

北海道社会保険病院だより

平成16年1月15日 第5号

新年のご挨拶

院長 岸 不盡彌



明けましておめでとうございます。皆さまには雪の少ない穏やかな新年を迎えられたことと存じます。どうか本年もよろしくお願い申し上げます。

昨年は外来棟が3月24日に完成し、12月15日には駐車場など外構を含め7年間のすべての工事が竣工しました。長年ご不便をおかけしましたことをお詫び申し上げます。お気付きのことがありましたら、遠慮なく相談室にお声をかけて下さい。

今年は1月から、専任の医療安全管理者（看護師）、感染管理看護師（ICN）を配置しました。4月には腎臓内科を開設し腎不全患者を対象とした人工透析を開始します。

本年も職員一同、良き医療を目指すとともに、皆さまのご健勝とご多幸をお祈り申し上げます。

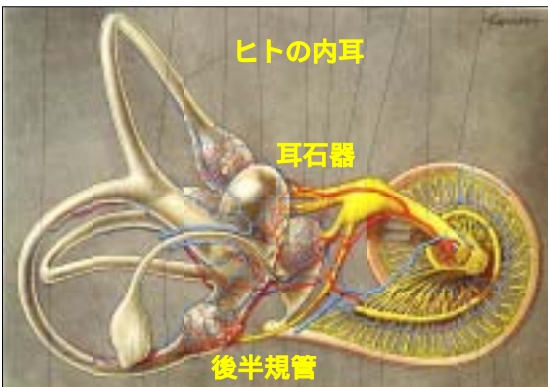
めまいの種の石

耳鼻咽喉科主任部長 金谷健司

ある日突然ベットから起きあがったら、周りの景色や天井がぐるぐる回りだしました。めまいは一分足らずで治

まりましたので、大丈夫かなあと思い、ベットに寝てみるとまた周りの景色や天井がぐるぐる回り出します。めまいが治まったのでもう一度起きてみるとやはり回ります。これがいわゆる「めまい」というものかと思いつつも、徐々に不安になってきました。脳梗塞かもしれない、脳出血かも、いやメニエール病というのでも聞いたことがあるような？ということでもまず脳神経外科を受診しました。脳外の先生は簡単に診察をした後、「ではMRIを撮ってみましょう」と言いまして、結果は問題なし。「脳は問題ありません、耳鼻科を受診すると良いでしょう」というアドバイスを受けました。

めまいの種はなぜ耳鼻科なんだろう、内科ではないのかなあと思いつつも耳鼻科を受診。耳鼻科の先生は聴力検査をしたり、暗いところで目の動きを観察したりして、「ああこれは心配の無いめまいです。難聴もありませんし、じきに治りますよ。耳の中の石が三半規管に落ちてそこでぐるぐる転がるのでめまいがしているだけです。めまいの種はこの石ですね。石は徐々に溶けますからそうすればめまいも治ります」と言われました。「この耳鼻科のお医者さんのお話は本当でしょうか、もしかしたらメニエール病ではないでしょうか」



というやや長いお話をされ、私の外来を初診する患者さんは最近特に増えているような気がします。

最初に結論を言いますと、この耳鼻科のお医者さんの話は本当です。この病気は良性発作性頭位眩暈症（BPPV）というやや難しい名前が付いていますが、我々耳鼻科医が扱うめまいの中では一番多い病気です。メニエール病は、難聴と耳鳴を伴う強い回転性めまいをくり返す病気、良性発作性頭位眩暈症とは明らかに区別されます。

良性発作性頭位眩暈症の原因は色々あります。たとえば年齢が高くなると耳石がもろくなり壊れやすくなります。強く頭を打った後に起こる場合もあります。また、突発難聴後など内耳の病

気後は耳石が壊れやすいという報告もあります。いずれの場合も図1の耳石器という部分の中の耳石（これは石ではありません、炭酸石灰の結晶です）のごく一部が壊れて、後半規管に入り、それが寝たり、起きたりの動作で動いて三半規管内のリンパ液をかき回すため、強い回転性めまいが起こると考えられています。耳石は結晶ですから何年も三半規管の中にあるわけではなく、やはり徐々に溶けて、それに伴いめまいも改善

はあります。炭酸石灰の結晶です）のごく一部が壊れて、後半規管に入り、それが寝たり、起きたりの動作で動いて三半規管内のリンパ液をかき回すため、強い回転性めまいが起こると考えられています。耳石は結晶ですから何年も三半規管の中にあるわけではなく、やはり徐々に溶けて、それに伴いめまいも改善

することになります。しかし、この結晶が意外に溶けずらく、めまいがなかなか治らない例もあるようです。この様な例には適切なりハビリテーションが必要でず。

リハビリテーション治療には二つの考えがあります。一つはなるべく早く耳石を溶かそうという考え方で、めまいの起こりそうな体位を取る体操を繰り返し行います。これにより三半規管にある耳石結晶がリンパ液のなかでかき回され、溶けるのが促されます。コーヒーの中の角砂糖を早く溶かすのと同じ様な要領です。もう一つの考えは、半規管にこぼれた耳石結晶を元の耳石器の中に戻すという画期的アイデアです。この方法は上手くいけば一回の手法でめまいが完治する可能性もあります。がこの手法はやや複雑なので、患者さんご自身でこの方法を行うのは難しいので、耳鼻科の外來で医師が行う場合が多いようです。いずれの方法でも何もしないよりはめまいは早く、確実に治ります。寝たり起きたりしたときの短時間の回転性めまいや、寝返り時に起こるやはり短時間の回転性めまいを感じた場合は、良性発作性頭位眩暈症(BPPV)である可能性が高いので、当院耳鼻咽喉科医師にご相談下さっては如何でしょうか。

『北海道社会保険介護老人保健施設サンビューー中の島』のご紹介

当施設は、平成13年4月1日、社会保険病院に併設してオープンしました。介護保険の基本理念である、

要介護者の自立支援

家族の介護負担の軽減

適切なサービスの提供

地域に開かれた施設

の4点を施設の理念として掲げています。施設は介護保険で運営されているため、利用される方は要支援・要介護状態であるという認定が必要となります。

＜介護保険＞

介護保険では、65歳以上を第1号被保険者、40歳以上65歳未満を第2号被保険者としています。被保険者が何らかの介護が必要となった時、市町村に要介護認定を申請し、介護の必要度に合わせ、要支援・要介護度1～5の6段階の認定を受けます。ちなみに介護が必要でないと判断されると「自立」となり介護保険のサービスは受けられません。介護認定を受け在宅でいるいるなサービスを受けたいと思った時、ケアプランを立ててくれるのはケアマネジャーです。まずケアマネジャーとの契約

が必要となります。また介護保険で利用できる施設サービスには、療養型病院・特別養護老人ホーム・介護老人保健施設の3つがあります。

＜介護老人保健施設のサービス＞

介護老人保健施設は、何らかの病気があっても病状は安定しており入院治療の必要のない方が、リハビリを中心に家庭での生活支援を受けるために利用できる施設です。

入所施設サービス：要介護度1～5の方が利用

家庭で少しでも自立した生活ができるよう看護・介護・リハビリ等のサービスを行い家庭復帰のお手伝いをいたします。

短期入所療養サービス：要支援・要介護度1～5

家庭の事情等により一時的に介護が出来ない場合など、家族に代わって介護いたします。

通所リハビリテーション：要支援・要介護度1～5

健康チェック・機能回復訓練・レクリエーション・入浴・食事等のサービスを行います。決められた送迎範囲内の方であれば、送迎も行います。

当施設の入所定員は100名、通所定員は48名となっております。施設では、生活の全てがリ

編 集 後 記

今回の大雪は近年稀に見る猛吹雪でした。皆様雪かきお疲れ様でした。

編集責任者
事務局 後藤 英昭

北海道社会保険病院
TEL : 011-831-5151

URL : <http://www.hok-shaho-hsp.jp/>

ハビリにつながります。着替え、洗面、食事、移動など時間が掛かっても自分で行うこと、少しの介助でできること、出来るだけ安全に行うことが大切となります。それらのことを専門のスタッフが一緒に考え、実践していきます。

趣味活動や季節の行事を大切に考えています。日々楽しく生活していただけるよう、書道や詩吟、陶芸、手芸などクラブ活動を行っています。

また毎月のお誕生会や敬老会、クリスマスなど手作りの催し物を企画しています。ボランティアの方の協力をいただき、喫茶コーナーも行っています。是非一度施設に見学にいらして下さい。介護に関することでお悩みの方、気軽ににご相談下さい。

【看護介護部長 堀 由美】