

パーキンソン病と ともに歩む みなさまとご家族のかたへ

監修 医学研究所 北野病院 神経センター 脳神経内科
主任部長 高橋 牧郎 先生



メモなどを書きこんで、
主治医や医療スタッフとのご相談にもご活用ください

パーキンソン病ってどんな病気？

パーキンソン病とは、脳のドバミンが不足して運動のコントロールがうまくできなくなる病気です。

主な運動症状

- 手足がふるえる
- 動きが鈍くなる
- 体のバランスがとりにくい
- 筋肉がこわばる
- 体が傾く、腰が曲がる

脳の中心部に運動機能をコントロールするドバミンをつくる神経があります。

●通常 運動のコントロールができる
脳神経細胞
ドバミン
ドバミンの放出
ドバミン受容体
ドバミンが十分に作られている

●パーキンソン病 運動のコントロールがうまくできない
ドバミンの量が減少している

主な非運動症状

- 気分が落ち込む
- よく、見間違いをする
- 寝言がひどい（多い）
- 便秘
- 夜間頻尿

パーキンソン病は、患者さんによって進行スピードや症状のあらわれ方が異なります。
パーキンソン病そのものを治すおくすりや治療はまだありませんが、症状をやわらげることや生活の質を保つことはできます。おくすりによる治療とリハビリテーションを適切に行いましょう。

パーキンソン病にはこんな治療があります

おくすりによる治療とリハビリテーションを中心に行います。

症状にあわせて、機器を使った治療（デバイス療法など）を行う場合もあります*。

*おくすりによる治療で十分な運動症状の改善が得られない場合など

●おくすりによる治療

患者さんの状態や症状にあわせて、適切に組み合わせて治療します。



- ・ドバミン系薬剤
不足したドバミンの作用を補います。
- ・非ドバミン系薬剤
ドバミン不足により乱れた神経のバランスを整えるなど、ドバミン系薬剤とは異なる作用のおくすりです。

●リハビリテーション

運動機能の維持と改善のため、おくすりによる治療とあわせて行います。



●他の治療法（デバイス療法など）

- ・脳深部刺激療法(DBS)
脳に電極を埋め込んで電気刺激を与える治療法です。



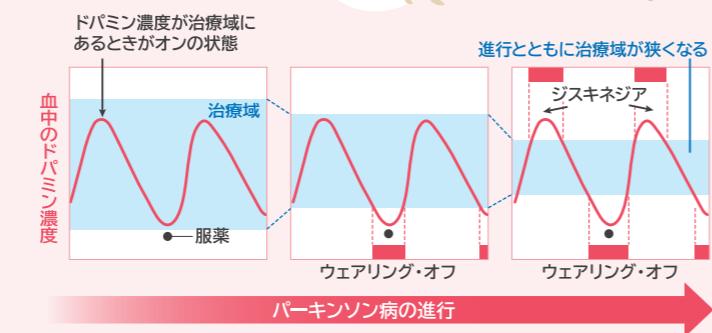
- ・経腸療法(LCIG)
ポンプとチューブで直接胃ろうから小腸に、L-ドバ製剤を持続的に注入する治療法です。

- ・集束超音波治療(FUS)
ふるえの原因となる神経回路に、頭の外から超音波を集中させて熱凝固させ、症状を軽減させる治療法です。

病気が進行すると薬効が不安定になり、運動合併症を引き起こすことがあります

●ウェアリング・オフ

L-ドバが効いている時間が短くなる現象で、1日の中で症状が良くなる時間帯（オン）や悪くなる時間帯（オフ）が出てきます。



●ジスキネジア

自分の意思に反して手足が勝手に動きます。

このような場合はおくすりの調整が行われます

- ・おくすりを服用するタイミングや量を変更する
- ・他のおくすりを追加する

ウェアリング・オフチェック



こんな症状はありませんか？

ウェアリング・オフは運動合併症のなかで最も早くあらわれることが知られており、よりよい治療計画を立てるためには早期に的確に診断することが重要です。

診断には患者さんの訴えが大切になりますので、思い当たる症状がある方は、主治医に相談しましょう。

運動症状 運動機能の変化

1日の中で症状がある	<input type="checkbox"/>	手足がふるえる	<input type="checkbox"/>	動きが鈍くなる	<input type="checkbox"/>	体のバランスがとりにくい	<input type="checkbox"/>	筋肉がこわばる	<input type="checkbox"/>	手先の細かい作業がうまくできない	<input type="checkbox"/>
くすりを飲むと症状が軽くなる	<input type="checkbox"/>										

非運動症状 感情、思考感覚、自律神経系の変化

1日の中で症状がある	<input type="checkbox"/>	気分が落ち込む	<input type="checkbox"/>	考えがまとまらない	<input type="checkbox"/>	汗をかく、体のほてりや寒気を感じる	<input type="checkbox"/>	脱力感がある	<input type="checkbox"/>	するどい痛み、にぶい痛みがある	<input type="checkbox"/>
くすりを飲むと症状が軽くなる	<input type="checkbox"/>										

特に気になる症状や困っていることはありませんか？

一緒に取り組んでいきましょう！



パーキンソン病は、その人にあった治療を行なながら、上手に付き合うことが必要な疾患です。不安に思ったりわからないことがある場合は、主治医や医療スタッフへご相談ください。

メモ

協和キリン株式会社

NRT0215
2022年4月作成
KKC-2022-00102-1

おうちでできる! リハビリテーション

パーキンソン病の方は、体の動きが小さくなりがちです。
体を大きく動かすことを意識した運動を取り入れ、運動機能の改善を目指しましょう。

いすを使った運動

- ①いすの端に座り足を大きく開く



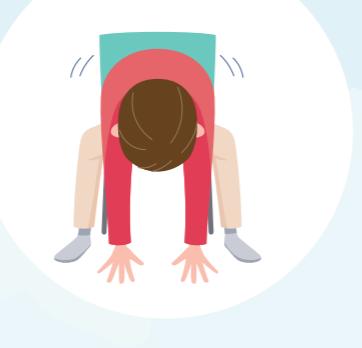
- ②できるだけ遠くを触るように腕を伸ばす



- ③天井に手をつけるように腕をゆっくり上にあげる



- ④上半身をゆっくりと前に倒して床に手をつける



- ①片方の腕を大きく横にあげる



- ②足と腕を大きく伸ばす



反対の腕も同じように行いましょう

発声練習

大きな声を出す練習は、「話す」「飲み込む」機能の改善につながります



背筋を伸ばして大きく息を吐くと同時に声を出す



本や新聞を大きな声で読む



「おはよう」「ありがとう」を大きな声で言う

壁を使った運動

- ①壁に向かって立ち、両手を壁についてゆっくりと押す



- ②片足を後ろに引いて、壁側のひざは軽く曲げる



- ①両手のひらと胸を壁に付ける



天井に手をつけるように体を押し上げる

歩く運動

※転倒に十分注意し、可能であれば介助の方と一緒に行いましょう

- ①しっかりと体を起こす



- ②大きな動作で歩く



- ③メトロノームのリズム音や声かけにあわせてリズミカルに歩く

