

# 金沢春日クリニックだより



2017. 9月 No. 3

まだまだ暑い日が続いています。毎日を健康に過ごすために栄養・休息は十分にとりましょう。さて、前回7・8月号は医師の紹介でした。今月は、看護師、医事・薬局職員の紹介です。

外来は、看護師3名、医事3名、薬剤師1名の7名で業務を行っております。



医事：浦上洋子 小川由紀 吉岡純子

クリニックに来院された方の受付や会計などの事務処理を行っています。縁の下の力持ちとして迅速かつ丁寧な仕事を目指して頑張っています。よろしくお願いいたします。

看護師：真居由美子 近藤幸子 喜多奈美

薬剤師：角有美子

安心して適切な医療を受けていただけるように援助していきます。また、何かご意見を頂いた場合は出来るだけ迅速に対応しご利用しやすい環境を提供できるよう整えていきます。よろしくお願いいたします。



金沢春日クリニックには、診断の補助としてCTやレントゲン、超音波診断装置、心電図などの機器があり、患者様の病態に応じて適宜、検査を行っています。精密検査が必要な場合は、ご希望の病院へ紹介を行っています。また、訪問診察や往診、各種健康診断、予防接種なども随時行っています。体調のことでお悩みの方のご相談も承っています。

## からだの健康



【便から推察する便秘の原因】便は体からのたよりです。そこには腸の健康状態から食生活、排便力までのあなたの情報がたくさん詰まっています。便を観察して自分の身体の状態を知りましょう。

1. 何色？
  - ・野菜やヨーグルトなどをしっかり食べていて腸内が善玉菌優勢な場合、黄色や黄土色になる。悪玉菌が優勢で腸内に長くとどまっている時間が長いと色は黒くなる。
2. 匂いは？
  - ・善玉菌優勢だと匂いませんが、悪玉菌が食べ物のかずに作用して悪臭になる。
3. どんな形？
  - ・形は含まれる水分量によって変わる。理想はバナナうんち。
4. 量は？
  - ・理想的な便の量は200～300g。バナナ2、3本ぐらいあれば大丈夫。

## 特集 知っていますか？認知症のこと③



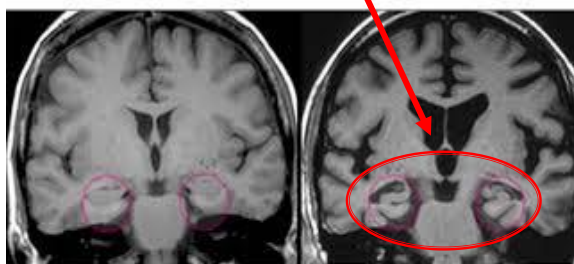
認知症のうち、およそ半数はアルツハイマー型認知症です。次に多いのがレビー小体型認知症、そして血管性認知症と続きます。これらは「三大認知症」といわれ、全体の約85%を占めています。残りの15%の認知症の中には、認知症の症状があっても治るタイプのももあります。

当クリニックでも認知症サポート医である齊藤医師が認知症の診察をしておりますので、お気軽にご相談ください。

### 【三大認知症の特徴】

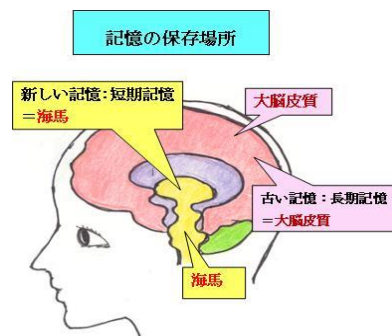
	アルツハイマー型認知症	レビー小体型認知症	血管性認知症
脳の変化	老人斑や神経原繊維変化が、海馬を中心に脳の広範囲に出現する。脳の神経細胞が死滅していく	レビー小体という特殊なものができることで、神経細胞が死滅してしまう	脳梗塞、脳出血などが原因で脳の血液循環がわるくなり、脳の一部が壊死してしまう（脳梗塞が多い）
画像で分かる脳の変化	海馬を中心に脳の萎縮が見られる	はっきりした脳の萎縮は見られないことが多い	脳が壊死したところが確認できる
男女比	女性に多い	男性がやや多い	男性に多い
初期の症状	もの忘れ	幻視 妄想 うつ状態 パーキンソン症状	もの忘れはアルツハイマー型に比べ軽い 無関心 抑うつ 注意力低下
特徴的な症状	認知機能障害（もの忘れ等） もの盗られ妄想 徘徊 とりつくろいなど	認知機能障害（注意力低下等） 認知の変動 幻視 パーキンソン症状 睡眠時の異常言動 うつ状態 自律神経症状など	認知機能障害（まだら認知症） 手足のしびれ・麻痺など神経兆候 感情のコントロールがうまくいかないなど
経過	記憶障害から始まり広範囲な障害へ徐々に進行する	調子のよい時と悪い時を繰り返しながら進行する。時に急速に進行する時もある	原因となる疾患によって異なる。比較的急に発症し段階的に進行していくタイプと緩徐進行性のあるものがある

MRI 画像＜海馬の萎縮＞



健常者

アルツハイマー病



### 《外来診療案内》診療科：内科・消化器科

診察時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:30	齊藤	齊藤	小林	齊藤	齊藤	当番制
	小林	林	林	小林	林	
午後 1:30～5:00	小林	小林	齊藤	齊藤	齊藤	休診
	林	林	林	林	小林	

\*日曜・祝日・土曜日午後は休診

金沢春日クリニック 〒920-0036 金沢市元菊町 20 番 1 号 ☎076-262-2700