



◆四肢がしびれるーお年寄りの病気

●どのような状態か

日本語の「しびれ」という言葉には非常に多くの意味が含まれていますが、おおよそ感覚障害と運動障害に分けられます。感覚障害には、痛覚や触覚が鈍くなる感覚鈍麻、それらがまったく失われてしまう感覚脱失、何も触れていないのにじんじんだりびりびりしたりする異常感覚、実際とは違う感じがする錯感覚や感覚過敏などがあります。運動障害は、麻痺や筋力低下によって思うように四肢が動かせない状態ですが、感覚障害を伴う場合と伴わない場合とがあって、「しびれ」と表現されるのは感覚障害を伴う場合に多いようです。四肢のしびれは、脳、脊髄および末梢神経の障害によって生じます。

●どのような状態か

しびれを起こす脳の疾患として、脳出血や脳梗塞などの脳血管障害があります。脳血管障害の症状は病巣の部位によってさまざまですが、最も多いのは半身の運動麻痺と感覚鈍麻を同時に起こす場合です。脳血管障害は、神経学的な診察とCTやMRIなどの画像検査によって診断されます。脊髄の障害では、下半身の両側性の運動麻痺と感覚障害が生じ、しばしば排尿障害を伴います。高齢者では脊髄血管障害や転移性腫瘍などによることが多く、MRI検査が最も役に立ちます。末梢神経の障害では、両手両足に对称性にしびれが生じる場合、一肢だけの場合、神経の走行に沿って帯状に障害される場合など、さまざまな分布を示

します。高齢者に多い疾患としては、変形性脊椎症、手根管症候群、糖尿病性ニューロパチーなどがあります。脊椎X線、針筋電図、神経伝導速度などの検査によって、障害されている部位を特定します。さらに原因を特定するには、血液検査や神経生検が必要になる場合もあります。

●家庭での対処のしかた

しびれが急に生じた場合には、たとえ軽度であっても脳血管障害などの可能性があるので、緊急に受診する必要があります。慢性のしびれの場合も、放置すると筋萎縮が生じたりするので、一度は検査を受けて原因を確かめておく必要があります。変形性脊椎症や手根管症候群では、過度の運動をひかえるほうがよいでしょう。一般的な注意として、バランスのよい食事を心がけたり、冷えや外傷に注意したりすることがあげられます。その他糖尿病などの全身性の病気による多発性の末梢神経障害、いわゆる多発神経炎や、血管炎などでの神経障害など、しびれの原因は多岐に渡ります。適切な対応で、治る、あるいは軽くなる場合も少なくありませんので、気になるようでしたらぜひご相談ください。

■考えられる病気

- 脳や脊髄に原因・・・脳梗塞、脳内出血、脳卒中、脳腫瘍、脊髄腫瘍など。
- 頸椎に原因・・・頸椎椎間板ヘルニア、変形性頸椎症など。
- 腰椎に原因・・・頸椎椎間板ヘルニア、変形性頸椎症など。



【回答】穴埋め漢字・①店 ②食 ③引 ④納 ⑤国 クロスワード・フジバカマ

人と、ひとが心から。



さくら・介護ステーションとやま南
富山市掛尾町249 スペースイン掛尾3F

TEL076-481-6239

FAX076-481-6246

第 112 回 脳のトレーニング

■穴埋め漢字

マスに1字の漢字を入れて、
4つの熟語を完成させます。
※矢印の方向で作ってください。

①

本
↓
開 → □ → 舗
↓
長

④

収
↓
出 → □ → 豆
↓
屋

②

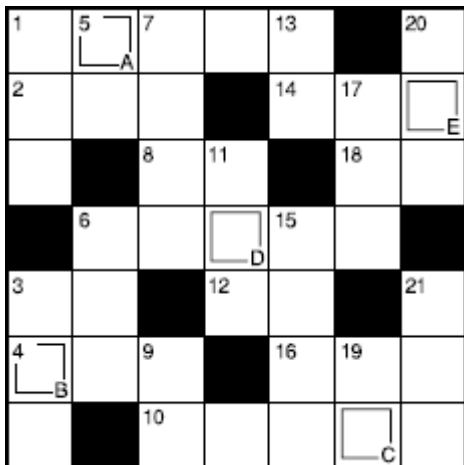
断
↓
日 → □ → 欲
↓
事

③

牽
↓
索 → □ → 用
↓
退

⑤

王
↓
異 → □ → 旗
↓
語



■クロスワードパズル



★タテのカギ

1. 生のままの魚を味わいます。
3. 頭から潮を吹く海の生き物。
5. 金魚はこの魚を品種改良したもの。
6. ~で作業したかいあって朝には完成した。
7. 「おはよう」「こんにちは」「さよなら」など。
9. 正確~の一撃。
11. 神社で玉串に使ったり、神棚に供えたり。
13. 少しずつ夏の暑さを忘れていく季節。
15. 流行の服を着て店頭に出ます。
17. フリーザーを開けると出てきます。
19. この帽子、~が広いから日差しを避けるのにぴったり。
20. 出雲大社や石見銀山がある県。
21. はがきの表の中心に書くもの。



★ヨコのカギ

1. 美しい青色をした、9月の誕生石。
2. 剣道をするとき手に持つ物。
3. 土足禁止の所で脱ぎます。
4. 果物と砂糖を煮て作ります。
6. マグロの赤身を入れた巻きずし。
8. パンダがよく食べる物。
10. マンジュシャゲともいう花。
12. 臼の相方。
14. 雲の~から日の光が差す。
16. 郵便料金分をぺたりと貼ります。
18. 米が実ります。



A B C D E

□ □ □ □ □