



Dr. 佐々尾の健康カルテ

高齢者が増えるにつれ、「めまい」「ふらつき」を訴える方が増えており、4人に1人が日常的にあるとされます。これだけ日常的に見られるということは、たいていの場合には問題がないと言えます。私たちはそれを実感しているため、患者さんには問題ないことを伝えますが、患者さん自身にすると病名がつかないことを理解できず不安が多いようです。そして受診した違う病院で「メニエール病」など適当な病名がつかないことがあります。：「メニエール病」は滅多にお目にかかることがない病気であるはずですが、なぜだかよく見かけます。

高齢者にこのような訴えが多くなることには理由があります。まずは筋力の衰えです。体を支えている筋肉(足や背骨周りの筋肉など)の力が落ちるとふらつきます。平衡感覚を司る場所(三半規管など)も年齢とともに衰え、めまいのような感覚を受けることがあります。高血圧があれば、血圧が高い時や、薬を飲んで下が

「めまい」と「ふらつき」

る時にめまいがしたり、糖尿病があれば自律神経障害を起こしますし、高血糖・低血糖ともふわふわしためまいを訴えることがあります。睡眠薬を内服している場合は、筋肉を緩める作用があることとなり、年齢とともに体に残りやすくなり、ふらつきてしまうことがあります。薬が多いと相互作用の可能性もあります。

対処法としては、栄養をきちんと摂ること、そして運動を適切に行うことです。薬が多い場合は、医師と相談してみましよう。とくに安定剤(テバスやリーゼ)は高齢者では「危険な薬」ですから、これも医師と相談をして、できる限りやめるようにすべきです。もちろん、中には命に関わるめまいもあります。ただめまいやふらつきは多くの人が経験しているものなので、問題ないことが多く、事前に対処できることがあることを知ってもらえればと思います。

(北海道立羽幌病院

副院長 佐々尾 航 (医師)

北海道立羽幌病院からのお知らせ【平成29年11月分外来診療体制】

		月	火	水	木	金	応援医師等	受付時間
午前	予約優先	○	○	○	消		消は消化器 佐々尾医師 呼は呼吸器 重原医師	8:00~11:00
	予約制	○	○	○	○	○	(第4水曜日は休診) 循は循環器(*第4水曜日 22日) 留萌市立病院 高橋医師	
	予約外	○	○	○	○	○	札幌医大 木村教授(16日)	8:00~11:00
	予約制	○			○		引野医師(6日・20日) 留萌市立病院より(2・16・30日)	※完全予約制
午後	予約外	○	○		○			13:30~15:00
	予約外	○	○		○		(7日・9日・13日・21日・27日)	13:30~15:00
	予約制		○		○		渡部整形外科より(14日・28日) 留萌市立病院より(2・16・30日)	※完全予約制
小児科		○	○	○	○	○	旭川医大 井上講師 月2~3回 月曜日(13日・20日予定)	8:00~11:00
婦人科 (毎週火曜日)			○				金野医師	8:00~11:00 13:30~15:00
眼科 (毎週火曜日及び第1・3水曜日)			○				旭川医大より	※完全予約制
泌尿器科 (毎週木曜日)					○		札幌医大より	8:00~10:30 ※予約制
耳鼻咽喉科 (第1・3・5水曜日)				○			札幌医大より(1日・15日・29日)	8:00~11:00 ※予約制
皮膚科 (毎週月曜日)		○					札幌医大より	8:00~11:00
精神科		月1回(紹介患者のみ)					札幌医大より	※完全予約制
巡回診療		上築集会所：第1火曜日(7日) / 中央老人寿の家：第1木曜日(2日)						14:30~15:30
人間ドック・特定健診		人間ドック：毎週水・金曜日 / 特定健診：月~金曜日						※予約制

注1 外科と整形外科の外来は、午前は緊急性のある方のみ受付となり、定期受診や関節注射は午後となります。

注2 内科と外科・整形外科を同日受診希望の方は、同日の内科の午後外来を予約できます。

お問い合わせ 北海道立羽幌病院 ☎ 62-6060