

医療ルネサンス

No.7710

多発性硬化症

1/5

しびれなど症状様々

大阪府豊中市の中学校教諭、中山育枝さん(33)は2021年1月、唇のしびれに気がついた。翌日以降、舌と頬にも広がった。症状はいずれも右半分。じんじんとしたしびれが、朝起きてから夜寝るまで続く。

撃されて炎症が起き、発症するとされる。神経の電気信号がうまく伝わらなくなり、様々な部位にしびれが出たり、歩行障害を引き起こしたりする。こうした症状が比較的安定した「寛解」の時期と、強く出る「再発」を繰り返すことが多い。

気になって自宅近くの病院を受診した。3月、入院して脳などのMRI(磁気共鳴画像)検査や髄液検査などを受け、難病の多発性硬化症と診断された。免疫の働きに異常が生じ、脳や脊髄などの神経線維を覆う鞘が攻

中山さんは入院中、炎症を抑えるステロイドを点滴で投与する治療を受けた。しびれは取れたが、倦怠感などの症状は残る。歩く時に膝や足首に力が入らず、ぐらつくこともある。

現在は、大阪大病院に月1回通う。これまでの薬では調子の良い状態が続かないと感じ、炎症を起こす免疫細胞の働きを抑える別の注射薬で治療を始めた。

主治医で大阪大神経内科准教授の奥野龍植さんは「多発性硬化症は、治療を始めるまでに時間がかかると、炎症の部位が増えて、将来、体の機能障害が進行することにつながります」と指摘。「初期の症状を見逃さず、早期に治療を始めることが重要です」と強調する。



「これからも教壇に立ち続けたい」と話す中山さん(中山さん提供)

くらし 家庭

中山さんの場合、診断時には既に炎症が多くの部位に広がっていた。「思い返せば、以前から右手などにしびれや痛みが続き、気がついたら消えていたということがありません。当時は病気だとは思わなかった」と振り返る。

多発性硬化症は、複数の作業を同時にこなせない、もの忘れをしてしまうといった認知機能低下の症状を訴える人もいる。

中山さんには、もうすぐ2歳になる長男がいるが、面倒を見ながら家事をこなすことができない。夫婦の夕飯の支度は、子どもが寝た夜8時以降に始めるなどして、何とか生活を成り立たせているという。「生活は大変ですが、教育現場に立ち続けていきたい。治療で少しでも症状が改善できれば」と話す。

奥野さんは「多発性硬化症は20〜30歳代で発症する人が多い。しびれやふらつき、手足を動かすににくいといった症状が何日も続き、いつの間にか消えているというところを繰り返す場合、神経内科などを早めに受診してほしい」と助言する。

(このシリーズは全5回)



*過去記事は「ミドクター」で

てアルバイトで生活しています。娘は学生時代から演劇に興味をもち、食べたくないと言いつつも「好きなことを続けたい」と、小さな劇団に所属。こちらもアルバイト暮らしです。生活を安定させるようにと何度も言いましたが、聞く耳を持ちません。2人とも30代。

30代息子と娘 定職な

を抱き、家族をいづのを見ても孤独を感じない」と言いつつも、何をすべきかわからない。娘は正月ですが、息子は帰りません。ように米など送っています(滋賀)

人生案内

久田 恵 (作)

息子さんは会社を辞めた後、親に依存せず、再び家を出て働き始めました。転んでも起き上がった、わが道を進む、それでいいのだと思います。親が「孫がいな

娘さんは、困難をわかってうえで、自分の好きな道を進む強い意志がある。すてきだと思います。人生に安全な道はありません。特にこれからの日本は、なかなか大変。コロナ後の不況の中、皆が紆余曲折を経ていろんな体験から学び、なんとか成長していかねばならない時代です。お子さんがせつなく、素手で自分の人生を切

りひらこうとしてすから、「頑張ってください」というで見守ってあげるかと思っています。あなたが自分の人でいきいきとしましょう。そういう親が子にとって一番いい親。安心して、自分の中して取り組めなくて、親の家は時々なくなる止まり木場所になるでしょ



「二次性進行型」に新薬

多発性硬化症は、症状が強く出る「再発」と、比較的安定する「寛解」を繰り返すタイプが多く、薬で再発を抑えることが重要となる。ただ、一部の患者は再発を繰り返した後、痛みやしびれなどの強い症状がないのに、歩行障害などの症状が徐々に悪化する「二次性進行型」というタイプに移行することがある。

東京都あきる野市の坂本直輝さん(37)も、その一人だ。2007年、23歳の時、脚が動きにくいなどの症状が出て、多発性硬化症と診断された。免疫の働きに異常が生じ、脳や脊髄などの神経線維を覆う鞘が攻撃されて炎症が起きることが原因とされる。入院して、ステロイドの点滴治療で症状は治まった。退院後は、再発予防のために2日に1回、インターフェロン製剤を自分で注射していたが、

「打つのがストレスで数年でやめてしまった」という。その後、坂本さんは17年までに2回の再発を経験した。脚にずきんずきんとした強い痛みを感じ、階段の上り下りができない。手の感覚も鈍くなり、物をうまく握れないなどの症状も出た。そのたびに入院してステロイド治療を受けたが、2回目の再発後、主治医で東海大八王子病院脳神経内科講師の徳岡健太郎さんに「再発を繰り返さないように、予防薬は使った方がいい



体力を維持するため、自宅でバイクをこぐ坂本さん

「打つのがストレスで数年でやめてしまった」という。その後、坂本さんは17年までに2回の再発を経験した。脚にずきんずきんとした強い痛みを感じ、階段の上り下りができない。手の感覚も鈍くなり、物をうまく握れないなどの症状も出た。そのたびに入院してステロイド治療を受けたが、2回目の再発後、主治医で東海大八王子病院脳神経内科講師の徳岡健太郎さんに「再発を繰り返さないように、予防薬は使った方がいい

「打つのがストレスで数年でやめてしまった」という。その後、坂本さんは17年までに2回の再発を経験した。脚にずきんずきんとした強い痛みを感じ、階段の上り下りができない。手の感覚も鈍くなり、物をうまく握れないなどの症状も出た。そのたびに入院してステロイド治療を受けたが、2回目の再発後、主治医で東海大八王子病院脳神経内科講師の徳岡健太郎さんに「再発を繰り返さないように、予防薬は使った方がいい

い」と諭された。そこで、炎症を抑えて再発を予防する飲み薬を使い始めると、状態は安定し、再発もなくなった。しかし、しだいに脚を動かすのしんどいと感じるようになった。続けて歩ける距離が短くなり、速度も遅くなった。

徳岡さんは、坂本さんが、強い症状がなくても少しずつ症状が進行する二次性進行型に移行している可能性がある」と診断。20年12月に「メーゼント」という飲み薬に変更した。日本で初め

て二次性進行型に効果が認められた薬で、この年の8月に国内でも保険適用された。炎症を起こす原因とされる免疫細胞が脳や脊髄に入るのを抑える作用があり、再発予防だけでなく進行を抑制する効果が期待できる。

「メーゼントにしてから症状の進行をあまり感じなくなった」と坂本さん。いったん仕事を辞めていたが、「体調が良くなってきたので、今後は就職活動もしたい」と意気込む。

再発予防薬は続々と登場している。飲み薬や注射薬など8種類が国内で使えるようになり、治療の選択肢が広がった。徳岡さんは「最初は、最初から効果の強い予防薬で、確実に炎症を抑える治療を行うことも多い。主治医とよく相談し、その時の症状や生活スタイルに合わせて薬を選ぶことが重要」と話している。



*過去記事はヨミドクターで



動画はこちら

ヨグラタン

1.7g(人分)



と焼いて取り出す。

- 耐熱皿に、(2)、(3)を並べる。タマネギ、マヨネーズ、牛乳、塩、コショウ各少々を混ぜて、斜めに数本、線を描くように細くのせ、チーズをふる。
- 耐熱皿に、(1)を敷き、小麦粉適量をま
- (1)の水気を拭き、小麦粉適量をま
- 耐熱皿に、(2)、(3)を並べる。タマネギ、マヨネーズ、牛乳、塩、コショウ各少々を混ぜて、斜めに数本、線を描くように細くのせ、チーズをふる。
- 耐熱皿に、(1)を敷き、小麦粉適量をま

きて

中北さん 1083.5円
メーゼント錠 0.25mg 2mg 8668.0円

- *材料
- 生タラ 2
 - マネギ(みじん切り) 大さじ1と1/2杯
 - ピザ用チーズ 30g
 - 白ワイン 大さじ1杯
 - マヨネーズ 大さじ1と1/2杯
 - 牛乳 大さじ1/2杯

- *作り方
- タラは幅1.5cmに切り、粗塩小さじ1/2杯、コショウ少々、白ワインをふって10分おく。
 - ブロッコリーは小さめに切り分け、水にさらす。たっぷりの熱湯に塩適量を加えて、1分半ほどゆで、ザルにあげる。
 - (1)の水気を拭き、小麦粉適量をま

40代の主婦。夫はもとと他人に興味のない人でしたが、結婚20年近くに、3人の子どもの親になっても、自分以外への興味も感情もない

い溝を感じる日々。子が終われば一緒にいることはない、と思ってしまう。終わるまでは、する覚悟です。万が一、子育て

妊娠、出産薬の影響考慮

「ようやく歩きをする姿
がかわいらしくて」

神奈川県藤沢市の会社
員・大久保麻衣さん(31)は、
1歳の娘の成長が楽しみ
だ。ただ、不安もある。活
発に走り回れるようになった
時、追いかけることがで
きるだろうか――。

2016年8月頃、働い
ていた空港で搭乗客を案内
するため走っていると、右
脚の前に出しづらいつ感じ
るようになった。そんな症
状を繰り返し、複数の医療
機関を受診した。だが原因
は分からなかった。

17年3月、受診した荏原
病院(東京都大田区)で、
難病の多発性硬化症と診断
された。「現実を受け止め
られず、毎日のように泣い
ていました」と振り返る。
その2年前に結婚し、子
どももほしいと思ってい
た。主治医で同病院神経内
科部長の野原千洋子さんに

相談すると、「病状を1年
間、落ち着かせてから考え
ましょう」と告げられた。
出産後に再発リスクが高ま
る可能性があるためだ。

この病気は、免疫の働き
に異常が生じ、脳などの神
経線維を覆う鞘が攻撃され
て炎症が起きるとされてい
る。野原さんは、妊娠や出産
への影響が少ない薬を選ん
だが、大久保さんの炎症は
治まらなかった。

そこで、炎症を抑える効
果が比較的、強い飲み薬テ
娘が朝からぐずっていて

クフィデラに変更した。1
年ほど様子を見ると、病状
が安定。20年1月に妊娠が
判明し、飲み薬は中断した。
9月に出産。母乳は1週
間でやめ、薬を再開すると
決めていた。だが、その日
きても、なかなか決心が
つかない。「もつと母乳を飲
ませてあげたい。でも病気
が進行したら、この子を育
てられなくなる」。葛藤の
末、結局、母乳は10日間あ
げて再び薬を飲み始めた。

娘が朝からぐずっていて



1歳になった娘を抱っこする大久保さん。「一人
で歩くようになり、目が離せません」と話す

も、病気のせいで体に力が
入らず、動けない日もある。
「ずっと家にいたらつまら
ないよね。お散歩に行きた
いよね」。泣きじゃくる娘
の姿を見ると胸が痛む。

夫は、家にいる時は家事
や子育てを担ってくれる。
週末、ドライブに連れて行
ってもらって、夫がいる安
心感から心身ともにリラッ
クスできる。「一人で頑張
りすぎなくていいと思え
て、気持ちに楽になります」
と言った。

野原さんは「患者が出産
を希望する場合、妊娠前か
ら家事や子育てを家族で分
担できるか話し合っておく
ことが重要だ」と指摘す
る。

また、多発性硬化症の治
療薬の中には、胎児に奇形
が生じる恐れがあるものも
ある。野原さんは「子ども
を望む場合は、早めに主治
医に相談してほしい」と話
している。



*過去記事は「三
ドクター」で

過去のレシピ よみうりグルメ部

きょうのひと皿

*材料 2人分
温かいご飯300g / 牛
薄切り肉100g / モヤ
シ100g / ニンジン100
g / すり白ゴマ小さじ
2杯 / 刻みのり少々 /
キムチ30g / コチュジ
ャン小さじ1/2杯 / おろ
しニンニク少々 / 小ネ
ギ(小口切り) 1本分

*作り方
1. ニンジンは斜め千切
りに。

2. 耐熱ボウルにモヤシ、ニンジン
を順に重ね、ふんわりラップし、電子レ
ンジ(600W)に1分半かけ、水気

ワサビソース 2066.2円
トナリソース 4137.1円



1人分)
マ油小さじ
り白ゴマ、
ショウヨウ
各少々
を加えて混ぜる。
4. 牛肉は幅1cmに切
る。しょうゆ小さじ
2と1/2杯、砂糖同1/2
杯、ゴマ油と酒各同
1杯、おろしニンニ
クを加えて混ぜる。
5. フライパンを熱し、
(4)を水気を飛ばす

ようにいためる。
6. 器にご飯を盛り、(3)、(5)、キム
チ、コチュジャン、刻みのりを添え、
小ネギをふり、混ぜていただく。

20代後半の女性。学生時
代から交際している彼と結
婚を見据え、お互いの
母親にあいさつしたい
と考えているのです
が、私の母は「絶対に

母

ないままでは彼や彼
きません。私の話は「ま
てウソくさい。いちいち
くるのも疲れる」と
のこと。
母があいさつも
ないままでは彼や彼

医療ルネサンス

No.7713

多発性硬化症

4/5

治療と仕事 両立探って

多発性硬化症を発症したことで仕事ができなくなり、悩む人もいる。

看護師として働いていた茨城県ひたちなか市の宇野奈穂さん(35)は、2021年2月頃、右手にしびれが出て、右足の皮膚の感覚も鈍く感じるようになった。

3か月前に結婚、関西から同市に引っ越して新生活に慣れてきたところだった。

近くのクリニックでMRI I (磁気共鳴画像) 検査を受け、別の病院に入院。多発性硬化症と診断された。「難病と聞き、最初は自分

のことでと捉えることができず、入院中、ステロイドの点滴治療を受けた。



「つえがなくても歩けるようになり、いつか看護師の仕事に復帰したい」と話す宇野さん

「手のしびれは残っているけど、これなら働けそう」。6月から同クリニックで働き始めた。手に力が入らず、薬剤の容器のふたを開けづらい。病気のせい

で疲れやすく、帰宅するのぐったりしてしまう。それでも看護師を続けることができ、うれしかった。夏からは実家近くの関西医科大学総合医療センター(大阪府守口市)に飛行機で通い、治療にも積極的に取り組んだ。

しかし、働き始めて4か月たった10月、再発した。職場から帰る途中、右脚に力が入らず、歩けなくなった。仕事を休んで治療に専念したが、外ではつえをつかないと足元がおぼつかなくなかった。立ち仕事は難しくなり、2か月後に仕事を辞めた。「座ってできる仕事だけでも続けたかったけれど、かたがたありませんでした」と振り返る。

もともと自動車整備士だったが20歳代半ばで看護師を志した。過労で倒れて人生初の入院をした際、看護師がそばで励ましてくれた。「次は自分が人の役に立ちたい」。27歳で看護学校に入學し、30歳で資格を取った。「苦労して看護師になったのに悔しい」と涙ぐむ。

今は、21年に登場した新薬「ケシンプタ」を月1回注射し、経過をみている。主治医で、同センター脳

神経内科診療部長の近藤善之さんは「回復すると判断していたので、離職してしまっただけの残念です。症状が思うように良くなるなら、でも、工夫をして働くことはできます」と話す。

この病気になると、疲れやすくなったり集中力が低下したりする人もいます。近藤さんは「仕事に優先順位をつけ、大事なものを取り組むようにするとよい」と助言する。また、体温が上がる症状が出やすいという特徴もある。職場に病気のことを伝えられるのであれば、室温に配慮してもらったり、仕事の種類や量を調整してもらったりすると、働きやすくなる。

近藤さんは「多発性硬化症になっても、何もできなくなったりする必要はありません。治療の進歩によって以前と同じような生活を続けられる人が増えていきます」と強調する。

過去のレシピ よみうりグルメ部

きょうのひと皿

＊材料 2人分
カブ 2～3個 (約200g) / カブの葉 約50g / 厚揚げ 1枚 (約220g) / ショウガ 1かけ / だし汁 1カップ

＊作り方
1. カブはヘタを厚めに落として切り、皮ごと8～10等分のくし切りにする。葉は長さ3～4cmに切る。ショウガは薄切りにする。
2. 厚揚げは熱湯をかけて油抜きし、ザルにあげて水気を切る。縦半分に切ってから、厚さ1cmにそぎ切りにす



g (1人分)
にだし汁、しょうゆ、みりん、酒を大さじ1杯、塩少々、(2)、ショウガを入れて中火にかける。煮立ったら蓋をして中火弱で3分煮る。
4. カブ、葉の順に重ね入れ、再び煮立ったら蓋をして3～4分、カブにやや歯ごたえが残る程度に煮て、器に盛る。
◇
厚揚げの代わりにさつま揚げでも。その場合はしょうゆを半分減らしま

ケシンプタ皮下注射 2021年 23086019

30代前半の独身女性。研究関連の仕事です。自分のことで相談します。年々もあり、結婚したほうがいいのかもしれないが、人から好意を寄せられませんが、親の愛を大切にしたいです。

倒

恋愛だけでなく、友人もこちらに踏み込んでくるようになります。関係あるのかわかりませんが、親の愛を大切にしたいです。



＊過去記事は「ヨミドクター」で

医療ルネサンス

No7714

多発性硬化症

5/5



治療効果高い薬続々と

Q&A

多発性硬化症について、東京女子医科大八千代医療センター脳神経内科診療科長の大橋高志さんに聞いた。

「どんな病気ですか。」「脳や脊髄などの神経線維を覆う『ミエリン』という鞘が炎症を起こして発症する病気です。免疫機能に異常が生じ、鞘を攻撃すると考えられています」

「難病で、完治させる治療法はありません。若い女性に多く、国内では1万7000人ほどの患者がいるとされています」

「症状は。」「手足がしびれる、感覚が鈍くなる、力が入らない、まっすぐ歩けない、目が見えにくいなど様々です。二つのことを同時にできない、家事などを手際よく行えないという人もいます。」

東京女子医科大八千代医療センター脳神経内科診療科長 大橋高志さん



1988年北海道大医学部卒。公立昭和病院神経内科医長などを経て、2006年から東京女子医科大八千代医療センター神経内科(現脳神経内科)診療科長。同大准教授。

体温が上がると症状が一時的に強くなる『ウトウト現象』が起こる人もいます。「多くの場合、症状が比較的安定している『寛解』と、強く出る『再発』を繰り返します。寛解期でもくすぶるように炎症が続くと、症状が徐々に進行する『二次性進行型』に移行することもあります」

検査で脳や脊髄に炎症が多発しているかを調べたり、この病気をよくみられる症状があるかを確認したりするなどして診断します。「症状がしばらく続いても、いつの間にか消え、忘れた頃に別の症状が出ることを繰り返すため、医療機関への受診が遅れ、診断がつくまでに時間がかかる人もいます」

「どのように治療するのですか。」「再発を予防する飲み薬や注射薬などを使い、炎症が起こないようにします。アボネックスやベタフェロン(共にインターフェロン製剤)、コパキソンがこれまで使われてきました」

「免疫細胞が脳や脊髄に入るのを抑える働きがある薬など、治療効果が高い薬も次々に登場しています。テクファイテラ、タイサブリ、ケシンプタ、ジレニア、イムセラ、メーセントといった薬です。進行を抑制する効果が期待できる薬もあります。これらの薬を使って再発した場合、ステロイドを点滴で投与する治療をし、炎症を抑えます」

「日常生活を送る上で特段の制限はありません。妊娠や出産もできます。ただ、一部の治療薬は病原体から体を守る免疫の働きを低下させることがあり、新型コロナウィルスなどの感染には特に注意が必要です」

「たばこは病状を悪化させると考えられており、喫煙者は禁煙しましょう。また、ビタミンDが少ないと進行しやすいとされ、日光を浴びることも大切です。体を動かすことは大変だと思いますが、動かないと筋力が低下し、ますます動けなくなります。可能な範囲で運動しましょう」

(利根川昌紀)

「次は「続・不妊治療と養子縁組」です」

「MRI(磁気共鳴画像)診断方法は。」

くらし 家庭

できるだけタイプもある。少し入る幅が目安。まめに

連載「医療ルネサンス」は、原則、月曜日から金曜日の掲載です

過去のレシピ よみうりグルメ部 Q

きょうのひと皿

ブリのカレームニエル

時間の目安 30分/熱量 278kcal/塩分 0.9g (1人分)



＊材料 2人分

ブリ(切り身) 2切れ/カリフラワー120g/スナップエンドウ3~5本/カレー粉少々

＊作り方

- 1.ブリは酒大さじ2杯を絡めて水気を拭き、粗塩小さじ1/2杯を両面にふって20分おく。
2.カリフラワーは食べやすい大きさに切り、スナップエンドウはヘタと筋を取り、ともに水にさらして、水気を切る。

- 3.熱湯3カップに塩、油各小さじ1杯をいれ、カリフラワーとスナップエンドウを入れて1分半ゆで、ザルにあげる。
4.ブリは水気を拭き、両面にカレー粉をふる。
5.フライパンに油大さじ1/2杯を熱し、ブリに小麦粉適量をふり、盛り付けで表になる面を下にして、中火弱で焼く。身の厚みの半分以上色が変わったら返して焼き、(3)と盛る。

ブリは厚みがあるので、弱めの火でじっくり焼きます。 今泉久美