



健康万歩計は、西北五医師会が、皆さんが健康で元気に過ごすための必要な情報を提供し、ドクターからのアドバイスを紹介するコーナーです。

今月のドクター

一戸 久人 先生
つがる市民診療所 所長



認知症と似た病気

高齢者に物忘れ等があると、本人もご家族も認知症かなと心配されるとともに、年齢を重ねたので、ある程度仕方がないと思われることもあるのではないのでしょうか。

多くの認知症（四大認知症として、アルツハイマー型認知症、レビー小体型認知症、前頭側頭型認知症、脳血管性認知症）は、進行を遅らせる治療や問題行動の緩和が主体で、本格的に困った症状がでるまで様子を見ようと思われるかもしれませんが、しかし、認知症と似た別の病気の場合があり、例えば、慢性硬膜下血腫、正常圧水頭症、うつ病や甲状腺機能低下症などがあります。

慢性硬膜下血腫は頭部打撲後に数週間かかって（期間は色々ですが）、血液がたまり、脳を圧迫して症状がでてきます（頭をぶつけ

たことを忘れていたこともしばしばあります）。正常圧水頭症は、脳脊髄液がたまり脳を圧迫して認知症様の症状や、歩行障害、尿失禁などがでてきます。うつ病は、活動性が低下し、普段通りの判断ができなくなり、認知症にみえる場合があります。甲状腺機能低下症は甲状腺ホルモンが減り、無気力になったり認知症に似た症状がでてくることがあります。

それぞれの病気に対する治療で、認知症様の症状が改善する可能性があり、（物忘れだから仕方がないと思わずに）是非かかりつけ医にご相談ください。早期に相談して、治療時期を逃さないようにしましょう。



～ご寄附をいただきました～ (8月31日～10月31日分)

豪雨災害支援のためのご寄附をいただきました。いただいた寄附金は豪雨による被害の復旧活動に活用させていただきます。この度はありがとうございました。

【企業・団体】

- ・岩内町 ・岩内町議会議員会 ・風間浦村職員互助会 ・風間浦村議会議員会
- ・風間浦村職員組合 ・西建設協会 ・青森県町村議会議長会
- ・明治安田生命保険相互会社青森支社 ・ダム・発電関係市町村全国協議会
- ・日立造船株式会社東北支社 ・公益財団法人青森県市町村振興協会
- ・青森県町村会 ・グリーンパワーインバースメント ・西つがる風力発電
- ・株式会社みちのく計画 非公表…1団体 計16団体 19,494,000円

【個人】 122件 1,152,000円



月1回 お悔やみ時のマナーや知識が配信されます！

LINE 公式アカウント

↓ スマホのカメラかLINEで読み取り「友だち追加」をすると



- ・葬家へのご無礼を避ける
- ・粛々とした場面で恥じをかかない為に
- ・お役立ち知識や仏事などの疑問への回答などが配信されます（登録無料）

* 誰が登録したのか当社からは分からないので安心して下さい

霊安室完備（24H 付添可能）

家族葬空間
ファミリーホールふかうら



株式会社 深浦葬祭
Fukaura Funeral Service
電話 (74)4536 FAX:74-4546

深浦診療所つうしん No.33

『もうすぐアシを食べるシーズンですね、でも窒息には要注意?』



深浦診療所 医員 島田 雅仁

寒くなってきましたね。さて本題に入る前に最近の診療所について私が思ったことをお話させていただきます。最近の診療所では1週間のうち比較的月曜日、それについて金曜日に患者様が集中する傾向にあります。特に発熱患者数も増えているため、週明けの月曜日は発熱外来への対応により、通常診療にも影響が出てきている印象です。10月末の月曜日は2時間お待ち頂く方がいたのも事実です。私としては救急対応等も含め、ひとりひとりにしっかりと丁寧に対応していきたいと考えていますが、患者様の中には忙しい方もおられるようで、お待たせすることでお叱りを受けることもあり、自身の診療能力の未熟さに日々反省する日々です。患者様におかれましては月曜日受診の際はお待ちいただく可能性があることを念頭に受診して頂けると助かります。他の曜日に受診可能な方がいらっしゃいましたら、比較的火曜日と水曜日はお待たせする時間が短い傾向にありますので、曜日変更もお勧めします。また、救急対応や検査や紹介状の有無等で診察の順番が前後することがあることをご了承いただければ幸いです。（*あくまで筆者個人の意見です。）

本題に戻りまして、もうあと一か月ちょっとで年越しですね。さあ、タイトルのアレとはなんでしょうか？そうです。あの白くて、伸びる…そうです！餅です！実は私はあまり餅が好きではありません。その理由は小さい頃に黄粉餅がうれしくて、いっぺんに頬張ったところ苦しくなり全部吐いてしまった過去があるからです。今では餅があれば多少は頂きますが、それでも餅への恐怖は拭えません。毎年テレビで必ず餅の窒息事故の話が出ると餅の怖さを改めて感じます。年末年始を楽しく過ごすためにも餅の怖さと窒息について学びましょう。

餅による窒息はなぜ起こるのでしょうか？それは餅が温度により硬さが変化するという特徴を有しているからです。熱々のお餅が口に入るとすぐに冷え硬くなり、飲み込みづらさが増し、これが高齢者等の嚥下機能が低下している方では飲み込めずに窒息事故になってしまいます。

では窒息時にはどのように対応したら良いのでしょうか？人は窒息をすると喉に手を当てる動作をします。このような動作を見たら、まずは腹部突き上げ法を試みます。この方法は窒息者の後ろに回り込み、そこから相手のへそのやや上くらいにこぶしにした自分の片方の手の親指を当てるようにして置き、反対側の手でそのこぶしを包み込むようにして、力を込めて、上方に突き上げるという方法です。ここで大事なのが意識が無ければ、窒息解除より心肺蘇生法を優先するという事です。これらの応急処置法はYoutube等の動画配信サイトで是非確認してみてください。

私の経験した症例で救命された方全例に共通することは、窒息時に近くにいた方が適切にすばやく窒息解除や心肺蘇生法を行っていたということです。是非、餅を食べる前に一度腹部突き上げ法や心肺蘇生法の流れを確認して、万が一の時に備えましょう。ただし、元気な人相手にこれらの方法を試してみてもはだめですよ(o^-^o)

「農地の所有権移転・地目変更・転用許可申請」・「遺産分割協議」等々
行政事務にかかわる「お悩み」のことについて、お気軽にご相談を！！

行政書士 岩谷 司 事務所

【青森県行政書士会所属】

住所 038-2501 青森県西津軽郡深浦町大字柳田字築棒沢133番地11
電話・FAX 0173-76-2753



会社やお店の
宣伝・イベントの
告知にご利用
ください！

広告
募集中

■問合せ先
総合戦略課
企画調整係
TEL 74-2122