

元 氣 予 報

上都賀郡市医師会北部地区医師団幹事(日光地区)

日光野口病院

ながおか まさのり
長岡 正範

パーキンソン病

脳神経内科が専門とする病気の一つにパーキンソン病があります。振戦(ふるえ)、動作緩慢(かんまん)、筋肉の固さ(筋強剛)、バランスを崩しやすい(姿勢反射障害)などの運動症状の他に、便秘、排尿障害、低血圧、睡眠障害、抑うつなど、非運動症状があります。

多くは60歳〜70歳代と、中年以降に発症します。人口の高齢化とともにその患者数増加も顕著で、90歳で発症した方もいます。結構名前が知られている病気で、診断された患者さんは「今後、どうなるのでしょうか?」と心配します。転倒による骨折や誤嚥性肺炎などの合併症を起こさなければ、この病気だけで生命が脅かされることはありません。

70歳くらいで発症された患者さんに私は次のようにお話しします。「ご自分の周りの90歳くらいの方を想像してみてください。どんな歩き方ですか。杖をついているかも知れませんか。動作はゆっくりでしょう。あなたがこれから20年

たっても、その方達と同じような立ち居振る舞いで暮らせるように、薬を飲んだり運動したりすることが大事です。今のあなたの年齢の仲間と同じ程度に動けるように心掛けることが大切です」と。

この病気の原因である、減少してしまっている脳内の伝達物質であるドーパミンを、iPS細胞が補ってくれるようになるのには、まだ時間がかかることと思います。ですからこの病気は寝て治すのではなく、むしろ自分でできることは何でもしてもらいます。

「父親がちょこちょこ歩き(小また歩行)でよく転ぶんです。手が震えているんです」など、一般の人にも気付く症状がこの病気の特徴ですが、パーキンソン病に似て非なる病気というのがたくさんあります。そのような病気はまとめてパーキンソン症候群と呼びます。このような場合には、薬の反応がパーキンソン病のように著明でないことがあります。また、幻覚、精神興奮など、パーキンソン病に用いる薬に対して過剰な反応をすることもあるため、専門医に見てもらう必要があるでしょう。



川柳

身体の一部になって来たマスク

足マーク見つけて並ぶ行儀良さ

栗おこわ重箱囲む美味い顔

庭先に自粛の暮らし夏野菜

災害の過去最高はもう要らぬ

俳句

郭公の声ある方に和合佛

半裸にて老爺一人の昼うどん

秋深むウイズコロナを受け容れて

選者

大橋芳明

富永和代

青木林吉

北崎君

江袋操

森松隆

選者

須藤火珠男

湯沢くに

斎藤靖彦

白土武夫

場所	開催日時	内容
地域子育て支援センター (ショッピングプラザ日光内) ☎22-2299	11月12日(木) 午前9時30分～11時30分	◎ミニ動物園～かわいい動物と触れ合おう～ 宇都宮動物園から、ひつじ、うさぎ、いぬなどの動物たちがやっ てきます。今市運動公園サッカー場に当日直接お越しください
	12月1日(火) 午前10時15分～11時45分	◎フィットネス・フラ＆ヨガ ハワイアンソングに合わせて、全身の筋肉を使って行うスロー エクササイズです 講…小川智子氏(フィットネスインストラク ター) 定…10名(先着順) 持…飲み物・汗拭きタオル・ヨガ マット 申…11月30日(月)まで ※お子さんを預かります
	12月2日(水) 午後1時30分～3時	◎ママのミニ学習会「からだ編」子どもの病気～知って安心！ 予防と対応～ お子さんの健康・病気について気になることはありませんか？ 小さな疑問でもわかりやすく丁寧に答えします 講…吉原 重美氏(獨協医科大学病院副院長) 定…8名(先着順) 申…12 月1日(火)まで ※お子さんを預かります
日光親子ふれあいひろば (日光福祉保健センター内) ☎54-3001	11月9日(月) ①午前11時15分～11時45分 ②午後1時30分～2時 (①、②は同じ内容)	◎音楽であそぼう！ わらべうたや親子のふれあいあそび、簡単なリズムあそびなど、 大人のひざの上や抱っこ、おんぶでも楽しめます 講…川出 朋子氏 定…①、②とも各親子5組(先着順) 申…11月6日 (金)まで ※年齢、月齢、障がいなどに関係なく参加できます
	11月16日(月) 午前10時30分～正午	◎リラックスヨガ ヨガで日頃の疲れをほぐして、ゆったり過ごしましょう！ 講… 筒井みさと氏 定…8名(先着順) 持…飲み物・ヨガマットまた はバスタオル 申…11月12日(木)まで ※お子さんを預かります
	11月24日(火) 午前10時30分～11時30分	◎ママトーク お子さんから少し離れて、ママ同士で日頃の悩みなどおしゃべ りませんか 講…親学習チーム日光 定…5名(先着順) 申… 11月19日(木)まで ※お子さんを預かります
鬼怒川親子ふれあいひろば (清流保育園内) ☎25-6413	11月中 午前10時～午後2時	◎ぬり絵であそぼう！ クレヨンを使ってみましょう。ひろばでいつでもできます
	12月4日(金) 午前10時～正午	◎オピニオンリーダーのひだまりサロン クリスマスグッズを作ろう 講…家庭教育オピニオンリーダー藤 原支部 費…200円 定…親子6組(先着順) 申…当日朝まで
足尾親子ふれあいひろば ☎54-3001	11月10日(火) 午前10時～正午	足尾認定こども園の園庭で園児の皆さんとあそんだり、お部屋 の中でスタッフとあそんだりします。読み聞かせもあります

作品を募集しています
氏名(ふりがな)、住所、電話番号を明記して、郵
送またはFAX、メール(hishokouhou@city.nikko.
lg.jp)にて応募ください(二重投稿不可)。
※投稿は1カ月にそれぞれ一人5句までとします。
締め切りは毎月20日です。漢字には必ずふりがな
を明記してください
応募先：秘書広報課 広報広聴係
〒321-1292 日光市今市本町1番地
☎(21)5135・FAX(21)5137

満点の星空を持つテカボ湖の人みな優しく落と
せり
カマキリの鎌と戯れ空しさに天仰ぎ見て夫を偲びぬ
北崎君
齋藤和江

葉生姜を買い亡夫に供えれば新涼の香の仏間に満つ
る
狐塚昭子
中干しの田にたつぷりと水を入れ蛙誘い畦草を刈る
阿久津年秀

こげるような陽射しの中で吹く風に季節の変わる気配
感じて
吉原由美子

短歌
選者 川田美佐男

夕映えの空際立てる雲の峰
渡辺文夫

迎れども想ひ出せずに秋の風
池田三夫