奈良県立医科大学
Nara Medical University

平城京スタディ通信

2019 秋

疫学・予防医学講座
教授　佐伯　圭吾
（さえき　けいご）

残暑も厳しいですが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。

平成22年から、奈良県内の60歳以上の方を対象に実施してきました健康調査ですが、先ごろ3000人目の方の測定を実施いたしました。この健康調査は、桜井市・宇陀市・曽爾村では住環境調査として、明日香村では明日香健康プロジェクトとして、生駒市・香芝市・橿原市ではすいみんリズム健診などの名称で実施してまいりました。一方、私どもの研究活動としては、平城京スタディという研究名をつけて学会や科学誌にその成果を発表し、近年では新聞などのメディアでも取り上げていただく機会も増えてまいりました。これもひとえに皆さまのご理解とご協力による賜物だと感謝しております。

年2回程度お送りさせていただいている、この通信も今回より「平城京スタディ通信」という名称でお送りさせていただきます。これからも皆様の健康の役に立つような情報を発信していけるようにスタッフ一同頑張ってまいります。どうぞひきつづき、よろしくお願いいたします。

また「追跡調査」として、皆さまの健康を見守るアンケート調査や、会場にお越しいただき血液検査や動脈硬化検査などの健診も行う予定であります。改めてご案内いたしますので、ご協力をお願いいたします。

市町村別参加人数 （計3,012人）			
香芝市	1,000	磯城郡	36
明日香村	682	吉野郡	20
生駒市	408	葛城市	19
橿原市	374	奈良市	18
桜井市	137	御所市	17
宇陀市	81	生駒郡	11
曽爾村	72	大和郡山市	10
大和高田市	52	天理市	8
北葛城郡	49	その他（五條市、山添村等）	18

市民講座のお知らせ

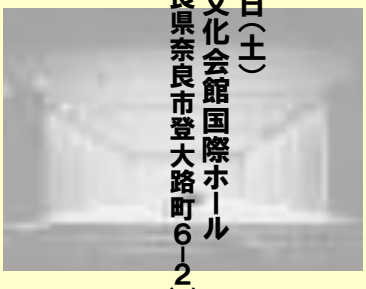
平城京スタディにご参加いただいた方の健康に役立ちたいという思いから、今回、市民公開講座を行うことになりました。

内容としては、認知症や骨折など、将来の要介護につながる身近な病気の話や高齢化社会で実際に介護や福祉に取り組まれている医療機関や自治体の話などを、専門家をお招きして、分かりやすく説明していただく予定です。

ご興味のある方は、別紙をご参照いただき、ふるってご参加ください。先着順とさせていただきますので、お早目のお申し込みをお願いいたします。

なお、席数に限りがございますので、この通信が届いた「ご本人様のみ」を対象とさせていただいております。悪しからずご了承ください。

皆様のご応募をお待ちしております。



◆日時　11月9日(土)
◆場所　奈良県文化会館国際ホール
（奈良県奈良市登大路町6-2）

Interview 専門医に聞きました

パーキンソン病についておしえてください

奈良県立医科大学
脳神経内科
准教授 **形岡博史**

形岡先生はパーキンソン病をはじめ、様々な神経疾患を数多く経験している神経内科スペシャリスト。パーキンソン病の睡眠障害や生体リズム障害について研究されています。今回は、パーキンソン病について教えていただきます。

◆日本神経学会専門医・指導医
◆日本内科学会認定総合内科専門医

Q1. パーキンソン病とは？

A. パーキンソン病は、振戦・固縮・寡動の三つの症状を特徴とし、経過とともに姿勢反射障害が加わります。

1. 振戦	ふるえが安静にしているときに起こり、活動時には弱くなる。部位としては、上肢に最も多く、ついで下顎、下肢の順に多い。
2. 固縮	外力により腕や足を伸ばしたときに抵抗がある。 ガクガクと断続的になるのが特徴で歯車様固縮と呼ばれる。
3. 寡動	動作の開始までに時間がかかり、開始した動作も緩慢あるいは不十分にしか行えない。
4. 姿勢反射障害	バランスが悪くなる。軽く後ろに押されただけで姿勢を立て直せず、倒れてしまうことがある。
5. その他	その他の症状として、自律神経症状（便秘・頻尿・起立性低血圧など）や精神症状（抑うつ症状・認知機能低下）も認められることがある。

Q2. パーキンソン病は増えているって本当ですか？

A. はい、本当です。パーキンソン病はその多くが中年以降に生じ、人口の高齢化とともに患者数が増加しています。今後、日本でも患者数の増加が見込まれています。

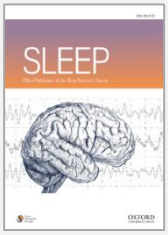
Q3. パーキンソン病は治るのですか？

A. 現時点では根本的な治療法は確立していません。脳内のドパミンという物質を薬剤として補充することで症状は改善します。しかし病気が進行するにつれて、薬剤への反応も悪くなり、症状が改善しにくくなる傾向があります。

ふるえや動きの緩慢さなどを自覚しているようであれば、お近くの脳神経内科または内科を受診してご相談ください。

形岡先生との共同研究が米国睡眠学会誌『SLEEP』に掲載されました

Quantitative Associations between Objective Sleep Measures and Early-Morning Mobility in Parkinson's Disease: Cross-Sectional Analysis of the PHASE Study. Sleep 2019.（in press）
形岡博史、佐伯圭吾、山上優紀、杉江和馬、大林賢史.



疫学・予防医学講座と脳神経内科学講座は、パーキンソン病の睡眠障害や生体リズム障害に関する共同研究（PHASEスタディ）を実施しています。パーキンソン病患者さん157名の分析で、アクチグラフ（活動量計）で測定した睡眠の質が良いほど、早朝の無動時間が少ないことを世界で初めて発表しました。睡眠がパーキンソン病の運動症状に重要な役割を果たしていることを示唆しています。

奈良県立医科大学 Nara Medical University School of Medicine
疫学・予防医学教室 平城京スタディ事務局
〒634-8521 奈良県橿原市四条町840
電話：080-2434-4435（平日9:00～17:00）