

今号の内容

- 知っておきたい高齢者のフレイル
- 大前博士画伯作品展示のお知らせ
- 認知症と運転免許
- 学術賞優秀口演賞受賞
- お薬と食べ物の関係について
- 学術活動4月～6月
- 「エキスパートによる てんかん講演会」を開催しました

☎ 当院ではWiFi 無料インターネット接続サービスがご利用いただけます。ご希望の方は受付までお問い合わせください。

## 知っておきたい 高齢者のフレイル

介護老人保健施設ひばり 施設長 梶川 咸子

高齢になると、身体的にも精神的にも社会的にも、若い時のように思い通りになりません。この三つの要素の衰えにより起こされる高齢者の虚弱状態を「フレイル」と呼んでいます（図1）。フレイルは健康と要介護状態の中間の状態として定義されています。厚労省と老年医学会はフレイルを正式用語として採用し、その予防や進行を阻止し、要介護や寝たきりを防ぐよう呼び掛けています。

フレイルの要因となる筋量の低下を2年にわたり追跡した78歳女性のデータを参考までにお示しします（図2）。この女性は筋肉の衰えを防ごうと、ウォーキングやハイキング、体操をして努力をしていますが、老齡はそれを次第に追いつけているのです。脊椎骨折が気づかぬうちに起こっている

「いつのまにか骨折」という状態がありますが、筋肉もいつのまにか減弱して「サルコペニア」という状態になり、「いつのまにかフレイル」になる可能性はあります。

高知大学名誉教授森惟明先生と当法人会長とひばり施設長が共著で「活力の低下を感じていませんか？ 知っておきたい高齢者のフレイル」という書籍を昨年12月に幻冬舎メディアコンサルティングから出版しました（図3）。ご参考にしてフレイル予防に役立ててください。

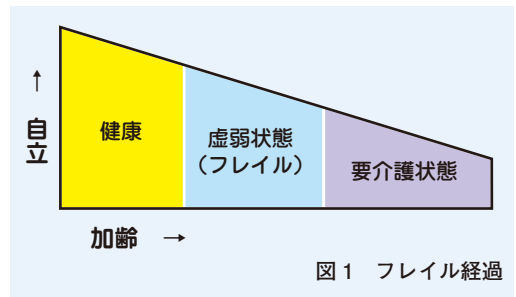


図1 フレイル経過

### 筋肉量バランス



76歳時、77歳時、78歳時。78歳時には下半身と左上肢の筋量が低下している。スクワット、腕立て伏せ、腹筋運動、背筋運動に励みましょう！

図2 サルコペニアの検査。筋量測定経過



図3 書籍の表紙

# お薬と食べ物の関係について

薬剤部 唐下智衣

みなさんが現在内服中のお薬について、避けた方がよい食べ物等をご存じでしょうか？私たちが日々何気なく食べているものが内服中のお薬の効果を弱めたり、強めたりすることがあります。今回は、当院でよく使用されているワルファリン(商品名ワーファリン)というお薬についてご説明させていただきます。



ワルファリンとは、血液をさらさらにして固まりにくくするお薬で、脳梗塞の再発を予防する目的等でよく使用されています。血液をさらさらにするお薬といえば、青汁や納豆との組み合わせが良くないと思われる方がいらっしゃるかもしれませんが、これに該当するお薬はワルファリンです。

ワルファリンはビタミンKの力を抑えることで、その力を発揮します。しかし、ビタミンKを多く含む青汁、クロレラやビタミンKを産生する納豆菌を含む納豆を摂取すると、ワルファリン本来の力を発揮できなくなり、血液が固まる方向へ働きます。そのためワルファリンを内服中の方は、青汁、クロレラや納豆の摂取を禁止する必要があります。その他、ビタミンKを多く含むホウレン草等の緑黄色野菜は一日の摂取量が過量にならないように注意が必要です。

ワルファリン以外にも食べ物等と相性の良くないお薬がありますので、内服中のお薬について不安なことがある際には、医師、薬剤師等にご相談頂き、安心して治療を受けて頂きたいと思えます。

参考資料：エーザイ株式会社「抗凝血薬療法手帳（ワーファリン手帳）」

## 「エキスパートによる てんかん講演会」を開催しました

脳神経外科医長 蛸子裕輔

平成29年4月25日、翠清会梶川病院2階 ホール ブリランテにて東京医科歯科大学脳神経外科教授 前原健寿 先生をお招きして、「てんかんの診断・看護・治療」というテーマでご講演いただきました。

前原教授はてんかん分野の第一人者であり、てんかんの診断・検査・看護・内服治療・外科治療に加え、てんかんの方の自動車運転免許についてなど、私達が日頃気になっているところをビデオなども交えながらわかりやすく解説していただきました。

当日は院内の医師・看護師のみならずコメディカルの方々、さらに地域の先生方にもご参加いただき大盛況であり、私自身も大変勉強させていただきました。



前原健寿教授



# 認知症と運転免許

脳神経内科 櫛谷聡美

最近認知症の症状を有すると思われる運転者による交通事故が多くなり、平成29年3月12日道路交通法の一部を改正する法律が施行され、加齢による認知機能低下に着目した臨時認知機能検査制度や臨時高齢者講習制度の新設などが行われるようになりました。この法改正で以下の点が変更となりました。



満75歳以上の高齢者は以前同様免許更新時に認知機能検査を受けますが、この検査で認知症のおそれがあると判定を受けた場合は高齢者講習の受講が義務付けられるだけでなく、後日臨時適性検査を受けるか、主治医の診断書の提出が必要になります。臨時適性検査や医師による診断書から認知症と診断された場合は、運転免許の取り消し、または停止になります。

また、満75歳以上の運転免許を持っている方が認知機能が低下した場合に行われやすい一定の違反行為（信号無視や徐行すべき場所で徐行しなかった場合など）を起こした際には、臨時に認知機能検査を受ける必要があります。検査で認知症のおそれがあるとされた方は臨時適性検査を受けるか医師の診断書を提出することが義務付けられ、認知症と診断された場合は運転免許の取り消し、または停止になります。検査を受けなかったり診断書を提出しなかった際にも運転免許の取り消し、または停止になります。

一方で認知症の疑いがある方や認知症と診断を受けた方の運転免許は、本人もしくは家族等の申請により適性検査や診断書の提出を行い、取り消しまたは経過を見るために停止処分とすることができます。認知症の診断を受けていたのにも関わらず、運転免許の取り消しや停止の申請を行わないだけでは処罰の対象にはなりません。万が一事故を起こした場合、申請をしていなかったことによって責任を問われることがあります。

また、運転免許を自主返納された方を対象に、自治体による支援やタクシーなどの運賃割引制度があります。この制度は運転免許の取り消し、停止の処分を受けてからでは利用出来ません。

病院で認知症の加療を受けている方、またその家族の方は運転免許の自主返納について検討してみてください。

なお、運転免許の取り消しについては警察が判断するのであって、診断書を作成した医師が決定するものではありません。

国立長寿医療研究センター 長寿政策科学研究部より  
認知症高齢者の自動車運転を考える家族介護者のための支援マニュアルが

<http://www.ncgg.go.jp/department/dgp/index-dgp-j.htm> に掲示されています。

道路交通法改正前に作成されており、運転免許についての記載は更新されていませんが、認知症の患者様の具体例なども挙げられておりますので、興味がある方は一度参照してみてください。

なお、この支援マニュアルは印刷物の配布は実施しておらず、ダウンロードでのみ入手可能です。

# 大前博士画伯 作品展示の お知らせ



「ミラベル庭園」ザルツブルグ(オーストリア)



「ヒロシマ 平成の四季」

このほど、作品展示に伴い  
大前先生が訪院されました。

## 大前 博士 画歴

- ・日本美術家連盟会員
- ・AMCS(国際企画選考委員会)公式認定画家
- ・アカデミーグランド・シェミール(パリ)1971～1973年学ぶ
- ・アカデミーゴエツ(パリ)学ぶ
- ・野口 弥太郎 に師事

第42回日本脳卒中学会学術集会 学術賞優秀口演賞 受賞 脳神経内科 医長 中森正博

## 学術活動 4月～6月

4月8日 第83回日本脳神経外科学会中国四国支部学術集会  
「Immature teratomaの一例」 脳神経外科医長 蛭子裕輔

4月25日 エキスパートによるてんかん講演会  
理事長・院長 若林伸一(座長)

6月10日 平成29年度日本技術士会中国本部建設部会定期講演会  
「活力低下を感じていませんか?知っておきたいフレイル」 会長 梶川 博

6月15日 第5回STROKE連携カンファレンス  
「抗凝固薬内服における脳卒中」 脳神経内科部長 今村栄次

6月23日 第36回日本脳神経超音波学会総会  
「脳卒中患者における頸動脈エコー、ABI/PWVの関連性と病型診断についての検討」  
臨床検査部 西野真佐美

6月28日 地域で考える認知症  
脳神経内科部長 今村栄次(座長)  
「認知症の早期診断と治療」 脳神経内科医長 中森正博  
「院内外における他職種連携～MSWの支援から～」 医療福祉相談部 坂原 舞

6月29日 第18回広島臨床脳循環代謝研究会  
「Prediction of pneumonia in acute stroke patients using tongue pressure measurements.」 脳神経内科医長 中森正博

## 医療法人 翠清会 翠清会梶川病院

TEL : 082-249-6411 FAX : 082-244-7190  
〒730-0053 広島市中区東千田町1丁目1-23  
<http://www.suiseikai.jp>

### 《病院理念》

Patient First 「患者さん第一」  
ファースト・オピニオン(First Opinion)を提示でき、  
セカンド・オピニオン(Second Opinion)を求められる病院に!

### 《基本方針》

- 1 脳の専門病院として24時間、常に質の高い医療を提供します。
- 2 患者さんの権利を尊重します。
- 3 患者さんの安全と安心を確保し、医療事故の予防と対策に努めます。
- 4 急性期から慢性期、在宅までの地域の関連機関と連携を強化します。
- 5 翠清会の職員である誇りを持ち、プロとしての実力を高め、チーム医療に貢献します。

