

「脳卒中について」

健康管理センター

「健康診断のはやくてオトクな受け方」

介護老人保健施設シェモア鶴見
「行事食のご紹介」

「人権のお話」

すこやか
Sukoyaka



別府タワーとイルミネーション

2023.December

Vol.603

広報誌「厚生連だより」

脳卒中について

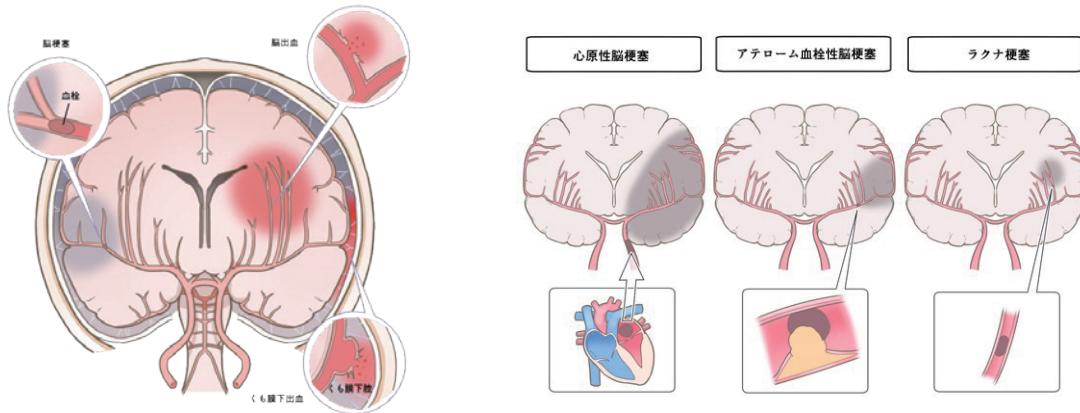
神経内科部長 荒川 龍樹



脳卒中とは

脳卒中は、脳の血管が急に詰まったり、破れたりして脳循環に障害をきたし、様々な症状を起こす疾患です。

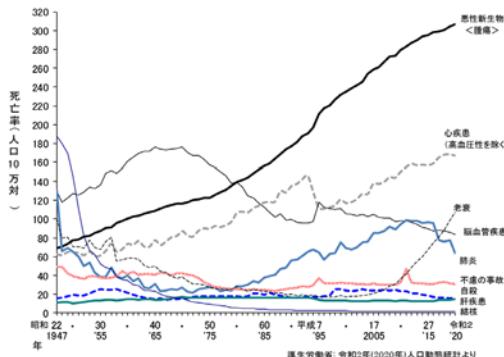
血管が詰まる虚血性脳卒中(脳梗塞)と血管が破れる出血性脳卒中とに大別され、脳梗塞は、血管が詰まる原因により、心原性脳塞栓症、アテローム血栓性脳梗塞、ラクナ梗塞の3病型に分けられます。出血性脳卒中は、脳の組織自体に出血が起こる脳出血と、脳動脈瘤が破裂することが主な原因で、脳の表面であるくも膜下腔に出血が起こるくも膜下出血に分けられます。



脳卒中の疫学

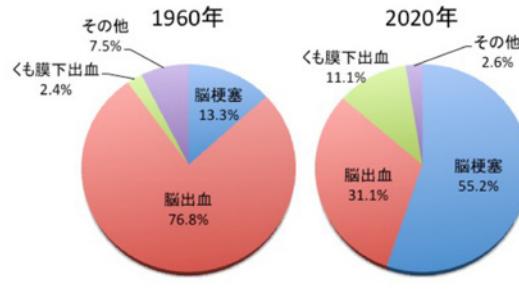
脳卒中は長い間、日本人の死因の第1位でしたが、1970年をピークに減少傾向が続き、現在は第4位です。2020年の脳卒中死亡数は約10万人で、全死者に占める割合は7.5%であり、依然として死因の上位を占めています。

◆主要疾患別死亡率の年次推移



脳卒中死亡の内訳では、1960年には脳出血が約77%を占めていましたが、近年は著しく減少し、代わって脳梗塞が増加し、2020年には約55%を占めるようになりました。その理由としては、高血圧対策の普及、生活習慣の変化による糖尿病や脂質異常症の増加が考えられます。

◆脳卒中死亡の内訳



厚生労働省:令和2年(2020年)人口動態統計より作図

また、2017年時点で111.5万人の脳卒中患者が継続的に医療を受けており、脳卒中にかかる医療費は年間1.8兆円となっています。

更に脳卒中は、介護が必要な原因の第2位であり、介護度が高くなるほど脳卒中の割合が増加し、寝たきりを含む重い介護を要する原因の約30%を占めています。

患者の生活の質 (QOL) や社会的負担の面からも、脳卒中の予防と治療は重大な課題となっています。

日本の更なる高齢化、医療費の増大は、政策面でも脳卒中・循環器病対策の重要性が認識され、2018年12月に「健康寿命の延伸等を図るための脳卒中、心臓病その他の循環器病に係る対策に関する基本法」(脳卒中・循環器病対策基本法)が国会で成立し、2019年12月に施行されました。それを受け、脳卒中の急性期治療、回復期リハビリテーションから在宅復帰、社会復帰に関する総合的な対策が現在進められています。

脳卒中の症状

脳卒中では、様々な神経症状が突然起ります。

脳卒中の主な症状としては、脳梗塞、脳出血では、突発する神経症状が特徴で、半身（顔、上肢、下肢）の脱力、半身の感覚障害、言語障害（構音障害、失語）、視野障害、複視、めまい、平衡障害などをきたします。

くも膜下出血では、これまでに経験したことのないような、突然の激しい頭痛が特徴で、意識障害や嘔気・嘔吐を伴うこともあります。

また、大きな脳卒中や脳幹の脳卒中では意識障害を伴います。

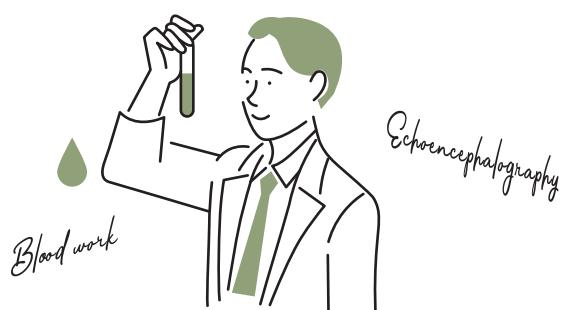
脳卒中が疑われたら

脳卒中が疑われたら、出来るだけ早く専門病院を受診することが重要です。なるべく早く診断し、治療を開始することで、後遺症が軽くなる可能性があるからです。

特に脳梗塞では、発症後4.5時間以内であればrt-PA静注療法、8時間以内であれば血管内治療などの治療法があります。ただし、治療を開始するには検査が必要で、1時間程度かかるため、症状が出現してから遅くとも3.5時間以内を目標に出来るだけ早く受診することが必要となります。

脳卒中の検査

脳卒中では、病歴聴取、診察(内科的診察、神経学的診察)、血液検査、心電図、胸部X線、胸・腹部CT、頭部CT、頭部MRI、頸動脈エコー、心エコー検査などを行います。



脳卒中の治療

脳卒中では、時期や症状に合わせて、薬物治療や手術、リハビリテーションが行われます。

脳梗塞では点滴・内服治療が主体となり、病態に応じて、抗血栓薬、脳保護薬、抗浮腫薬などを投与し、血压、脈拍、体温などの全身状態の管理を行います。また、後遺症を減らすため、症状に合わせて治療初期から積極的にリハビリテーションを行います。

また、脳梗塞急性期（発症後4.5時間以内、8時間以内）のみに施行される治療としてrt-PA静注療法、血管内治療があります。

① rt-PA静注療法：遺伝子組み換え組織

プラミノゲン・アクチベータ (recombinant tissue plasminogen activator: rt-PA) を点滴して血栓を溶かし、脳血流を再開させます。

rt-PA静注療法によって、後遺症のない人が1.5倍に増えました。

ただし、適切なタイミングでrt-PAを使用しないと、逆に出血などの合併症で病状が増悪する危険性があるため、発症から4.5時間以内に治療が開始できる場合のみが治療対象となります。

② 血管内治療：脳血管に詰まった血栓を、ステントリトリーバーや血栓吸引カテーテルなどの血栓回収デバイスを用いて回収し、閉塞した血管を再開通させる治療法です。rt-PA静注療法の適応外や、治療によって症状の改善が認められない場合に血管内治療が行われ、発症から8時間以内に治療が開始できる場合が治療対象となります。症状、CTやMRIの画像所見などを評価したうえで血管内治療の適応を検討します。

脳卒中の予防

脳卒中の発症に関わる危険因子として、高血圧、糖尿病、脂質異常症、心房細動、喫煙などが挙げられます。また、遺伝的要因もあります。体質も含めて高血圧、糖代謝異常や脂質代謝異常になりやすいといった遺伝的要因に、暴飲暴食や過食などの生活習慣の悪化、ストレスなどが加わって危険因子が形成されていきます。その中でも最大の因子が高血圧です。

脳卒中と影響する危険因子との関わりは病型によって異なります。高血圧の関与が大きい病型は、脳出血とラクナ梗塞です。アテローム血栓性脳梗塞は、高血圧だけではなく、糖尿病や脂質異常症、喫煙などが合わさって影響しています。心原性脳塞栓症の場合は、心房細動が最も多い危険因子になります。

脳卒中の予防には、これらの危険因子の管理が重要となります。生活習慣を見直し、治療が必要な場合は、医師の指導のもとで適切な治療を開始・継続することが推奨されます。





今年度もそろそろ終盤です。みなさん、今年の健康診断は受診しましたか?悩んでいる方に1月から3月の受診をオススメします。

1月から3月は他の時期に比べ、受診される方が少なく、受付や各検査の待ち時間がグッと短くなります。今年度これから受診される方はぜひ空いているこれからの時期に受診しましょう。また、今年もう受診された方は、来年度は4月から6月の受診がオススメですよ!待ち時間の少ない時期に気軽に受診しましょう。

また、当センターでは大分県内の市町村からの助成金を利用して、おトクに健康診断を受けられます。

お住まいの市町村によっては助成金を受けられる期間が異なることがありますので、お早めにご確認・お申込みください。



人気コース・オプション検査のご紹介

日帰り一般コース・
人間ドックコースの方へ
管理栄養士監修の
食事をご用意します。

日帰一般 コース

主な検査項目

基本検査

身体測定・血液検査・尿検査・
視力・聴力・眼底・眼圧など

胃がん検査

(胃X線)

肺がん検査

(胸部X線)

大腸がん検査

心電図検査

男性:前立腺がん検査
(PSA)

女性:子宮頸部がん検査

乳がん検査

日帰人間ドック コース

主な検査項目

日帰人間ドックコースは、

日帰一般コースに

「腹部超音波検査」

「消化管腫瘍マーカー(CEA)」

「骨部X線検査」

「高感度CRP(血清反応)」

「胆管系腫瘍マーカー(CA19-9)」

がプラスされた、

日本ドック学会認定の

コースです。

腸内フローラ 検査 (オプション検査)

腸内では100兆個以上の
細菌(腸内フローラ)が
活動しています。
大腸がん・糖尿病・肥満・
免疫などに影響を与える
腸内フローラの種類や
バランスを調べます。

キャンペーン実施中!

通常
18,700円(税込)

↓
13,200円(税込)

5,500円(税込) OFF!
3/31まで





今年は暑い夏が長く続き、秋があつという間に過ぎていきました。11月8日の立冬も過ぎ、暦の上ではもう冬です。今回は、夏から冬へと季節が移るなか、シェモア鶴見で提供した行事食をご紹介します。

8月誕生会・
夏祭り

いなり寿司、たこ焼き、やきそば、
フライドポテト、唐揚げ、酢味噌和え、
すまし汁、かき氷風ゼリー



8月の誕生会は夏祭りの屋台をイメージした献立にしました。意外にも焼きそばやたこ焼きが好きと言われる利用者様も多く、にっこり笑顔で「おいしい」と喜んでいただけました。

敬老の日
敬老会おやつ

ちらし寿司、炊き合わせ、ごま豆腐、
ゆずの香汁、梨のコンポート
おはぎ



敬老の日・敬老会では、利用者様からリクエストの多いちらし寿司でお祝いをしました。おやつのおはぎはふっくら炊き上げたご飯で仕上げ、嚥下機能の低下した利用者様でも安心して食べていただけるようしました。

9月誕生会

栗赤飯、フライ盛り合わせ、
牛肉のしぐれ煮、オクラの湯葉和え、
梨、すまし汁



9月、10月の誕生会は「味覚の秋」を楽しんでいただけるよう、栗やきのこ、梨、柿といった秋の味覚を取り入れました。「食欲の秋」ということもあり、皆様「残すのがもったいない！」と、一生懸命召し上がっていただきました。

10月誕生会

きのこと山菜のご飯、
天ぷら盛り合わせ、ゆず和え、
柿、団子汁



これからクリスマスやお正月、節分、ひな祭り等、食事で季節を感じられる行事が目白押しです。食事の時間が華やかになるよう、趣向を凝らした献立を考えていきたいと思います。



NOTICE

鶴見病院を利用する患者さんとご家族へ 重要なお知らせ

鶴見病院は令和5年10月1日に紹介受診重点医療機関に指定されました。

令和6年4月1日より、かかりつけ医などからの紹介状をお持ちでない場合は選定療養費をご負担いただくようになります。

初診時・再診時
選定療養費とは

国（厚生労働省）が「初期治療は地域の医院やかかりつけ医で、高度・専門医療は病院で行う」という医療機関の機能分担の推進と、かかりつけ医の推奨を図るために定めた制度で、紹介状なしに200床以上の病院を受診した場合に保険適用の診療費とは別に選定療養費をご負担いただく制度です。

初 診

初診時選定療養費

¥7,700(税込)

●次のような場合には、初診時選定療養費をご負担いただきます。

- 他の医療機関より、紹介状なしで初めて受診する場合。
- 今回の受診が、今までの診療と同一病名同一症状であっても、患者さんが任意に診療を中止して3か月以上経過した場合。
- 傷病が一旦治癒もしくは治癒に近い状態までになり、その後再発した場合。
- 急性疾患で受診したあと、他の診療科を初めて受診する場合。(風邪をひいて受診したあと、2か月後に打撲で受診した場合など。)
- 同日に複数の診療科を初診で受診された場合。

再 診

再診時選定療養費

¥3,300(税込)

●次のような場合には、再診時選定療養費をご負担いただきます。

- 他の医療機関への「紹介状」をお渡しできるまで病状が安定した患者さんが、ご自身の判断で当院での診察を希望する場合。
- 他の医療機関に紹介した患者さんが、ご自身の判断で当院での診察を希望する場合。
- 通院中の診療科以外の診療科を、紹介状または院内紹介なしで受診する場合。

※前回受診日より3か月を経過するなど初診の対象となった場合は初診時選定療養費になります。

●次に該当する方は、選定療養費はいただきません。

- 当院の他の診療科または当健康管理センターから院内紹介されて受診する場合。
- 他の医療機関からの、紹介状をお持ちの方。
- 生活保護による、医療扶助の対象となる方。
- 特定疾患など、各種公費負担制度受給対象の方。
(乳、子、親、育は対象外)
- 労働災害・公務災害で受診の方。
- 救急車で当院に搬送された方。

NOTICE

住居表示について

別府市の住居表示整備に伴い、令和6年1月6日(土)より、大分県厚生連の住所が以下のとおり変更となります。

	現 行	→	変 更 後
大分県厚生農業協同組合連合会	〒874-8585 大分県別府市大字鶴見4333番地 TEL0977-23-7465	→	〒874-8585 大分県別府市緑丘町12番1号 TEL0977-23-7465
大分県厚生連鶴見病院	〒874-8585 大分県別府市大字鶴見4333番地 TEL0977-23-7111	→	〒874-8585 大分県別府市緑丘町12番1号 TEL0977-23-7111
大分県厚生連健康管理センター	〒874-8585 大分県別府市大字鶴見4309番地の1 TEL0977-23-7112	→	〒874-8585 大分県別府市緑丘町12番2号 TEL0977-23-7112
大分県厚生連 介護老人保健施設シェモア鶴見	〒874-8585 大分県別府市大字鶴見4333番地の5 TEL0977-23-7113	→	〒874-8585 大分県別府市緑丘町11番27号 TEL0977-23-7113

※郵便番号及び電話番号は変更ありません

人権のお話



部落差別(同和問題)はご存じでしょうか?部落差別とは、日本社会の歴史的過程で作られた身分差別により、日本国民の一部の人々が、長い間、経済的、社会的、文化的に低い状態に置かれる強制され、同和地区と呼ばれる地域の出身者であることを理由に結婚を反対され、就職などの日常生活の上で差別を受けたりするなどしている人権の問題です。

インターネット等の普及により、こういった差別に対しての認知や正しい理解がある一方で、特定個人や、不特定者を対象として誹謗中傷等の差別表現や、結婚・交際等の場面における差別が今もなお残っています。差別や偏見は決して許されるものではありません。

一人一人の人権が尊重される社会の実現に向けて、自分自身の考え方、発言の内容等、振り返ってみてください。

大分県厚生連健康管理センター農協関係者健診受診者数

JA名	エリア名	受診者数
JA おおいた	東部エリア	国東 219 姫島 13 杵築 193 山香 0
	中部エリア	大分 41 由布 15
	南部エリア	臼杵 102 野津 14 佐伯 50
	豊肥エリア	豊後大野 50 竹田 16
JA べっぷ日出	北部エリア	豊後高田 62 中津 44 宇佐 47 安心院 21
	西部エリア	日田 11 玖珠 33 九重 1
		JA べっぷ日出 143
		大分大山町農協 8
		JA 下郷 2
		合計 1,085
	10月受診者数	4,437

編集後記

皆さん、部落差別についてご存じですか?今月は部落差別に関するコラムをあげております。
今一度、『人権』について考えてみましょう。

N.S

