

医療法人 新松田会 **愛宕病院**

体と心を健康に。
地域に元気を発信する広報誌。

あ あ た あ ぐ あ
Atago

〈特集〉

椎骨動脈 解離について

2023
11月発行

秋号

ご自由にお取りください

健康ワンポイント

無痛MRI乳がん検診

関連施設の紹介

3病棟2階・3階 医療療養病棟

あたごNEWS

愛 LOVE クッキング

タコピラフ しいたけの七味マヨネーズ焼き

あたごINFO

〈特集〉

椎骨動脈 解離について

脳神経外科
梶田 健

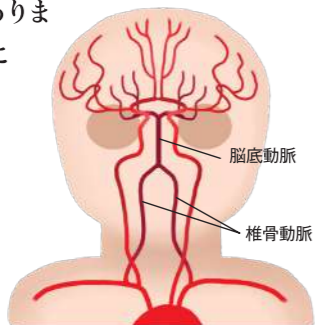


突然、左右どちらかの後頭部(首の後ろ)に痛みが生じ、なかなか治らない場合、整形外科的に問題がないようなら「椎骨動脈解離」という疾患も考えましょう。

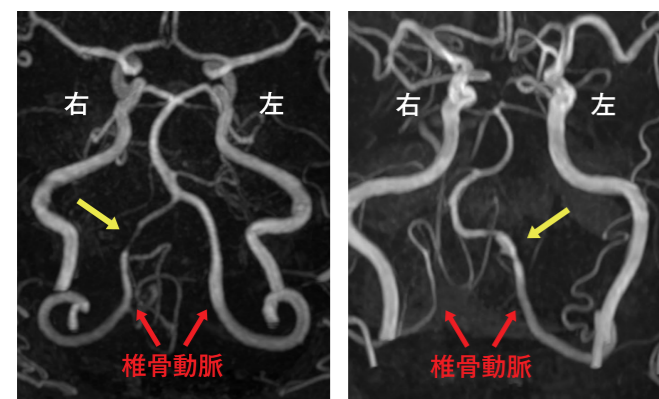
【はじめに】

『首筋から後頭部が痛い』と聞くと一般的には肩こりや寝違えやストレートネックなどを思い浮かべ、整形外科を受診することが多いと思われがちですが、なかには放置していると命に係わる疾患があります。それが『椎骨動脈解離』です。

2022年に吉本興業の千鳥ノブさんが、右椎骨動脈解離で入院した事で話題となりました。この疾患は比較的若い年齢の脳梗塞やくも膜下出血の原因として注目されていますが、脳梗塞やくも膜下出血を起こさずに突然の頭痛を契機として発症することがあります。椎骨動脈解離は一般的にはあまり知られていないため見過ごされることがありますので注意が必要です。



【椎骨動脈解離とは】



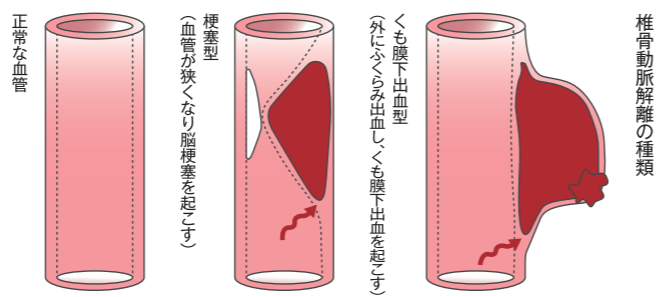
MRA画像 ①

MRA画像 ②

首の骨(頸椎)の左右両側に沿って頭の方へ上がっていく椎骨動脈という血管が左右1本ずつあり、脳の中に入ると手前で左右の椎骨動脈は合流して脳底動脈になります。

左下図のMRA画像①で右の椎骨動脈に狭くなっている部位(黄矢印)を認めます。左側の正常な椎骨動脈と比べるとかなり形が違います。また、左下図のMRA画像②で左の椎骨動脈に拡張している部位(黄矢印)とその前後で狭くなっている部位を認めます。

何らかの原因で血管の内側に傷がつき、そこから血液が血管壁内に入り込んで血管内腔が内側に張り出してきて血管内腔が狭くなって脳梗塞を起こしたり、外側に張り出して血管が膨隆し外膜が破れることでくも膜下出血を起こすことがあります。これが「椎骨動脈解離」で血管の壁がはがれる時に痛みを感じます。



【原因】

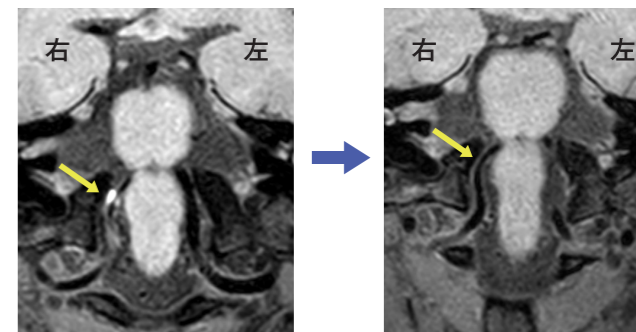
椎骨動脈解離は首に過度な負担が掛かった時に起こりやすいと言われています。整体やカイロ、美容院でのシャンプーなども引き金になります。また首を激しく動かすスポーツや首に衝撃がくるスポーツ、交通事故によるもの、首をぶつける等でも起こります。

また本人に自覚がなくても起こるものなので、必ずしも思い当たる節があるとは限りません。

【好発年齢と症状】

好発年齢:40~50歳台で男性に多い
発症形態:近年は画像診断の向上に伴い頭痛発症の報告例が増えている(くも膜下出血発症30.5%,脳梗塞発症33.0%,頭痛発症36.5%)

症状:片側の後頭部(首の後ろ)の突然の痛みで発症することが多く、痛みが何日も続きます。解離によって血管内腔が狭窄し血流が悪くなると『首の痛み』以外に『めまい』がみられることもあります。



MRI Black Blood法
冠状断:発症直後

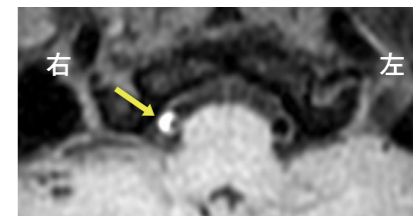
MRI Black Blood法
冠状断:発症後3ヶ月
解離部位改善(壁内血腫消失)

【診断と経過】

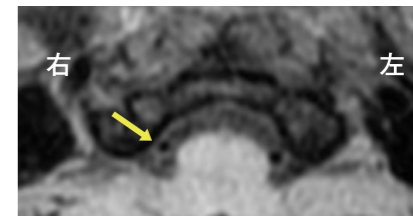
診断:頭部MRI,MRAや造影CTアンギオなどの画像検査で血管の狭窄や膨隆、血管壁内血腫、経時的形状変化を認めれば診断がつきますが、症状や通常の診察だけでは診断が付きません。しかし、「何をやっている時に痛くなりましたか?」と問診してみると「急に首を動かした時に痛くなった」「くしゃみや咳をした後に痛くなった」「整体やヨガをしている時に痛くなった」「平泳ぎで頭を上げた時に痛くなった」「重たい荷物を肩に載せた瞬間からずっと痛い」など発症の要因となる動作や姿勢について聴取することが大切です。

右図はMRI検査の中でもBlack Blood法と呼ばれる手法で撮影した椎骨動脈で、椎骨動脈の壁が白くなっている部分(黄矢印)があり、これが壁内血腫で解離部位です。発症3ヶ月後には血管壁の壁内血腫は消失しており解離部位が改善していることがわかります。

経過:解離を発生してから解離した部位が修復され安定した状態になるまでの期間はおおよそ2ヶ月といわれており、それまでの間は、非常に不安定です。くも膜下出血発症後の再破裂率の報告は14.1~71.4%とばらつきがありますが、ほとんどが1週間以内に再破裂し、急性期の再破裂率は通常の脳動脈瘤より高いといえます。解離性脳動脈瘤の再破裂率は、1ヶ月を過ぎると約10%に減少し、2ヶ月を過ぎると再破裂の危険がほとんど消失します。



MRI Black Blood法
水平断:発症直後



MRI Black Blood法
水平断:発症後3ヶ月
解離部位改善(壁内血腫消失)

【治療】

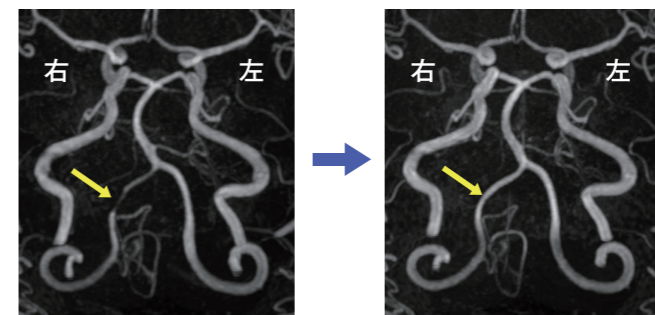
椎骨動脈解離でくも膜下出血発症していない場合は原則約2週間の入院加療とし、治療の目的は脳梗塞やくも膜下出血の予防で安静と疼痛コントロールと血圧管理を行います。

椎骨動脈解離でくも膜下出血発症の場合、24時間以内から1週間以内にもう1回出血し命を落とす確率が高いため、一般的には緊急手術が必要です。頭を開けずにカテーテルを用いて治療(血管内治療)する場合は、解離部あるいは解離部の手前の血管を白金でできたコイルを用いて閉塞します。開頭術の場合には解離部の手前の血管をクリップで止めますが、末梢の血流障害が予想される場合は前もってバイパス術を行い末梢の血流を確保してから解離部の手前の血管を止めるようにします。

【最後に】

椎骨動脈解離は脳梗塞やくも膜下出血を起こす怖い病気です。『左右どちらか片側の後頭部痛』『痛みが治らない』場合は、脳神経外科を受診し、脳と頸部のMRI、MRA検査を受けるようにしましょう。

頭痛で発症し、保存的加療で改善した右椎骨動脈解離



MRA:発症直後

MRA:発症後3ヶ月

健康 Health advice
ワンポイント

無痛MRI 乳がん検診

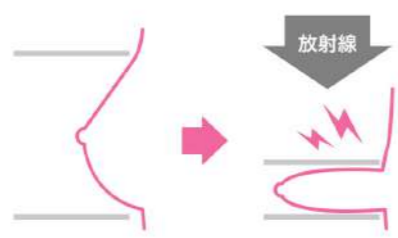
愛宕病院では、MRIを使用した「痛くない乳がん検診」を実施しています。乳がんは、日本人女性が罹患するがんの中で罹患数が最も多いとされ、現在では9人に1人がかかるといわれています。年代別にみると30歳代後半から増加、40歳代後半から50歳代前半にピークを迎えます。乳がん検診は、原則2年に1度、できれば1年に1度受けるとよいとされています。この検査は、痛みを伴うことなく検査着のまま受けることができますので、これまで痛みや恥ずかしさから検診を受けることを躊躇されていた方にもおすすめです。



どうして痛くないの？

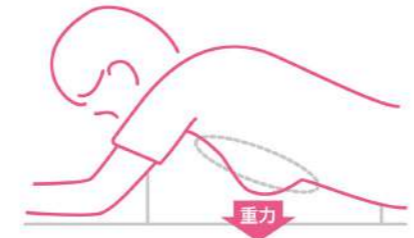
検査はMRIを使用していきます。乳房型にくりぬかれたベッドにうつ伏せになり行います。マンモグラフィのように乳房を挟むことがないため痛みがありません。さらに、自然な形で乳房が下垂するので、サイズに関係なく大きくキレイな形で撮影できます。

マンモグラフィの場合



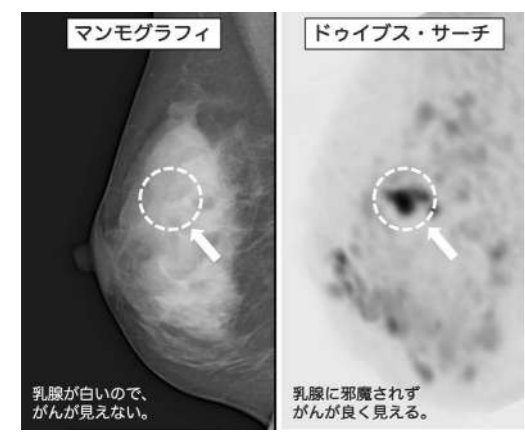
圧迫版でやや強めに乳房をおさえ、平らにのばします

MRIの場合

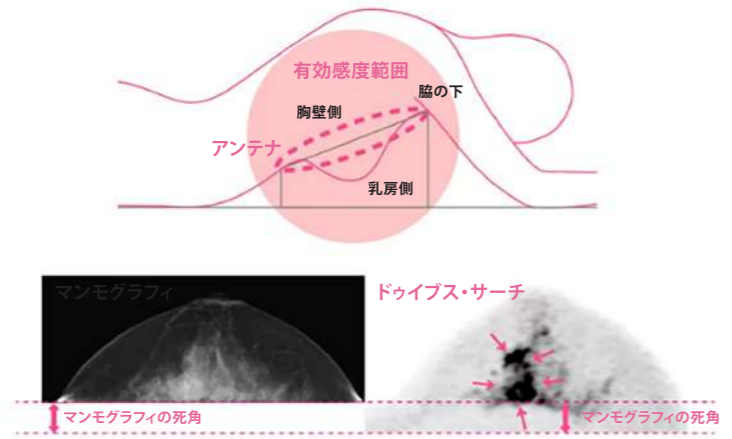


乳房型にくりぬかれたベッドにうつ伏せで行います

精度の高い検査



死角のない検査



無痛MRI乳がん検診では、乳房の奥(胸壁)や脇の下まで、まんべんなく映ります。MRIは有効感度範囲が広く死角がないため、どの部分も高精度で検査ができます。検査後は専門の医師が診断を行い、検査結果レポートをお送りします。

検査料金:22,000円(消費税込) 予約・お問合せ:088-823-3301(代) 月~金 9:00~17:00
ご予約にはドゥイブス・サーチのホームページ「かんたんネット予約」が便利です。 [ドゥイブス・サーチ](#) [検索](#)

3病棟2階・3階 医療療養病棟

医療療養病棟は、急性期の治療を終えて病状が安定した後も医療提供の必要度が高く、病院での療養が継続的に必要な患者さまを対象としています。このような患者さまに対し、厚生労働省の定めた医療必要度に応じた医療区分^{※1}および日常生活自立度(ADL自立度)の視点から考えられたADL区分^{※2}により、包括的な評価を行います。



当院の医療療養病棟は、3病棟2階および3階の2フロア 計79床で運用しており、医療区分2~3の患者さまが8割以上を占めています。職員の配置は看護職員20:1、看護補助者20:1。夜間は各フロア 看護職員、看護補助者の2名体制で勤務しています。

表1:医療区分

医療区分3	【疾患・状態】 ・スモン・医師及び看護師により、常時監視・監理を実施している状態 【医療処置】 ・24時間持続点滴 ・中心静脈栄養 ・人工呼吸器使用 ・ドレーン法 ・胸腹腔洗浄 ・発熱を伴う場合の気管切開、気管内挿管 ・感染隔離室における管理 ・酸素療法(酸素を必要とする状態かを毎月確認)
医療区分2	【疾患・状態】 ・筋ジストロフィー ・多発性硬化症 ・筋萎縮性側索硬化症 ・パーキンソン病関連疾患 ・その他の難病(スモンを除く) ・脊髄損傷(頸髄損傷) ・慢性閉塞性肺疾患(COPD) ・疼痛コントロールが必要な悪性腫瘍 ・肺炎 ・尿路感染症 ・リハビリテーションが必要な疾患が発症してから30日以内 ・脱水かつ発熱を伴う状態 ・体内出血 ・頻回の嘔吐かつ発熱を伴う状態 ・褥瘡 ・末梢循環障害による下肢末端開放創 ・せん妄 ・うつ状態 ・暴行が毎日みられる状態(原因、治療方針を医師を含め検討) 【医療処置】 ・透析 ・発熱又は嘔吐を伴う場合の経腸栄養 ・喀痰吸引(1日8回以上) ・気管切開、気管内挿管のケア ・頻回の血糖検査 ・創傷(皮膚潰瘍、手術創、創傷処置)
医療区分1	医療区分2・3に該当しない者

表2:ADL区分

0	自立	手助け、準備、観察は不要または1~2回のみ
1	準備のみ	物や用具を患者の手の届く範囲に置くことが3回以上
2	観察	見守り、励まし、誘導が3回以上
3	部分的な援助	動作の大部分(50%以上)は自分でできる・四肢の動きを助けるなどの体重(身体)を支えない援助を3回以上
4	広範な援助	動作の大部分(50%以上)は自分でできるが、体重を支える援助(例えば、四肢や体幹の重みを支える)を3回以上
5	最大の援助	動作の一部(50%未満)しか自分でできず、体重を支える援助を3回以上
6	全面依存	まる3日間すべての面で他者が全面援助した(および本動作は一度もなかった場合)

6段階で評価し合計

項目	支援のレベル
ベッド上の可動性	
移乗	
食事	
トイレの使用	
(合計点)	

ADL得点	ADL区分
0~10	1(軽度)
11~22	2(中度)
23~24	3(重度)

安全・安楽を基本とし、根拠に基づいた質の高い看護・介護を実践し、ニーズの充実を図っています。個別性のある看護・ケアを行い、在宅復帰が可能である患者さまには、定期的に多職種とのカンファレンスを開催しています。日々の関わりを大切に、患者さまやご家族が安心して療養できる環境づくり、看護ケアの充実を図っています。



患者さまが安心して療養生活を送れるような環境づくり、ケアを心がけています!

リハビリテーション部からの おすすめ介護グッズ

リハビリテーション部 大畑 剛



車椅子利用者の皆さまに是非おすすめしたいグッズを紹介します。スマートフットレストは、足だけでフットサポート(車椅子の足置き部分)の開閉操作を行うことを目的に開発されました。今までにない折りたたみ構造で、従来のフットサポートよりわずかな力(足を持ち上げる操作が従来品の半分程度)で開閉操作が行えるため、この部分に介助が必要だった方が自立できる可能性があります。また、介助者は手で操作する必要がなく介護負担が軽減します。車椅子利用者も介助者も手を使わずに足だけで操作ができるので、手洗い回数が減り、手指衛生が向上します。実際に当院でご使用中の患者さんは「とても楽に開いたり閉じたりできるので、以前の足置きには戻りたくない」とおっしゃっています。ご興味のある方はリハビリテーション部までお問い合わせください。



新任医師紹介

かわだ なつ
【心療内科・精神科】川田 奈都

高知県出身



9月1日より、心療内科・精神科の医師として着任いたしました。川田奈都と申します。私自身の長所としては、良くも悪くも普通なおばちゃんであることだと思っています。当科は決して敷居が高いところではありません。スタッフの方々も優しいです。何かありましたらお気軽にご相談ください。多職種の方々と連携をとらせていただきながら患者さまに寄り添った医療を提供できるよう努力させていただきます。よろしくお願いいたします。



このスマートフットレストが「福祉機器コンテスト2023(日本リハビリテーション工学協会主催)」において、優秀賞を受賞しました。開発者の敷地さんは高知医療学院の元専任教員で、当院の多くのスタッフ育成に尽力されました。

二次元コードを読み取ると、
詳しい操作方法の
動画をご覧いただけます。



北館改築工事進捗状況

2026年度中の完成を目指して行われている北館改築工事。第1期工事也大詰めを迎え、完成まであとわずかです。すでに一部の防音シートが外され、外観も少しずつ見えてきました。南館と北館をつなぐ上空通路の工事では、12月20日ごろまでの予定で引き続き通行制限が行われています。ご来院ご通行の皆さまにはご不便をおかけしておりますが、何卒ご協力のほどお願いいたします。



2023年10月24日 西側より撮影



2023年10月31日
愛宕交差点
北側より撮影



2023年10月24日
上空通路西側より撮影

愛 LOVE クッキング

管理栄養士 鎌倉 千尋

にんにく香り、食感も美味しい

タコピラフ

1人分
436kcal
塩分1.3g



まいたけは、カサが肉厚で密集しており、
触るとパリッと折れるくらいしっかりしている
もの、軸は硬く締まり、ピンとしているもの
を選びましょう。

材料と作り方 (2人分)

- タコ(刺身用でもボイルでも) 100g
- まいたけ 1パック
- 大葉 3枚
- 玉ねぎ 1/2玉
- ニンニク 3片
- 白ご飯 360g
- オリーブオイル 大さじ1~2
- コンソメ顆粒 小さじ1
- 塩こしょう 適量
- 醤油 適量

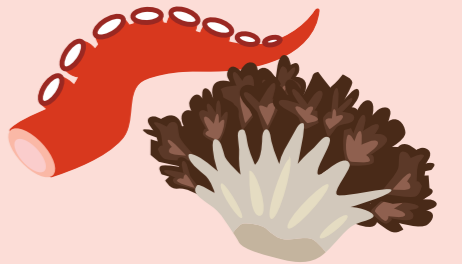
- 1 タコは一口大の薄切り、まいたけもタコに合わせたサイズに切る。大葉は千切りにする。
- 2 玉ねぎ・ニンニクはみじん切りにする。
- 3 フライパンにオリーブオイルを熱し②を入れる。香りが出てきたらタコとまいたけを加え炒め、塩こしょうをふる。タコから水気が出てきたらコンソメを入れて味を整える。
- 4 ③に白ご飯を入れ混ぜ合わせ、味をみながら醤油を適量加える。(仕上げに塩こしょうを足してもOK)
- 5 器に盛り付け、大葉をのせる。

タコ

脂質が少なくヘルシーな食材で、ビタミン・ミネラルをバランスよく含んでいます。また、タウリンを豊富に含むことから動脈硬化予防や肝機能強化、疲労回復などの効果が期待できます。

まいたけ

カルシウムの吸収を助け、歯や骨を丈夫にするビタミンD、ナイアシンなどのビタミンB群が豊富です。



簡単おつまみ

しいたけの 七味マヨネーズ焼き

材料と作り方 (2人分)

- しいたけ (小ぶりのどんごが適しています) 6個
- マヨネーズ 15g
- 七味唐辛子 適量
- しょうゆ 適量

- 添え
- レタス 適量
 - ミニトマト 適量

- 1 しいたけをキッチンペーパーで軽くふき、軸をとる。
- 2 カサの部分にマヨネーズを塗り、七味をかける。
- 3 アルミホイルを敷きトースターに並べ、800Wで焼き具合をみながら5~8分焼く。
- 4 焼きあがったしいたけに、お好みの量のしょうゆをかけ、添えの野菜とともにお皿に盛り付ける。

しいたけ

さまざまな種類のキノコに食物繊維が含まれていますが、しいたけには特に多く含まれています。腸内環境を整えてくれるほか、血糖値上昇の抑制や血中コレステロール濃度の低下など、さまざまな効果が期待できます。



1人分
72kcal
塩分0.5g

しいたけは軸の部分も細く切り、
一緒に焼いて食べられます。



鎌倉 千尋

新型コロナウイルスに関するお知らせ

〈広報誌あたご2023秋号発行時〉

腸内フローラ検査

下記のようなお悩みはありませんか？

- ・下痢や便秘などお腹の悩みでお困りの方
- ・糖尿病、アレルギーなどの疾患をお持ちの方
- ・お肌のトラブルを抱えている方
- ・なかなかダイエットが成功しない方

これらには「腸内フローラ」が関係しているかもしれません。一度で自身の腸内フローラを調べてみませんか？

【検査費用】15,400円(消費税込)



口腔内フローラ検査

最近注目度が高まっている「口腔内フローラ」。口腔の健康を維持して病気の誘発を抑え、健康寿命を延ばすことが期待されています。「口腔内フローラ」を整えて病気を予防する、オーラルヘルスケアをはじめませんか？

※通常費用16,500円のところ、キャンペーン期間中(～2023年11月30日まで)は13,200円で受けることができます。

【検査費用】16,500円(消費税込)

【予約・お問い合わせ】健診担当まで



【マスク着用について】

2023年3月13日から、マスク着用は個人の判断となりましたが、医療機関などでは引き続きマスクの着用が必要です。院内には、重症化リスクの高い患者さまが多数いらっしゃいます。ご自身や周囲の方を守るため、ご理解とご協力をお願いします。

前立腺特異抗原(PSA)検査

前立腺がんの患者数・死亡者数は年々増加しています。PSA検査は前立腺がんの早期発見に有用な血液検査です。50歳を過ぎたら前立腺がんに関心を持ち、PSA検査のことを考えてみましょう。当院では健診のオプション項目にも設けており、検査を受けることができます。お気軽にご相談ください。



上記に関するお問い合わせはこちらまで

TEL(代表) 088-823-3301

外来診療時間 一覧表

診療科	午前(月～土)	午後(月～金)
内科	9:00～12:00	13:30～17:00
外科	9:00～12:00	14:00～17:00 (月～木)
整形外科	9:00～12:00	
脳神経外科	9:00～12:00	13:30～17:00
婦人科	9:00～12:00	16:00～16:30
リハビリテーション科	9:00～12:00 (月・水・金)	
眼科	9:00～12:00 (月～金)	13:30～17:00
心療内科・精神科	9:30～12:00 (月・第1,3,4土)	14:00～16:30 (第1,2,4,5木)
	9:00～12:00 (火・第1,2,4,5木・第1,3金)	13:00～17:00 (第2,4金)
	10:00～12:00 (第2,4金)	
泌尿器科	9:00～12:00 (水・土)	14:00～16:00 (水曜日のみ)
皮膚科	9:00～12:00 (火・木)	
耳鼻咽喉科	9:00～12:00 (月・水・土)	14:00～17:00 (火・木・金)
ER蘇生センター	24時間対応	
脳神経センター	24時間対応	

※診療時間や曜日は変更することがあります。あらかじめお電話にて確認のうえご来院ください。
※愛宕病院ホームページにも掲載されています。

休診日:日曜日・祝日

※但し、急患は休診日・深夜も24時間診療します



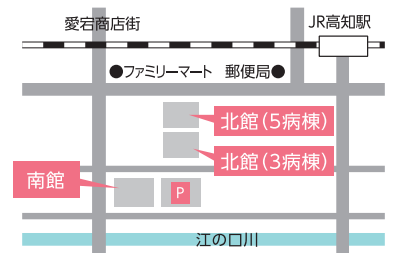
編集後記

10月に入っても連日の夏日。朝晩冷えるようになっても日中との寒暖差で例年以上に服装に悩む毎日です。季節感がいまいつつかめないうち今年も残すところ2ヶ月を切ると、なんとなく気忙しい気分になってきました。今号の表紙は10月中旬に登った岩黒山(愛媛県)の山頂付近から撮影した錦に染まる山です。当日は天気予報が芳しくなく、この時季にしては土小屋の駐車場はガラガラ。反対側の石鎚山は霧の中で登山者もほとんどいない状況でした。私が登った岩黒山は奇跡的に日の射す時間帯がありましたが貸し切り状態で、下山するまで誰にも会わないというこれまた奇跡に遭遇しました。



真っ赤に染まるドウダンツツジ(岩黒山にて)

編集担当:MI.



受付は南館玄関を
入って左



医療法人 新松田会 **愛宕病院** 〒780-0051 高知市愛宕町1丁目1番13号

TEL(代表)088-823-3301 救急専用 088-822-0009
FAX 088-823-3306(外来受付) Mail: info@atago-hp.or.jp

愛宕病院 検索
http://atago-hp.or.jp