

パーキンソン病

国立鈴鹿病院院長 小長谷正明

パーキンソン病の主な症状はふるえ(振戦)、筋肉の緊張が強くなって体が固くなること(固縮)、動作が鈍くなって動きが少なくなること(寡動)、それに姿勢の調節の反射が悪くなって倒れやすいことです。これらの症状が、何時とはなしに徐々に起こってきます。以前は、治療法のない難しい病気の一つでしたが、今では、病気の原因もかなり分かってきており、また、有効な薬も使われるようになり、病気をうまくコントロールすることができるようになりました。しかし、経過の長い慢性疾患ですので、焦らずに病気とうまく付き合っていくことが大切です。よく、このパンフレットを読んで、療養に心掛け、病気をうまく克服してください。病気のこと、治療のこと、日常生活の上での注意、病気が重くなった人の看護や介護のポイント、療養に便利な機器、福祉面からの援助などについて書いてあります。

では、どんな病気なのでしょう。

この病気は脳血管障害の次に多い運動障害の病気で、日本では、人口10万人あたり150人くらいの患者さんがいます。男女での差はなく、また大部分の人では遺伝性はありません。歴史的には、1817年にイギリスのジェームス・パーキンソンという医者によって振戦マヒという名前で報告され、現在では、彼の名前をとってパーキンソン病と呼ばれるようになりました。

パーキンソン病の症状

ふるえ: 振戦と言えぱパーキンソン病と言うぐらいに、よくふるえる病気です。1秒間に四から六回くらいのサイクルで、典型的な場合は指で何かを丸めるようにふるえる。仁丹のような丸薬を丸めるような動作なのでピル・ローリング・トレモアと呼ばれています。ピルとは丸薬のことで、トレモアとはふるえのことです。何もしないでじっとしている時にふるえが出たり強くなったりします(静止時振戦)が、睡眠中には消えています。もちろん、ふるえはパーキンソン病以外にも色々な病気で出ますので、キチンとした医師の診断が必要です。

体が固いこと: パーキンソン病では筋肉の緊張が高くなります(固縮)。他の人が患者さんの肘を曲げたりすると歯車を回すときのようなギクギクとした抵抗を感じ、これを歯車現象と呼びます。もちろん、肘だけではなく、体中の関節が固くなります。

動作が鈍いこと: 患者さんが一番困ることは動作がしにくいことです。鈍くなり、スローモーになり、また、動作自体が少なくなります。姿勢は前屈みで、歩くのはとぼとぼと小またで、手の振りは小さくなります。動作の開始は遅く、歩き出しの第一歩が出にくくなったり、すくみ足になったりすることもあります。かと言って、歩いていて急には止まれず、どんどんと加速してしまう突進現象もあります。

まばたきは減り、表情も乏しくなって、能面のような顔つきになります(仮面様顔貌)。小さな字を書き(小字症)、動作が全て小さくなる傾向があります。

しかし、患者さんと力競べをしてみると、見掛けの弱々しさの割には筋肉の力は十分あります。だから、本当の意味での麻痺ではなく、体を素早くスムーズに動かせないのです。

口やのどの症状: 患者さんの中にはどもりが強くなったり、声が小さくて単調なしゃべり方になることもあります。重い人では食べ物が飲み込みにくくなったりむせたすることもあります。

心の症状: 心も不活発になるようで、落ち込み気味で、うつ傾向があります。中にはボケる人もいます。

パーキンソン病では症状の軽い人もいれば、重症の人もいます。ヤールという人の障害度分類では、1度は片方の手足だけの障害の人、2度は左右とも障害されているが非常に軽い人、3度は障害はあるものの日常生活が自立できる人、4度は介助がいる人、5度は寝たきりの人となっています。しかし、患者さんが皆重症になるわけではありません。

原因

どの様な人がなりやすいかという研究では、野菜が少ない偏食家で、タバコも酒もやらず、無趣味で仕事中心かつ几帳面で内向的、30歳以降に体操をしない人に多いとのこと。タバコは肺癌などのように健康の大敵と言われていますが、なぜかパーキンソン病だけは発症させない因子とのこと。でも、これらのことが、どのような具合にパーキンソン病の発病につながっているのかは分かっていません。

では脳の中の変化はどうでしょうか。パーキンソン病のふるえや、体が固くなったり、動作障害などの症状は、脳の中の黒質という部分の神経細胞が障害されて、数が少なくなって起こります。この部分の神経細胞にはメラニンという黒い色素が含まれていて、普通は黒く見えるのでこう呼ばれています。黒質の神経細胞はドパミンという物質をつくっています。ドパミンは神経細胞と神経細胞との間のシグナルの伝達をしている重要な物質です(神経伝達物質)。パーキンソン病の患者さんではこのドパミンが足りなくなっているため、体をスムーズに動かすための神経細胞がうまく働かなくなっているのです。

また、ドパミンの働きを弱める薬を飲んでいて、パーキンソン病の症状(パーキンソニズム)が出てくるのが時にあります。心の病気に使う安定剤や、吐き気止めなどが多く、注意しなければなりません。パーキンソン病の症状で医者にかかる時は、どのような薬を飲んでいるかをよく相談して下さい。

治療

原因が分かれば、治療薬の方向も決まってきます。ドパミンが足りないのですから、これを患者さんに使えばよいのですが、口から飲んだり注射したドパミンは脳には届きません。脳の組織に入る血液中の物質をチェックする血液脳関門(BBB)というメカニズムがあるからです。ドパミンはここを通してもらえません。そこで、BBBを通過した後に脳の組織の中でドパミンになる物質のLドパが使われています。うまくいくと劇的に患者さんのふるえはなくなり、固縮が取れて筋肉は柔らかくなり、動きも活発になってスタスタ歩く、能面のような顔の表情もニコニコと生き生きとしてきます。ただし、この物質は吐き気を催したり、循環器系の副作用が出て来ますので、今では少ない量で効くように工夫された薬になっています(ネオドパストン、ネオドパゾール、メネシット、マドパーなど)。

脳の神経細胞のドパミンに対する感受性を高める受容体アゴニスト(パーロデル、、ペルマックス、カバサル、ビ・シフロール、レキップ)やLドパの分解を阻止するセレギリン(FP)が最近よく使われています。また、病気がまだ初期で黒質の細胞が残っているときには、神経終末からドパミンを出やすくするアマタジン(シンメトレル)という薬を使うこともあります。体を動きやすくしたり、すくみ足に効くLスレオドプス(ドプス)は日本で開発されました。

足りなくなっているドパミンと反対の作用のある、アセチルコリンの働きを抑さえる抗コリン剤(アーテン)もパーキンソン病の患者さんの治療に使うこともあります。

脳外科的には、脳の視床下核や淡蒼球に極細の電極で刺激する深部刺激法(DBS)がおこなわれることもあります。

副作用

先に述べたように、Lドパの副作用に吐き気があります。これは他のパーキンソン病の薬でも同様です。ですから、まずは少量から薬を飲んでもらい、少しずつ量を増やすようにしています。それでも吐き気のある人には、パーキンソンの症状を悪くしないようなドンペリドンなどの吐き気止めを同時に飲んでもらいます。

飲んだLドパの一部は脳に届く前にドパミンに変わります。ドパミンは血管や心臓などの循環器系にも作用するので、血圧が高くなったり、脈が早くなったり、時には低血圧になったりします。

薬が効きすぎて、口がモグモグと動いてしまったり、手足が勝手に動く不随意運動が現れることもあります。また、Lドパを長く飲んでいると、オン・アンド・オフ現象や日内変動など、効き方にムラが出てくることもあります。薬の量や、飲み方、種類についてよくお医者さんと相談して下さい。

時には、幻覚や妄想などの精神症状が出ることもありますし、一日の中で動けるときと動けないときが出てきたりします。時にはスイッチが入ったり切れたりするように極端なことがあります(オン・オフ現象)。このような時は、素人判断は危険です。薬の内容、飲み方に工夫がいらします。症状の変動が強い場合はDBSの適応もあります。

薬にはどうしても副作用の問題があります。とくにパーキンソン病の薬はいろいろと出ることもありますので、十分注意して下さい。しかし、素人判断で止めたりすると、パーキンソン病の症状が悪くなり、全く動けなくなります。そして、40度以上の高熱と体が固くなり、筋肉が壊れる悪性症候群がおこりかねません。時には命取りにもなりますので、薬に関してはよくよくお医者さんと相談して下さい。

慢性の病気で、薬をずっと飲むことになりますので、患者さんに焦りが出てきます。副作用があったり、効きめが下がることもあり、治療を受け続けることに迷いが起こることもあります。薬を何時までも飲んでいてはかえって危ないなどと、おためごかしに無責任な知恵を授けてくれる人も出てきます。しかし、患者さんにとって大事なことは、その病気に詳しいお医者さんや看護婦さん、保健婦さんなどの専門家と一緒に頑張っていくことです。

食事療法

糖尿病のように、食事で治療というわけにはきませんが、食事の工夫によってはLドパの効きをよくします。また、どうしても便秘になりがちですので、線維分の多い食事内容がよいでしょう。

腸からのLドパの吸収をよくするためには低蛋白食が良いと言われています。しかし、蛋白質なしで人間は生きて行けませんので、朝と昼は蛋白質を少なめにし、夕食は多めにします。夜は寝るだけですから。

ビタミンCも重要のようです。飲み水もレモン水にしたら、効果があったという報告もあります。