

# あけびだより

No. 169

2018年11月1日発行

URL <http://www.akebi.or.jp/>

平成30年11月



絵画教室

田中千満 氏

## 姿勢異常とパーキンソン病の疼痛

1997年私がパーキンソン病と医師から診断を受けた時、四大症状(運動症状)が主な症状と言われていました。その時に四大症状は氷山の一角でまだまだ未知の疾患であると書いてあるのを覚えています。何時の頃からでしょうか、非運動症状(認知障害、幻覚と精神症状、抑うつ、不安感、無関心、睡眠障害、日中の眠気、痛み及び感覚異常、排尿の問題、便秘、立ちくらみ、疲労)が注目をされてきた時は驚きましたが、自分の身体を見てみると納得のいくことばかりでした。今から7~8年前のことになりますが、腰の痛みはパーキンソン病と関係ありません。と神経内科医も言われていました。今ではパーキンソン病は全身性の疾患とまで言われています。治療としては服薬とリハビリテーションそれに加えゆっくりとストレスのない日常の中で過ごすのが良いようです。

私事になりますが、一昨年春頃から姿勢異常が顕著になり同時に腰・下肢の痛みがきつくなっていきました。自立歩行は痛みのため無理になり室内では歩行器、室外ではシルバーカーの助けを借りなくてはどこにも行けません。姿勢は腰曲がり・側弯・捻じれと3つも重なった丁寧な姿勢異常です。

【パーキンソン病の姿勢異常は立位や歩行時に出現するが、仰臥位消失することが特徴的であり、二次的な疼痛やバランス障害などの症状も引き起こし、歩行障害、転倒リスクの増加、QOLの低下につながる】

大好きな外歩きも一人では不安、全てのことに心も行動も小さくなっていく自分をどうしてよいのか分からなくなりました。整形外科を受診しても原因となるような疾患がないのか医師は痛み止めを服用しながら様子を見て下さい。・・・と。

パーキンソン病を発症してからこんなに追い詰められたのは、はじめて味わう寂しい日々です。唯一私を助けてくれたのは、お薬だったのです。offになると痛みが増していきます。私の身体はどうなるのだろう?答えは返らずお薬だけが増えていきました。

【パーキンソン病によるジストニア、やせ、筋量の減少により体幹の支持が困難となり、姿勢異常が悪化し、疼痛の増悪を招く。抗パーキンソン病薬の中では、プラミペキソールの内服開始直後から姿勢異常が出現した場合には、速やかに中止する。姿勢異常は腰部に負担がかかり続けることになり、腰部・殿部、両下肢に慢性的な痛みが生じる要因になります。慢性の痛みはoff pain と呼ばれる抗パーキンソン病薬の効果の途切れるoffの時間に一致して疼痛が悪化することがあります。】【】は、臨床整形外科Vol.52 No9より抜粋】

## 認定特定非営利活動法人あけび

認定NPO法人あけび 事務所  
TEL 079-262-6702 FAX 079-262-6703  
グループリビングあけびの里  
TEL 079-262-6707 FAX 079-262-6703  
〒672-8064 姫路市飾磨区細江473-10

訪問看護ステーションあけび  
TEL 079-262-6708 FAX 079-262-6703  
訪問介護ステーションあけび  
TEL 079-262-6702 FAX 079-262-6703  
〒672-8064 姫路市飾磨区細江473-10  
Mail: day@akebi.or.jp

通所介護施設デイサービスあけびの実  
〒670-0804 姫路市保城363番地の3  
TEL079-280-6931 FAX079-280-6932  
Mail: akebi-no-mi@akebi.or.jp  
通所介護施設デイサービスあけびの輪  
〒670-0952 姫路市南条1丁目101-1  
TEL079-284-0055 FAX079-284-0056  
Mail: akebi-no-wa@akebi.or.jp

## あけびの宴

「9月のお誕生日会でカラオケ外出に行きました。あまり歌に興味になさそうとおもっていても、意外に歌を知っておられたり、楽しんでおられる姿が印象的でした。北村さんお誕生日おめでとうございます!

お誕生日おめでとう



## コスモス畑



飾東の方へ満開のコスモスを見に出かけ、帰りにマクドナルドのシェイクを飲みながらドライブを楽しみました。「初めて飲んだ～」と喜びの声も出ましたよ。

## 絵画教室



9月より実でも水彩画教室をはじめました。優しいタッチで出来る作品はまた違った味があってとても素敵に出来上がりました。

## 西播磨病院



西播磨リハビリ病院に展示を見に行きました。偶然水田先生にお会いでき、写真にも入って頂きました。貴重なお時間をありがとうございました



佐橋 躰子氏

フラワーアレンジメントは男性も楽しみにしています。女性とはまた違った感性で活けられます。自宅に持ち帰られた後も奥様が水やりや、お世話を楽しんでおられるそうです。



## 他事業所との連携の大切さ

共立の訪問看護の方より、車いす用テーブルを導入してみたとのメールがありました。こちらではどのように普段使用しているのが写真を送って欲しいとの事。共立では車いすの背張りが奥に移動できるため、深く座位を取ることができ、姿勢も前傾が改善されて腹部圧迫を避けることも出来ているようです。しかしあけびではテーブル装着時に天板が斜めになり、つけることの意味が無いようだと言われ返答しました。実際室内で車椅子を使用することも殆どなく、高めのテーブルに体幹傾き防止の箱で対応していることと、日中の過ごし方として卓球を楽しんでいる姿を貼付しメールしました。このように他事業所とのメールのやりとりや、担当者会議以外で医療や介護の枠を超えて、個人のケアを考えていけたことが大変うれしく思いご協力に感謝します。



## あけびの輪



### コスモス畑



加古川コスモス畑と御津のコスモス畑に行ってきました。どちらも田んぼ一面に見事に咲いていました。休耕田にコスモスを咲かせるところが多く、見どころが増えています。

### リハビリテーション西播磨病院展示会

リハビリテーション西播磨病院の廊下で開かれる作品展に毎年出させて頂いています。一年を通して力を注いで作った作品です。病院に行かれたら是非見て下さい。展示にはいつもボランティアさんの力をお借りしています。ありがとうございます。先日行われたリハフェスタには西尾さんがギターの弾き語りで出演されました。良い歌声を聞かせて頂きました。リハ入院される方も多く、この日も入院中の利用者さんとお話もできました。



床下素子 氏

## シロトピア公園



天気が良かったので散歩を兼ねてあるいてきました。久しぶりに行く石の足つぼマッサージは痛かったです。

### 誕生日おめでとう



誕生会は運動会を開催しました。普段のんびりされている方もゲームとなると力が入ります



## グループリビングあけびの里

### 訪問看護ステーションあけび

### 訪問介護ステーションあけび

## 播州秋祭り



播州の秋祭りと言えば灘のけんが祭りが有名ですが、それぞれの神社で、昔ながらの雄大な練り合わせが見られます。里の真南には恵美酒宮天満神社があり、市指定重要無形民俗文化財の台場練が見られます。雨の多い時期でしたが、8日・9日の2日間、暑い位の良い天気でも今年も里の人達と一緒に見物して来ました。車椅子なのであまり近づけませんが、太鼓の音とともに聞こえる勇壮なかけ声には胸躍ります。ちなみに私の町は、九所御霊天神社の氏子で、祭りは5月です。秋祭りは無く神輿を持ってまわるくらいなので寂しい限りです。桂米朝さんの実家でお父様が天神社の神主だったことは有名です。

2ヶ月のショートで入居されている田中千満さんも御一緒に祭りを楽しみました。

### ちょっといい話

県立リハビリテーション西播磨病院内に神経難病リハビリテーションセンターが9月1日にオープンしました。神経難病リハビリに関する治療・研修養成、情報提供及び相談支援等の機能を活用し、必要な関係機関とも連携しながら、リハビリテーションを必要とする患者や家族の方々が抱えている問題の解決を図って行くところです。神経難病のコーナーの所にはあけびの作品が展示してあります。



現在展示している体幹傾き防止の箱牛乳パックに新聞紙を詰めて強度を増しました

### お知らせ

#### パーキンソン病友の会 兵庫県支部姫路ブロック

- \*11月患者家族交流会 11月18日(日) 13:00~
- \*12月患者家族交流会 12月5日(水) しあわせの村  
兵庫県の患者家族交流会に参加します。  
バスが出ますので一人でも多く参加して下さい

10月14日(日)、友の会第五回近畿ブロック卓球交流会(大阪大会)が、無事終了しました。姫路ブロックからは長谷川雅規さんが参加され見事優勝されました。来年は兵庫県で行われます。今から参加を目指しませんか。

#### 職員研修会 嚥下について 杉下修平先生

\*11月11日(日) 10:00~12:00

2ヶ月に1回嚥下相談会を行っていますが、職員として何に注意すればよいのか、という意見が出され、今回のテーマで研修会を計画しました。

嚥下のメカニズム・誤嚥対処法・食事の形態や工夫・嚥下障害のある方の食事介助法・オフ時の服薬方法等お話し頂けるようお願いしています。調理担当の方もぜひ参加して下さい。



#### 「卓球クラブ」11月の練習

11月6日(火) 11月20日(火)

場所：ルネス花北体育館  
持物：上靴・ラケット

連絡は (280-6931)