

# 北海道社会保険病院だより

平成22年8月発行 第45号

発行・編集 北海道社会保険病院 企画室

## 片頭痛性めまい

耳鼻咽喉科主任部長 金谷 健史



耳鼻咽喉科でめまいといえば「メニエール病」が有名です。また耳石の病気と考えられている「良性発作性頭位めまい症」も最近テレビや新聞などで紹介され知名度が上昇してきました。しかし「片頭痛性めまい」は我が国の耳鼻咽喉科医の間でもあまり認知されていない、新しい概念のめまい疾患です。

「片頭痛性めまいを」理解するためにはまず、片頭痛について学ばなければなりません。片頭痛は、欧米人には多いが、日本人には少ないと考えられてきました。しかし最近片

頭痛は日本人にも多いが、診断されていないだけではないかという考えもあります。片頭痛には、厳密な診断基準がありますが、数時間以上持続する強い頭痛発作を過去5回以上経験していれば、「片頭痛持ちの可能性あり」と考えても差し支えないと思います。

では「片頭痛性めまい」はどのように診断されるのでしょうか。片頭痛に引き続き強いめまい発作をくり返すのが「片頭痛性めまい」の典型と考えますが、このような例は希です。めまい発作と片頭痛発作が同期

しなくても、片頭痛患者さんで、めまい発作時に片頭痛に関連した音過敏、光過敏、閃輝暗点（キラキラしたものが見える）などが起これば「片頭痛性めまい」と診断してもかまわないと考える耳鼻咽喉科医も多くなりました。その様な観点から見れば、「片頭痛性めまい」は希な疾患ではないのかもしれませんが。

くりかえす頭痛を伴うめまいに悩むの方は、一度耳鼻咽喉科外来を受診してはいかがでしょうか。

## 胃食道逆流症のおはなし

消化器センター部長 定岡 邦昌



皆様の中には、食後に胸焼けしたり酸っぱいものが上がってくるような感覚があったりする方がいらっしゃるかもしれません。食後に起きるこのような症状は、ほとんどが食道に胃酸が逆流することによって引き起こされ、これを”胃食道逆流症”と呼びます。

胃食道逆流症の患者数は食生活の欧米化やヘリコバクター・ピロリ菌感染者の減少などから年々増加傾向にあります。胃酸が食道に逆流することによって食道粘膜にびらんや潰瘍を生じると”逆流性食道炎”と呼ばれますが、中には食道炎をとまな

わない方もいます。

胃食道逆流症をおこしやすい要因として、肥満や前屈みの姿勢、甘いものや脂肪の多い食事、不規則な生活や喫煙などがあげられています。また、食後すぐに就寝することも逆流を起こしやすい条件の一つになっています。さらに、ある種の降圧剤や狭心症治療薬、ヘリコバクター・ピロリ菌の除菌によっても出現することがあります。

胃食道逆流症自体は直接生命にかかわることはあまりありませんが、胸焼けの中には食道癌の初期症状であったり狭心症などの心臓由来によ

る症状などが原因であることもありますので、御自身で判断せずに一度医師による診察を受けた方が望ましいと考えます。

治療はプロトンポンプ阻害剤やヒスタミン2受容体拮抗剤などの胃酸分泌を抑制する薬剤や消化管運動改善剤などを中心におこなわれますが、同時に禁煙する、食べ過ぎないようにする、高脂肪食や甘いものを避ける、就寝前に食事は取らないようにするなど日常生活にも注意が必要です。

# 問題解決の専門家・ソーシャルワーカーの紹介

総合医療相談部 医療相談室 係長 佐藤奈津子

日頃医療相談室では、ご自宅での介護のこと、サービス利用のこと、地域の病院や施設の利用のこと、経済的なお困りごとなどについて、患者さんやご家族からのご相談に応じ療養生活の支援をさせていただいております。担当する職員は「ソーシャルワーカー（社会福祉士）」と呼ばれます。

医療相談室へは、ソーシャルワーカーの役割をご存知で直接お立ち寄りになる方、医師や看護師のスタッフから紹介され「なんだか知らないけど相談室に行くように言われた」とおっしゃる方、さまざまです。スタッフから紹介されて訪れる方の多くは、「相談室が何でもやってくれると思っていたけど違うのかい？」と驚かれます。相談すると魔法使いのようにソーシャルワーカーが全てを整えて願いを叶えてくれる、と期待される方は少なくありません。

ソーシャルワーカーが大切にしている考え方に「ストレングス」という言葉があります。「ストレングス」とは、その人に固有の「能力」や「財産」のことです。「能力」といっても特別なものではなく、「財産」といってもお金のことではありません。例えば、その人の性格やお人柄、周囲との関係性、今まで作ってきた社会でのキャリアなど、目に見えるもの見えないものを含め、その人の助けとなってくれる「資源」を

意味します。

突然の病気で思いがけない事柄に出会うと、自分を無力に思ったり落ち込んだり、その結果、「相談室で全部やってもらえないと困る」と感じられるのも当然です。皆さんお一人おひとり、長い人生を歩んできた人生のプロフェッショナルだと私たちは考えています。その方によって問題解決方法や活用できる「ストレングス」はさまざまですが、皆さんは必ず素晴らしい「ストレングス」をお持ちなのです。ソーシャルワーカーは「面接」という対面でのお話し合いを通じ、皆さんが持つ素晴らしい「ストレングス」を再確認し、皆さん自身でご自分の手でお困りの事に取り組み、解決するお手伝いをいたします。

私たちソーシャルワーカーは人間の成長と変化を尊重する福祉の専門家です。皆さん流の問題解決方法をうかがいながら、目標を立て、そこまでの過程と一緒に歩みお手伝いさせていただきます。療養生活でお困り事がございましたら、お気軽に医療相談室をお訪ね下さい。

医療相談室は、外来棟の「新患受付」横にあります。  
相談時間 月曜日～金曜日 9時～17時

## 健康教室のご案内

2010年1月より、健康教室としてリニューアルし、健康全般をテーマに、医師、看護師、薬剤師等がお話をしております。皆さま、ぜひお立ち寄りください。

どなたでも**無料**でご参加いただけます

8月・9月の予定

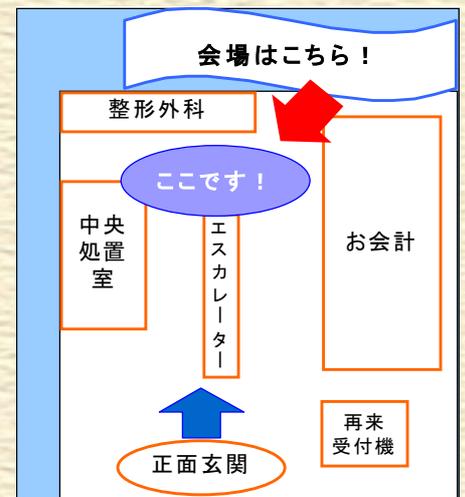
8月	18日(水)	19日(木)	20日(金)	25日(水)	26日(木)	27日(金)
9月	15日(水)	16日(木)	17日(金)	21日(火)	22日(水)	24日(金)

※講話内容については案内チラシをご覧ください。

★これまでの講話内容例…

医師／「血糖値が高いと言われたあなたへ～糖尿病とは？」  
管理栄養士／「簡単！減塩マジック～これであなたも減塩名人～」  
理学療法士／「歩いて健康～ウォーキングのすすめ～」

場所 外来棟1階  
ホピタルモール(エスカレーター裏)  
時間 11:30～12:00  
予約 予約はいりません。



外来の待合場所が会場です



※次号の発行は10月中旬の予定です。