



連町通信

安全で安心して暮らせるまちづくりをめざして

発行
釧路市連合町内会

〒085-8505 釧路市黒金町7丁目5番地
釧路市役所内
電話 0154-23-5151
内線 6716
直通電話・Fax 0154-23-2101

＝第12回＝ 一 高齢化時代・健康寿命を考える(2) 腰痛・肩こり・手足の痛みしびれ

ドクター磯部の 処方箋

処方箋

今回も、コロナの話を少し。コロナは第7波、大流行です。3回ワクチンしているのに罹ります。コロナが変異しているからでしょうか。でも重症者は、していないか2回以下という情報もあります。私どもも4回目のワクチン受ける予定です。早く普通の風邪のようになつて欲しいです。

高齢化時代・健康寿命を考えていますが、寿命・健康を損なう病気順位は、一位：がん、二位：脳卒中、三位：うつ病となっております。これに認知症も入るでしょう。いつも話していますが、健康管理、コロナはいやですが釧路では屋外活動も行って気力を保ち、さらに必要時受診で、脳梗塞などの脳卒中、認知症の予防を心がけましょう。

今回からは、病名ではありませんが「症状」を考えます。順位は、一位：腰痛、二位：肩こり、三位：手足のしびれ痛み、となっております。これらの症状で皆さんも困っているでしょう。そして高齢化で増えるでしょう。高齢化時代の問題のひとつです。

腰痛の原因として、ヘルニア、狭窄症、すべり症、圧迫骨折、炎症などがあり病院で診断し治療できます。完治できるかは別ですが、ただ何とこれら原因が分かり治療できるのは、15%なのです。85%は原因不明です。



釧路労災病院
脳神経外科部長
磯部正則

明確な診断・治療ができない腰痛が多いのです。末梢神経性の痛みが、85%には含まれています。末梢神経の診断治療という分野があり、これを実践して治療成績を出している脳神経外科医がおります。何と釧路に。高齢化時代増える腰痛の相談ができます。

症状第二位の肩こりですが、やはり加齢で増加します。ひどいものでは頭痛、めまい、手のしびれも起きます。

一般的には病気に入りにくいので、病院での対応はあまり行われません。本当に病気でないか検査で確認し、病気が隠れていれば対応しますが、隠れた病気がなくても、つらい症状の緩和を目指し対応します。

症状の上位に入る頭痛も同様に、検査で病気の有無を確認、病気がなくても症状緩和を試みます。片頭痛もその一つで、治療薬が新規で出てきています。これらも駆使して対応できます。

これまでの繰り返しですが、認知症も全く同様です。認知症状をきたす病気（脳梗塞、脳腫瘍、慢性硬膜下血種以外に、軽度てんかん発作のこともあります）の有無を確認、なければ（アルツハイマー型認知症など）各種お薬で症状の緩和に努めます。ただし記憶障害の根本的な治療はまだ出ませんので、介護監視環境整備が必要です。