皮細胞**で覆われています。内皮細胞が血管の太さの調節、血小板の凝集、凝固物質の産生などの重要な仕事をコントロールしてくれるおかげで、血液は血管の中で固まることなく隅々まで流れることができます。高血圧、高血糖、喫煙、炎症などで内皮細胞が損傷された場所では血小板が活性化され、血管内に血栓を生じます。

脱水や**心房細動**（脳梗塞にとってもなりやすい不整脈の1種）になると血流が遅くなり、血小板や凝固因子が血管壁の近くに集まってきます。すると内皮細胞や血小板自身が産生する物質によって血小板や凝固因子が活性化され、血栓を作りやすくなります。

血液サラサラの薬は**抗血小板薬**と**抗凝固薬**に分かれます。**抗血小板薬**は内皮細胞が損傷されているときに使います。**抗凝固薬**は内皮細胞は保たれていますが**血流が遅い**ときに使います。**血液サラサラの薬**を飲んでいて出血するわけではありませんが、ひとたび出血が始まると止まるまでの

時間が長くなります。怪我をしないようにしましょう。抜歯や手術の前に服薬を休むかどうかはガイドライン（指標）が出ていますので、医師にお尋ねください。

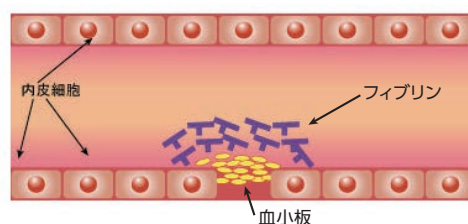
脳梗塞の再発予防で利用できる飲み薬

抗血小板薬：内皮細胞が損傷されているときに使用

保険承認	主成分	商品名	血小板に対する作用	その他
1984年	チクロピジン	パナルジン チクロピジン	不可逆的	・チエノピリジン系 ・重篤な肝障害や血小板減少をきたすことあり
2001年	アスピリン	バイアスピリン アスピリン	不可逆的	・1970年代からすでに適応外で使用されていた
2006年	クロピドグレル	プラビックス クロピドグレル	不可逆的	・チエノピリジン系 ・酵素活性の関係で日本人の15-20%は効きにくい
2010年	シロスタゾール	プレタール シロスタゾール	可逆的	・血管拡張作用もある ・脈が増える ・1日2回服用
2021年	プラスグレル	エフィエント	不可逆的	・チエノピリジン系 ・効きにくい人が少ない

抗凝固薬：内皮細胞は保たれていますが**血流が遅い**ときに使用

保険承認	主成分	商品名	その他
1962年	ワルファリン カリウム	ワーファリン ワルファリンK	・ビタミンKを大量に含む食品（納豆、青汁、クロレラなど）は食べてはいけない ・ビタミンKを多く含む食品（緑茶、抹茶、緑黄色野菜、海藻類など）も食べ過ぎ注意 ・内服開始初期は頻回に血液検査を行い内服する量を調整する必要あり
2011年	ダビガトラン	プラザキサ	・食べてはいけない食品はない
2012年	リバーロ キサパン	イグザレルト	・内服する量は体重、年齢、腎機能、肝機能、併用薬の種類などで決まる ・頻回に血液検査を行う必要はない
2013年	アピキサパン	エリキウス	・ワルファリンカリウムに比べて高価
2014年	エドキサパン	リクシアナ	



転倒は、年齢や健康状態に関係なく、誰にでも起こりうる事故です。65歳以上の方に関しては3人に1人が1年間に1回以上転倒し、転倒された3人のうち2人はケガをされると言われています。また、屋外よりも自宅内で発生することが多いと報告されています。

転倒の主な原因は、大きく環境要因と身体的要因に分けられます。

環境要因として床の滑りやすさや物の散乱などが挙げられます。このような環境下では、つまづいたり転んだりする危険が高まります。そのほか足のサイズに靴があっていない場合も含まれます。

身体的要因として筋力の低下やバランスの悪さ、視覚や聴覚の障害などが挙げられます。また、薬物の影響、アルコールの影響によるふらつきや判断力の低下で転倒しやすくなることも考えられます。

転倒を予防するためには、以下の対策を心掛けましょう。

環境整備

家や職場の環境を安全に整える。床に滑り止めマットを敷く、物を片付けるなどの対策が有効です。

適切な靴の選択

歩行時には滑りにくい底の靴を選ぶ。また足に合ったサイズの靴を選ぶことも大切です。

適度な運動

筋力やバランスを向上させるために、日常的な運動やトレーニングを取り入れる。必要に応じて医師や理学療法士など専門家のアドバイスを受けることも大切です。

薬物やアルコールへの注意

適切な服薬管理や摂取量に留意する。特に薬物に関しては自己判断せず早めに医師に相談しましょう。

視力と聴力の確認

定期的な視力と聴覚の検査を行う。必要に応じて補助具の導入を検討しましょう。



転倒・転落は一緒に防ぎましょう

医療安全管理室

医療安全管理者・看護師 原 麻夕美

医療安全管理室では、「ヒヤッとした」「ハッとした」院内で起こったことの報告を受けてまとめています。月に50件～60件の報告のうち15件前後は転倒・転落に関する内容です。転倒は、高齢者の骨折の原因として最も多いと言われており、特に大腿骨の骨折は寝たきりにつながる可能性も高くなります。

検査台から立ち上がる時や靴を履こうとしてふらつかれた患者さんを検査技師が支えることができ転倒には至らなかったなども報告を受けています。

また、入院中に自分でできると思いベッドから立ち上がると足の力が入らず床に座り込んでしまった。床に落とした物を自分で拾おうとして車椅子からすべり落ちてしまったなどの報告もあります。

報告された内容は1週間ごとにまとめて職員間で共有し対策を検討しています。そして、転倒転落を防止するために一人一人の状態や状況に合わせた移動介助や付き添いなどを行っています。

特に脳の病気特有の運動麻痺や力が入りにくい、しびれているなどの症状により転倒しやすい状態にあります。患者さんと職員が協力して転倒転落の防止ができるよう、ふらつきや歩行に不安のあるときや些細なことでも遠慮なく職員へお声かけください。



二十四節気と七十二候のお話

7月(文月)

日に日に暑さが増し、いよいよ夏の到来～七夕の短冊が風に揺れます



十節気
夏至

7/2～6(第三十候) 半夏生 / はんげしょうず

田植えを終える目安とされた「半夏生」。一部だけ白い印象的な葉っぱです。そろそろお中元の季節。古代中国で1/15(上元)、7/15(中元)、10/15(下元)に神様へ供物をささげた歴史に由来。日本ではお盆の風習と結びつき、地域によって送る時期に差があります。



十一節気
小暑

7/7～11(第三十一候) 温風至 / あつかぜいたる

梅雨明けも間近、蒸し暑さも増してくる頃、7/9、10は浅草寺(東京)の功德日、四万六千日。ほおずき市でにぎわいます。四万六千日とは126年分となり、人の一生、ですね。米一升は4万6千粒の米にあたり、「一生」と「一升」のかけ言葉なのだとか。一日の参拝で、一生分の功德を得ようとした江戸っ子で大変な人出でした。



夏の朝は気持ちがいいですね。ラジオ体操でイチ、ニ、サン♪

7/12～17(第三十二候) 蓮始開 / はすはじめてひらく

蓮の花が開き始める頃、聖なる花として宗教とも縁の深い花です。夏本番が近づくこの時期、香りのよい「しょうがご飯」はいかがでしょう。(^^)①マッチ棒くらいの細切りしょうがを流水に通しザルへ。②油ぬきした油あげをみじん切りに。③研いだお米、だし、酒、しょうゆ、塩、水を入れた上へしょうが+油あげのをせ炊く。



7/18～22(第三十三候) 鷹乃学習 / たかすなわちわざをならう

「若鷹」とは生後一年の鷹のこと。するどい目に精悍な姿は力強いですね。鮮やかな色の「ブーゲンビリア」。18世紀に大陸発見の航海にでたフランス艦隊がブラジルで発見。艦長の名をつけた花です。花言葉は「情熱」。



十二節気
大暑

7/23～27(第三十四候) 桐始結花 / きりはじめてはなをむすぶ

大暑を迎えいよいよ暑い夏がやってきました。アイスクリームやかき氷の美味しい季節♪夏場に誰でも氷を手に入れられるようになったのは明治時代。江戸時代は、雪の塊や氷が将軍家へ献上されました。「お氷様」と呼んで庶民はうらやみました。



エアコンを知らず知らずのうちに手足の冷えが…。湯舟に浸って、全身の巡りを整えましょう。

7/28～8/1(第三十五候) 土潤溽暑 / つちうるおうてむしあつし

その言葉通り、蒸し暑い毎日となります。関西地方では「シャーシャー」と鳴くクマゼミの声に夏の到来を感じますね。「アブラゼミの初鳴き」は季節のうつろいのサインとして各地で観測されます。夏の後半は、「ミンミンゼミ」や「ツクツクボウシ」が聞えるように♪



ピーマン物語 ①

インパクトの強い「ピーマン」というその名前は～。唐辛子を意味する「ピマン(Piment)」に由来するとか。その独特の香りから子供の嫌いな野菜の一つですね…。日本に伝わったのは明治の初め頃ですが、ほとんど普及せず、その存在すら忘れられていました。その後、食料統制がかけられていた戦中に、「忘れられていたピーマン」は対象外となり、規制されていない「ピーマン」を東京近郊の農家が大量に生産。戦後の食糧難の時に、闇市で飛ぶように売れたそうです。品種改良がくり返され、昭和30年代後半から、消費が急速にのびました。 つづく。



外来担当医表

(血)血管内治療 (顔)顔面の痛み・けいれん (FUS)集束超音波治療

		月	火	水	木	金
1診 [予約制]	午前	高橋(顔)	大西(宏)	久我	茶谷	河田
	午後	高橋(血)	大西(宏)(血)	久我	茶谷	河田
2診 [予約制]	午前	吉村	砂田	角田	富士井	担当医(血)
	午後	吉村	砂田	角田	矢野	脊椎・脊髄外来 山本
3診	午前	担当医	担当医	担当医	佐藤	担当医
	午後	担当医	担当医	担当医	佐藤	担当医
5診	午前	担当医	担当医	担当医	担当医	細川
	午後	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医
6診 [予約制]	午前	脳神経内科 小坂田	—	脳神経内科 赤谷	てんかん 第4週 田村	脳神経内科 第1・3週 阿部
	午後	脳神経内科小坂田(FUS) 脊椎・脊髄外来 山本	脊椎・脊髄外来 山本	脊椎・脊髄外来 山本	てんかん 第4週 田村 脳神経内科 第1・3週 森原	脳神経内科 第1・3週 阿部

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

※毎週金曜日13:00～ 7診 麻酔科 鈴木

(2023.7)

※第1・3週金曜日9:30～12:30、13:30～16:30 6診 脳神経内科 阿部

連携協力医療機関のご紹介

No.108

ふじわら内科

院長:藤原 洋

【認定資格・所属学会】日本心臓血管外科学会 心臓血管外科専門医、日本外科学会 外科専門医、日本胸部外科学会 胸部外科認定医、埋め込み型除細動器登録医、両心室ペースメーカー治療登録医、臨床研修指導医

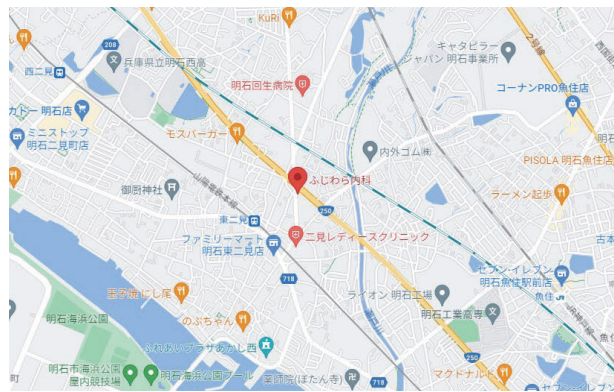
【診療科目】循環器内科、呼吸器内科、内科

【住所】明石市二見町東二見272-6

【電話】078-939-3351

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:30～12:30	○	○	○	○	○	○	/	/
15:30～18:30	○	○	/	○	○	/	/	/

休診日:水曜・土曜午後、日曜、祝日



藤原院長からのメッセージ

本年開業10年目を迎えました。循環器、呼吸器疾患を中心に内科疾患全般の診療を行っております。

No.253

あかしザウルス こどもクリニック



院長:北尾 哲也

【認定資格・所属学会】小児科専門医、子供の心相談医、新生児蘇生法(NCPR)専門コース認定、日本小児科学会、日本小児科医会、日本アレルギー学会、日本腎臓病学会、日本小児腎臓病学会

【診療科目】一般小児科、アレルギー科

【住所】明石市大久保町谷八木608番5 大久保南クリニックモール

【電話】078-937-3564

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00～12:00	○	○	/	○	○	○	/	/
14:00～15:00 予防接種	○	○	/	○	○	/	/	/
16:00～19:00	○	○	/	○	○	☆	/	/

☆は14:00～17:00

受付時間:午前8:50～11:30 午後15:50～18:30 土曜午後13:50～16:30

休診日:水曜、日曜、祝日



北尾院長からのメッセージ

皆様初めまして。2022年8月に明石市大久保町谷八木に小児科・アレルギー科を開院させて頂きました北尾哲也と申します。当院は「医療を通して、お母さんやお父さんが笑顔で子育てを出来る地域づくり」という理念を持ち、診療に当たっています。まだまだ至らぬ点多々あるかと思いますが、皆様が笑顔で子育てを出来る様に全力でサポートさせて頂きます。何かお困りごとがありましたらいつでも我々にご相談ください。皆様どうぞよろしくお願い致します。



〒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・編集責任者:理事長・院長 大西 宏之

