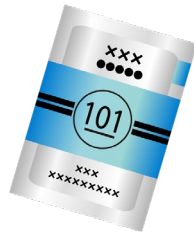


おくすりコラム

漢方薬について ①



今回から、脳神経外科・脳神経内科に関係の深い「漢方薬」について説明します。

1 回目は、漢方薬全体について説明します。

漢方薬の原料を「生薬（しょうやく）」と呼び、これは草や木、動物や鉱物など、自然にあるものです。

漢方薬は生薬を組み合わせしており、症状を根本から改善していくことが特長です。

漢方薬は、ひとつの薬でも様々な症状に使うことができます。それは、病気の背景となっている身体のバランスの悪さを改善することが、漢方医学の基本的な考え方だからです。

漢方薬は、個人の体質や身体のバランスを重視して処方されます。

1. 体質や身体の具合を「虚（きょ）」「実（じつ）」の二つに分けて考えることがあります。

「虚」：体力がなく、働きが低下している状態です。

「実」：充実している、体力のある状態です。元気があるのは良いことですが、身体に悪いものが充満して、身体の働きが暴走することもあります。

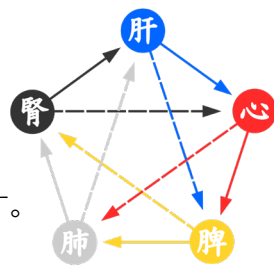
2. 五臓「肝」「心」「脾」「肺」「腎」の働きと、バランスを考えます。

3. 「気」体を動かすエネルギー、「血」栄養、「水」体内の水分の働きを考えます。

4. 病気の進行状況を考えます。

これらの様々なことを踏まえ、個人にあったお薬を出すことが出来るのが、漢方薬になります。

（薬剤科長：佐藤 ゆかり）



編集後記

宮城県内の新型コロナ感染者数は、一時期よりは落ち着いてきたように感じられます。当院でも毎週火曜・木曜の午後に、かかりつけ患者さんへのワクチン接種が始まりました。

7月23日（金）からは延期されていたオリンピックが開幕し、宮城県においてはサッカー男女の試合が有観客で予定されています。

可能な限り密になる状況を避け、自宅から応援したいと思います。

感染が再び拡大しないことを願っています。

（地域医療連携室：西本 明日香）

仙台東脳神経外科病院

〒983-0821

宮城県仙台市宮城野区岩切1丁目12番1号

Tel：022-255-7117（代表） Fax：022-255-7760

【関連施設】

仙台リハビリテーション病院

〒981-3341

宮城県富谷市成田1丁目3番1号

Tel：022-351-8118（代表） Fax：022-351-8126

医療法人社団 脳健会

仙台東脳外だより

編集：仙台東脳神経外科病院 地域医療連携室 / 発行：2021年7月

VOL.10

2021.夏

ご自由にお持ちください

しびれ外来のお知らせ

2021年4月より赴任した鈴木晋介です。脊髄・脊椎外科専門医・指導医として、仙台医療センターで2000例以上の困難症例を治療して参りました。手術の結果も良好で早期に社会復帰されておられます。神経を傷つけずに手術が出来る脳神経外科医として、今後は当院にて皆様のお役に立てればと考えております。

さて、しびれは感覚障害のひとつで人それぞれ感じ方は異なります。じんじんするもの、ぴりぴりするもの、さわった感覚がわからないもの、と様々でその原因も多様です。一般的にしびれはあまり重要視されない事が多く、医療機関を受診しても「気のせいだ」とか「年のせいだ」とかで軽く片付けられてしまうことが多いのが現状です。しびれは他人からは目に見えない症状ですが、患者さん本人にとっては生活するのにも困難なしびれも多く存在します。当外来では「しびれには必ず原因がある」というスタンスの元で、脳神経外科医の目で「しびれ」を総合的に診察、診断、治療していきたいと思います。手術で良くなるしびれがある一方、しびれの原因がわかっても治療困難なケースもあります。しかし、治療をあきらめないで漢方薬を含めた薬の調整やリハビリテーションによって、何人もの患者さんが症状の改善により生活が楽になったと話してくれます。「しび

副院長

日本脳神経外科学会専門医
日本脊髄外科学会専門医・指導医

すずき しんすけ

鈴木 晋介



れ」でお困りの方は是非受診してみてください。脳神経外科専門医が脳・神経・末梢神経を総合的に診療いたします。

毎週木曜日の午前中に予約制でしびれ外来をはじめました。放っておくと脳卒中、脳腫瘍、認知症などの大変な病気になることもあります。ささいなことでも早期に診察・検査をお勧めします。何年もドクターショッピングしてきた患者さん、症状の辛さに人生を投げ出すところまで追い詰められた患者さんなど、少しでもお力になればと念じております。今後とも宜しくお願い申し上げます。



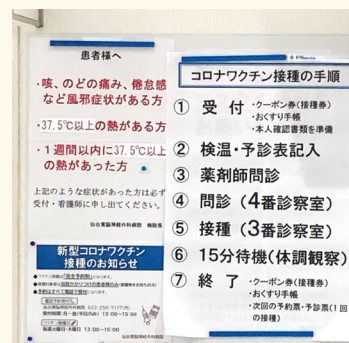
富士山山頂 剣ヶ峰にて（影富士に注目！）

院内トピックス

かかりつけ患者さんへの「新型コロナワクチン接種」を開始しました

6月10日より、かかりつけ患者さんへの「新型コロナワクチン接種」を開始しました。65歳以上の患者さんを対象に開始し、7月以降は接種券（クーポン券）がお手元に届いた患者さんであれば、接種の予約を受付しています。

予約は、電話でのみ受付しております。ワクチン供給・入荷状況により、予約の受付状況が変わる場合がありますので、最新の情報は院内掲示やホームページを御確認ください。



部 署 紹 介

地 域 医 療 連 携 室



当院の地域医療連携室では、主に「医療相談業務」と「地域連携業務」を担っております。

医療相談業務では、医療相談員（社会福祉士）が患者さんやご家族、関係する方々からの医療や介護、福祉に関する様々なご相談・ご質問に対応させていただきます。地域連携業務では、周辺の医療機関・介護施設・居宅介護支援事業所との緊密な連携、紹介・逆紹介の件数や患者さんに関する統計業務、渉外活動などを行っています。

当院に入院された患者さんの平均年齢をみると、2016年度は69.8歳でしたが、2020年度は73.6歳と、年を経るごとに高齢化傾向が続いております。一方で、退院先をみると、2016年度に自宅へ退院された患者さんは約70%でしたが、2020年度は約62%と割合が低下しています。入院患者さんの高齢化に伴い、当院での入院加療後にリハビリ・加療が必要なため他の病院へ転院したり、介護施設へ入所される割合が増える傾向がみられています。

何かお困りごと・相談ごとがあれば、地域医療連携室へご連絡・ご相談ください。様々なことにお応えできるように、より一層努めてまいりたいと思います。

（地域医療連携室 社会福祉士：佐藤 誠之）

栄養 ひとくちメモ

高 血 圧 に 注 意 し て 脳 梗 塞 を 予 防 し よ う

脳梗塞は、生活習慣病や食事に気を付けていれば、かなり防げる病気と言われています。脳梗塞の最大の原因は「高血圧」です。血圧が高いと、心臓から押し出された血液が血管の壁にダメージを与え、血管がもろく・硬くなっていきます。高血圧が長く続くことで脳の血管が詰まったり、切れたりして脳梗塞や脳出血を起こしやすくなります。

今回は、高血圧の食事療法を紹介します。

① 塩分を控えましょう。

- 汁物は1日3回では塩分過多となってしまいます。1日1回、または少量を1日2回まで。
- 市販の食品は塩分が多いので、栄養成分表示を参考に塩分の少ないものを選びましょう。ナトリウム量（mg）は、2.5倍すると塩分相当量になります。
- 減塩のしょうゆ・みそ等、減塩のものを使用しましょう。
- レモン汁や酢の酸味、カレー粉やしその葉、香辛料や香草類を使い、物足りなさをカバー。
- 漬物は塩分が多いので、浅漬けを少量にし、麺類の汁はなるべく残しましょう。

② カリウムを多くとりましょう。

野菜や海藻に多く含まれるカリウムには、体内の塩分を排出させる働きがあります。ただし、腎機能が低下している方はとり過ぎると高カリウム血症を起こすことがあり、注意が必要です。

◆ チキンソテーのトマトソース ◆

材料（1人分）

鶏モモ（皮なし）……80g
塩……………少々
こしょう……………少々
パルメザンチーズ……………小さじ1/2
油……………小さじ1/3
玉ねぎ……………1/8玉（15g）
油……………小さじ1/4
トマトソース……………20g
【付】
スナップエンドウ……3枚

栄養量（1人分）エネルギー136kcal
蛋白質16.7g／脂質4.4g／塩分0.85g

粉チーズの風味とトマトソースのうま味を生かし、塩分を控えめました。鶏肉は蛋白質が豊富で、これから暑くなる季節の栄養補給に最適です。

🍳 作り方

- ① 鶏肉に塩とこしょう、パルメザンチーズをふる。
- ② 玉ねぎはみじん切りし、油で炒めた後トマトソースを入れてさっと煮る。
- ③ スナップエンドウはゆでしておく。
- ④ フライパンに油を入れ鶏肉を両面焼く。
- ⑤ 鶏肉が焼けたら器に盛り、トマトソースをかけ、スナップエンドウを添える。



当院では、管理栄養士による栄養指導を行っています。

食事療法は、病気を治療する上で大切な治療法の一つです。医師の指示に基づいて、管理栄養士が患者さんの症状に合わせ、食事をどうしたら良いのか、分かりやすくご説明します。栄養指導をご希望の患者さんは、予約制のため、主治医または看護師にご相談ください。（管理栄養士：矢野 香代子）

