

高齢者に多い疾患の研修

研修日 年 月 日

高齢者に多い疾病の研修



今日は高齢者におおく見られる病気をみていきましょう
要点をまとめています

参考資料:厚生労働省【e-ヘルスネット】<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/>

脳・神経の疾患

【脳血管疾患】

脳血管疾患は脳血管に異変が起こり脳の機能に障害が起こる疾患です



脳血管疾患の種類は大きく脳梗塞と脳出血があるんだ

脳梗塞

- ・脳血栓...血栓が脳につまる
- ・脳塞栓...心臓等から流れてきた血栓が脳につまる

脳出血

- ・脳内出血...脳内血管の破裂
- ・クモ膜下出血...脳動脈瘤の破裂(激しい頭痛)

※クモ膜...脳の表面を覆う膜

原因

- ・高血圧
- ・糖尿病
- ・喫煙
- ・不整脈など

症状

- ・意識障害
- ・感情障害
- ・神経障害など

【パーキンソン病】

以前はパーキンソン病を発症すると10年ほどで寝たきりになると言われていました。



今は薬の進化もあり、長い期間良い状態を保つ事ができるようになったんだ。

原因

私たちは脳の指令によって体を動かしていますが、パーキンソン病では指令を出す際に重要なドパミン神経が減少します。その為体の動きに障害が現れてしまいます。

症状

代表的な症状

- ・動作が遅い・小さい
- ・筋固縮(他者が動かそうとするとカクカクする)
- ・バランスがとれない

パーキンソン病ではドパミン神経の減少に加え他の神経(自律神経など)もダメージを受けます。その為症状は多岐にわたります。

他症状

- ・便秘
- ・幻覚
- ・認知症など

骨・関節の疾患

【変形性膝関節症】

原因

関節のクッションである軟骨が加齢や筋肉量低下などによってすり減り、骨と骨が直接ぶつかり痛みの症状が出ます。



肥満による体重増加も一つの要因と言われているんだ

症状

3段階の症状

- ・初期症状...動かし始めの膝のこわばり感がある
- ・中期症状...痛み出現、腫れが出てくる
- ・末期症状...軟骨がほとんどなくなり歩行困難となる



ダイエットして筋力UPしないとね...

【関節リウマチ】

免疫の異常により、本来攻撃しなくてもいい組織を攻撃し関節に炎症が起こり痛みや腫れが生じる病気です。



ひどくなると、関節が変形し脱臼してしまう事もあるんだ

原因

原因は解明されておらず、遺伝的要因の他、喫煙や肥満など環境要因の関与が指摘されていたり、ストレスが影響しているとも考えられています。

症状

関節のこわばりや痛み・腫れが見られます。特に手首や手指に起こる事が多いと言われていいます。また炎症が強いと発熱や全身倦怠感・体重減少などもみられます。

【脊柱管狭窄症】

脊柱管とは背骨の中央にある空間の事を言い、その空間には大事な神経が通っています。その空間が狭くなる疾患が脊柱管狭窄症といえます。空間が狭くなり中の神経が圧迫されると痺れなどの症状を引き起こします。

原因

主な原因は加齢と言われています。高齢者に多く、若いときに重いものを持つなど腰への負担が大きい仕事をしてきた経験があるとなりやすいと言われています。

症状



狭窄症は首と腰に起こりやすいんだけど、今回は腰の症状を挙げていくよ

典型的な症状...間欠跛行(かんけつはこう)一定の時間歩くと、しびれ・痛みが生じるが、しばらく休むとまた歩行ができるようになる症状

他症状

- ・腰痛
- ・しびれ
- ・排尿・排便障害など

【後縦靭帯骨化症】

背骨の骨同士をつなぐ靭帯が骨のように固くなってしまい、その後ろを走る神経を圧迫してしまう事で様々な症状を引き起こします。

原因

原因不明、老化現象や肥満、遺伝などさまざまな原因が考えられています。また首に多く発症しています。

症状

- ・首・肩甲骨周辺・手指の痺れ
- ・筋力低下
- ・排尿・排便障害など



ひどくなると日常生活動作が困難となってくるんだ

【骨粗しょう症】

骨粗しょう症は骨の量が減って弱くなり骨折しやすくなる病気の事です

原因

- ・加齢による骨密度の減少
- ・生活習慣による骨密度の低下など

加齢による骨密度の減少...腸でのカルシウム吸収が不足したり、閉経により女性ホルモン(骨吸収の働きを助ける)が減少する事が原因といわれています。

生活習慣による骨密度の低下...カルシウム不足や日光を浴びない事で起こるビタミンD不足、運動不足による骨への刺激不足が原因といわれています。

症状

- ・背中・腰が曲がってくる
- ・身長が縮む
- ・骨折を繰り返す

骨折しやすい箇所

- ・背骨(脊柱の圧迫骨折)
- ・太ももの付け根(大腿骨頸部骨折)
- ・手首の骨



太ももの骨折がきっかけで寝たきりになってしまう方が多いのよね...

循環器の疾患

【高血圧】

日本高血圧学会の高血圧診断基準では収縮期血圧が診察室で計測する場合 140mmHg 以上,または拡張期血圧が 90mmHg 以上の場合を高血圧と定義しています。



高血圧では動脈硬化を引き起こす原因となり進行すると心筋梗塞や脳卒中になるリスクが高くなるんだ

原因

- ・塩分の過剰摂取
- ・アルコールの過剰摂取
- ・運動不足
- ・肥満など

その他...遺伝的な体質も原因と言われています

症状

初期症状では症状がはっきりと現れない事が多くあります。進行していくと激しい頭痛や胸の締め付け感・意識消失などがあります

【虚血性心疾患(狭心症・心筋梗塞)】



心臓を動かす筋肉に血液を送る血管が狭くなったり塞がったりして血液の流れが悪くなる事を虚血性(きょけつせい)心疾患というんだよ

原因

- ・運動不足
- ・飲酒
- ・喫煙習慣
- ・高血圧症
- ・糖尿病など

症状など

狭心症と心筋梗塞の大きな違いは、狭心症は心臓の筋肉は死ぬことはありませんが、心筋梗塞では心臓の筋肉は一部死んでしまいます。

	狭心症	心筋梗塞
血管の状態	冠動脈が狭くなり血液が流れにくくなっている	血栓で冠動脈が詰まる
症状	絞めつけられるような鈍い痛み(数十秒～10分程度)	恐怖感を伴う耐え難い痛み(20分以上)
安静にすると	治る	治らない
血圧	上昇	下降

※高齢者や糖尿病の方では痛みを感じない事があるとされています



狭心症と心筋梗塞では症状など違いがあるのね

【閉塞性動脈硬化症(ASO)】

心臓から出た血液が足先に流れる血管に動脈硬化が起こり十分な血液(栄養など)が行き届かなくなる事で起こる病気です

原因

- ・喫煙
- ・糖尿病
- ・高血圧
- ・慢性腎臓病など



動脈硬化って怖いわね...

症状

- ・冷感
- ・間欠性跛行
- ・安静時疼痛(何もしなくても痛みがある状態)
- ・下肢の潰瘍
- ・下肢の壊死

※初期症状では無症状の状態もあると言われています