



つばさだより No.201
2011年8月



つばさ薬局 多賀城店	☎022(366)8001	吉川店	☎0229(22)7010
長町店	☎022(308)5711	泉店	☎022(772)1571
船岡店	☎0224(58)1065	若林店	☎022(289)8777
中新田店	☎0229(64)1888	松陽台店	☎022(361)9444
松島店	☎022(353)2990	こごた店	☎0229(31)2550
玉川店	☎022(365)2838		

パーキンソン病

夏本番の季節になりました。電力不足が懸念されている今夏、暑さ対策は大丈夫でしょうか。水分をこまめにとって熱中症に注意しましょう。さて今月は、『パーキンソン病』について紹介したいと思います。

▶ パーキンソン病とは？

パーキンソン病は、手足がふるえる、筋肉の緊張の異常によって運動の調節がうまくできなくなるなどの症状が現れ、体の動きがだんだん不自由になっていく病気です。1817年、この病気に「振戦麻痺」という名前をつけて報告したのは、イギリス人の医師であるジェームズ・パーキンソンでした。以来、彼の名前をとってパーキンソン病と呼ばれるようになりました。日本では、およそ15万人の患者さんがいるといわれています。

▶ 発病の年齢層は？

パーキンソン病は中高年に多い病気です。一番多い発病年齢層は50歳代後半から60歳代ですが、20～80歳代にかけて幅広い発症があります。通常遺伝はしませんが、40歳以下で発病する若天性パーキンソン病の一部は家族性に発症します。

▶ パーキンソン病の原因は？

パーキンソン病の根本的な原因はわかっていません。ただ、体を動かすときには、脳の中で「ドパミン」という神経伝達物質が働いており、パーキンソン病ではドパミンの不足によって、体の動きに障害が現れることがわかっています。

▶ パーキンソン病の主な症状は

パーキンソン病の症状は、振戦で始まることが多いといわれています。振戦はわかりやすいこともあって、初期症状の50～70%といわれています。固縮は症状がゆっくりと進行するため、患者さん自身が気づかないこともあるようです。

●運動症状

【振 戦】 何もしていないとき、手、足、あごなどがふるえる

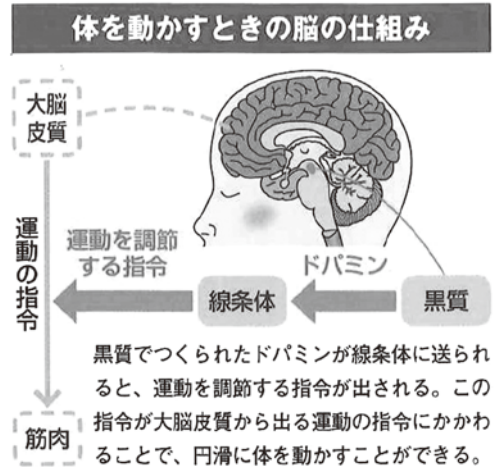
- ・安静にしているときに現れます。
- ・物を取るなど何か動作をすると、弱まるか消えてしまいます。

【固 縮】 筋肉を伸ばそうとすると筋肉の収縮がおきて抵抗が感じられる現象（外から加わった力に対する抵抗で、患者さん自身は気づきません）

- ・患者さんの手足を曲げると、最初から最後まで同じような抵抗や、ガクガクガクと断続的な抵抗を感じます。
- ・患者さんの頸部を前後に曲げたり回したりしても抵抗を感じます。

【動作緩慢】 動作の開始に時間がかかり、動作がのろくなる

- ・歩くときに手の振りがありません。（早期例では片側だけです）
- ・表情が固くなります。（仮面様顔貌）
- ・話し声が単調で低くなります。



【姿勢反射障害】 バランスが悪くなり、転びやすくなる

- ・姿勢が前かがみになったり、時々小走りに走り出して、物につかまらなると止まれない現象がみられます。（突進現象）
- ・すり足で小刻みに歩くようになります。（小刻み歩行）
- ・狭いところで足がすくんでしまいます。（すくみ足）



- 自律神経障害：便秘、立ちくらみ、冷え症、排尿障害など
- 精神症状：抑うつ、認知障害、幻覚、妄想、睡眠障害など
- 感覚症状：痛み、しびれなど

▶治療薬について

パーキンソン病の治療では、主として薬物治療が行われています。個々の症状に合わせて、薬も複数処方されることとなります。だいたい1～2週間で効果があるかどうかわかり、効果が現れる量まで少量から徐々に増やしていきます。効果が感じられない場合は自分で判断せずに、症状を正確に伝え、医師の指示に従って下さい。

主に以下の種類に分類されます。

- L-ドパ製剤：ドパミンを補充し、動作の緩慢や筋肉のこわばりを抑える。
- ドパミン受容体刺激薬：神経細胞でドパミンを受け取る受容体に働く。
- 抗コリン剤：アセチルコリンという物質の働きを抑え、ふるえを緩和する。
- 塩酸アマンタジン：神経細胞のドパミンを出す働きを強める。
- ドロキシドパ：不足しているノルエピネフリンを補い、すくみ足を改善する。
- MAO-B阻害薬：ドパミンを分解してしまう酵素を抑える。

主な副作用には、「吐き気」「眠気」「幻覚」などがあります。症状に対して処方される場合もあれば、あまり心配のない副作用であれば、体が慣れて、治まることもあります。

▶ 運動療法について

パーキンソン病は身体の動きが少なくなる病気ともいえます。症状の悪化を防ぐため、できるだけ身体を動かす機会を増やし、意識して活動的な生活を送ることが、この病気を克服するうえで大切になってきます。日常生活でできる具体例を紹介します。

「姿勢を保つ」には

背筋をのばします。
壁に向かって10～20cm離れて立ちます。両手をできるだけ高く伸ばして、手のひらを壁につけます。このとき手の先を見上げるようにします。できるだけ背筋をのばして5つ数え、再びもとの姿勢に戻ります。



「すくみ足」には

家の中でよく歩く場所に、歩幅の間隔でテープをはり、歩いてみましょう。最初の一步は出しやすい足を高く上げて、一步を踏み出します。

「小刻み歩行・すり足」には

普段から腕を大きく振り、足を垂直に持ち上げる気持ちで歩きましょう。自分で一歩ごとに号令をかけて歩いてみましょう。

▶ パーキンソン病と上手につき合うために

心身の状態や環境でパーキンソン病の症状は日々違ってきます。睡眠不足や疲労に注意し、体調管理をこころがけましょう。

手のふるえや、表情、姿勢、歩行などのつらい症状もありますが、人目を気にして外出を控えたりせず、生活を楽しむための趣味やレクリエーションを見つけ、積極的な生活を送りましょう。

▶参考文献・資料 きょうの健康2010.3
パーキンソン病との上手な付き合い方

【お詫びと訂正】

つばさだより7月号に掲載されたP3の図のタイトル『接種スケジュールと感染結果』は『接種スケジュールと感染効果』の誤りです。お詫びして訂正いたします。