

晴嵐かなざわ

第63号

平成26年3月 発行

発行者 老人福祉センター 晴嵐かなざわ



【老化にともなう消化器の病気と症状】

◎はっきりと現われない症状

お年寄りだけに生じる消化器の病気というのはありません。しかし、お年寄りは、老化にともない、神経系や各器官などの機能も低下し、血管を含む内臓の組織も弾力性を失ってきます。したがって、同じ病気でも、お年寄りとは若い人とは、症状や経過が異なることはよくあります。一般にお年寄りの場合は、消化器の病気があっても、その病気の特徴的な症状がはっきりと現われることがきわめて少ないことがしばしば見受けられます。したがって、現われた症状だけで判断することは危険です。とくに、かかりつけの医師（ホームドクター）に健康管理をしてもらったり、定期的に健康診断を受けたり、また体調がいつもとちがうと気づいたら早めに受診することを心がけてください。また、お年寄りは、生活習慣病などで、数種類の薬を常に服用していることが珍しくありません。そのため、薬の副作用による胃腸障害がときにみられます。受診の際には、服用している薬の内容を必ず医師に伝えてください。

■胃もたれ

お年寄りの症状のなかで、もっとも訴えの多い不定愁訴（ふていしゅうそ）（時間や程度の定まらない不快感や苦痛）の1つです。原因としては、消化管疾患、肝胆膵疾患（かんたんすいしつかん）、感染症（かんせんしょう）、心肺腎疾患（しんはいじんしつかん）、代謝疾患（たいしゃしつかん）、精神疾患、薬剤の副作用など数多くのもがあります。また、お年寄りには胃下垂（いかすい）や寝たきりの人が多いのですが、そのような人は胃腸の運動機能が低下しており、とくに慢性胃炎（まんせいいえん）があると胃もたれを感じます。胃もたれは消化管のがんなど、重大な疾患が原因であることもあります。症状が続くときには必ず受診し、胃の検査を受けるようにしましょう。

■便秘（べんぴ）

お年寄りは腸管運動力が低下していることが珍しくなく、そのためにしばしば常習性便秘がみられます。とくに、寝たきりなど、運動不足になると必ずおこります。また、抗コリン薬、抗うつ薬などの内服剤による便秘もよくあります。慢性便秘はしばしば放置されがちですが、便秘や便が細くなるのは大腸下部のがんが原因の場合もあります。便の出方や色がいつもとちがう場合は、検便および大腸の詳しい検査が必要です。このように、便秘では原因をよく調べ、必要なら治療することがたいせつです。

■痔（じ）

お年寄りのなかには、便秘や脱肛（だっこう）にともない、痔に悩んでいる人が多くみられます。痔は年齢とともに増加し、高齢者の70～80%以上の人にみられるという統計もあります。内痔核（ないじかく）ができた場合、出血しても痛みがありません。そのため放置されがちですが、直腸のがんやポリープからの出血を、内痔核からの出血と誤って放置してしまわないよう、出血が続く場合は必ず検査を受けましょう。肝硬変（かんこうへん）のお年寄りには、合併症である門脈圧亢進症（もんみゃくあつこうしんしょう）に起因した痔がみられることもあります。原病の肝硬変の治療が必要です。

3月の予定

日	月	火	水	木	金	土
						1 いきいき 春の芸能祭り
2 いきいき 春の芸能祭り	3	4	5	6	7	8
9	10	11 健康相談	12	13	14	15
16	17	18	19 いきいき 映画祭	20 健康チェック	21 春分の日	22
23 30	24 座談会 31	25 健康相談	26	27	28	29 休館日

☆ いきいき春の芸能まつり

いきいき春の芸能まつりを開催します。

晴嵐かなざわ 4階大広間

3/1 (土) 9:20~16:00

3/2 (日) 9:20~15:30

☆詳細は運営委員にお尋ねください。



☆ 大広間健康生活座談会

3/24 (月) 晴嵐かなざわ 4階大広間

- 13:00~13:50 災害時の避難場所について
- 13:50~14:00 かもめ体操

☆ いきいき健康チェック

金沢区福祉保健センター看護師による血圧測定・介護予防に関する相談等

いきいきセンター3階事務室前

3階事務所前 12:00~13:00

☆ 健康相談

森医師による血圧測定・健康相談等

3階事務会議室 13:00~14:30



ほら、
よこはまは
あったかい

健康と福祉の増進、いきがいに貢献する

老人福祉センター **横浜市晴嵐かなざわ**

〒236-0021 横浜市金沢区泥亀一丁目21番5号

(いきいきセンター金沢内)

電話 045-782-2908 FAX 045-782-2909

