

あけびだより

No. 225

2023年7月1日発行

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

「一緒に考えるパーキンソン病の治療」 よりよい生活を送るために

令和5年7月



絵画教室 Y・M 氏

岐阜県の機関誌に順天堂大学 脳神経内科 准教授 大山彦光先生の講演が掲載されていまして、そもそもパーキンソン病とはどんな病気、というのをまとめてみました。

パーキンソン病を知る・・・運動症状を中心にいろんな症状が出てくる病気です。

大きく4つあります。

- ①運動緩慢・・・全体的に動作が遅くなって、小さな動きになります。声も字も小さくなります。
- ②筋強剛・・・関節の動きが固くなる。他人(医者)が動かそうとすると固いと感じますが、本人は筋肉がこわばって痛いと感じることが多い。
- ③振戦・・・手や指や頭、足が震えます。出る人とでない人がいます。
- ④姿勢保持障害・・・バランスが悪いということです。進行してくると出てきて、バランスが取れなくなり、バタンと倒れてしまったり、転びやすくなります。この症状が発症してすぐに出てくると、他の病気を考えなくてはならないかもしれせん

動作緩慢の症状については、顔の場合、瞬きが少なくなる、表情が乏しくなり笑顔が無くなる、(仮面様顔貌)仮面のような顔つきになる。声が小さくなり、文字を書くとだんだん小さくなる(小字障害)手に出ると、手の動きがスローになる(ゆっくり)。足に出ると小さな歩幅になって、引きずるようになって小刻み歩行になるのです。最初の一步が出ないが、出ると歩けるという「すくみ足」は興味深い症状です。何も無い平らなところを歩くと足が出ずに、階段みたいな目印があるところはちゃんと歩けます。不思議な現象なんです。

パーキンソン病は、運動症状が中心に出てくる病気ですが、それ以外の非運動症状も多く現れてきます。精神障害、幻覚(薬の副作用が多いです)、うつ症状、不安な気持ち、無気力、匂いが分かりにくい(嗅覚障害)また、病気が進んでくると認知機能が落ちてくる人もいます。睡眠障害、自律神経症状、血圧が急に下がる(起立性低血圧)、便秘、排尿障害、性機能障害も起こってることが分かってきました。

検査(画像診断)①MR I : パーキンソンの場合は異常はありません。他の病気と区別するためです。

②ダットスキャン: ドパミン神経を見るための検査。ドパミンが写っているか確認して、減ってくるとパーキンソン病の可能性があるということです。

③MIBG心筋シンチグラフィ: 心臓に分布する自律神経を調べる検査
症状と検査を行って、パーキンソン病と診断します。

講演を抜粋されたものを抜粋していますのでわかりにくいかもしれません。

「患者が一番の専門家」です。

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

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

訪問看護ステーションあけび

〒672-8064飾磨区阿成植木836番地A号

TEL 079-262-6708 FAX 079-240-6765

Mail: houkan@akebi.or.jp

訪問介護ステーションあけび

〒672-8064 姫路市飾磨区細江473-10

TEL 079-262-6702 FAX 079-262-6703

Mail: akebi-herupa@akebi.or.jp

あけびの実

あけび農園



♪畑収穫

アケビの収穫で
の甲斐あり立
もちろん昼食で美味しく頂きましたよ。

玉ねぎ、グリーンピース。日頃のお世話
派な物が採れました。

実での過ごし方

♪レク・朝の会で午後からやりたいことを皆さんにお聞きして行っています。特に勝ち負けのあるレクは力が入ります

♪余暇活動・お食事の後から平行棒体操までの時間は各自、自由に過ごされています。オセロ、将棋、塗り絵、各地の観光パンフレットや地図を見ながら旅行の思い出に花が咲いたり、お昼寝をしたりとさまざまです。



誕生会



《手作りピーチとブルーベリーのレアチーズケーキ》

♪お誕生会

今月は「たぬきクラブ」によるマジックショー。紐やトランプなど身近な物を使って次々に楽しいマジックを披露して下さいました。感心するやら、あっけにとられるやら反応もまちまちでした。最後は輪ゴム二本を使った簡単マジックの伝授。皆さん熱心に覚えて帰られました。

お出かけ



♪外出 ヤマサ蒲鉾へ

ソフトクリームや天ぷらを買って笑顔いっぱいでした。自分で好きなてんぷらを選べたと満足顔でした。♪

♪ルネスで卓球&将棋

卓球に行ったのですが、あけびの輪の方と交流会になりました。体育館での将棋の対局はまた楽しく貴重な時間でした。またよろしくお願いします～

♪リハビリ

パーキンソン病患者さんの毎日やって欲しい8つの体操…上肢、下肢、体幹の体操を午前、午後に分けて少しずつ皆で取り組んでいます。自宅ではなかなか一人では続きませんがみんなでやると頑張れる～と好評です



♪制作(気球)

布で制作！作ったらえんちゃう？の声が上がり利用者様から頂いた布を使うことになりました。たくさんの布の中から気球一つずつ決めていき、皆で相談しながら力を合わせ大作が完成しました。われら、あけびの実が気球で浮かび、夢と希望を運んでいる様子を表現しました。

あけびの輪



★今年も「ドライブの輪」の中学生在が来てくれました。若いパワーに触発されて利用者さんはいつも以上にお元気！！一緒に、リハビリや卓球、オセロ、絵画教室、ゲームなど楽しみました。最終日は警報のためお休みになったので、残念ながら恒例のちぎり絵を囲んで集合写真が撮れませんでした。かつて中学生だったお二人に持ってもらって撮影しました。



リハビリ

★毎日、皆さんと一緒にする全体体操の他に、お一人一人に応じた個別リハビリを実施しています。皆さん、頑張っておられます。



誕生日会



★今月の制作は、七夕飾りでした。従来の笹飾りとはちょっと形の違う可愛い笹飾りが出来上がりました。願いを込めて、お部屋に飾ってくださいね！



★今月の誕生日会は、リクエストにお応えして「ジロリンさん」ライブでした。懐かしい歌と軽妙なトークであったという間の楽しい1時間でした。



★玄関ドアの引っ掛かりが気になっていました。すかさず、ボランティアさんが修理してくださいました。おかげさまでスイスイ開閉出来るようになりました。感謝です！

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

神戸新聞の取材



★毎月の共同制作『ちぎり絵』

を始めて2年が過ぎました。毎月、季節を感じる題材を皆さんで賑やかにお喋りしながら、手先のリハビリも兼ね、作品完成の達成感を感じておられました。この度、神戸新聞社さんが取材に来てくださいました。多くの方に、利用者さんが熱心に取り組まれている姿やあけびのことを知ってもらえる機会になると嬉しいです♪今月のちぎり絵は“笹に短冊がたなびく七夕”の絵柄です。

グループリビングあけびの里

嚥下食の講習に行きましたN03

＜嚥下食のメニューとレシピ＞を紹介します。

鶏肉orタラのふんわりムース

- ① タラを30分以上時間をかけ柔らかくなるまでだして煮る
- ② タラと煮汁を分ける
- ③ タラと煮汁同量合わせミキサーに10分かける
- ④ ゲル化剤を加え1度裏ごしする
- ⑤ フードプロセッサに10分かける（この時空気を含みふんわりとした食感になる）
- ⑥ バットの底にゲル化剤を加えたニンジンやグリーンピースのピューレで模様を描き冷やし固める。
- ⑦ 冷やし終わったら、タラのムースを流し込み再び冷やし固める（厨房 吉田）

誌上作品展



お知らせ

医療相談会

西播磨病院
水田英二先生
日時：7月14日 [金]
13:00～（要申込）
場所：あけびの輪
tel 079-284-0055

パーキンソン病友の姫路ブロック

*7.8月患者家族交流会
姫路市難病相談会があるのでお休みします。

*姫路市難病相談会・講演会

日時 7月9日(日) 13:00～15:30
場所 姫路市総合福祉会館 5F
講師 滋賀県立総合病院
リハビリテーション科科长 中馬 孝容 医師



寺下典子氏



殿納七恵氏



橋本幸子氏



久保允江氏



小林裕子氏



小福江弘子氏



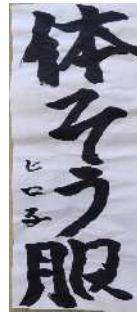
筒井順子氏



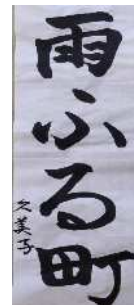
田中千満氏



安福秀祐氏



金井ヒロ子氏



中島久美子氏



中本弘子氏



上野豊氏



「卓球クラブ」7月練習日

7月4日(火)18日(火) 13:00～15:00
場所：ルネス花北体育館
持物：上靴・ラケット
連絡先 (280-6931)