

〈監修〉馬場 徹先生 (行政独立法人 国立病院機構 仙台西多賀病院 脳神経内科 医長)

……パーキンソン病の運動症状にはどのようなものがありますか？

パーキンソン病の主な運動症状には、動作が遅くなる(無動・寡動)、手足や体幹がこわばる(筋強剛)、手足がふるえる(振戦)、倒れやすくなる(姿勢保持障害)があります。このほか、病気が進んでくると、歩幅が小さくなる(小刻み歩行)、一歩が踏み出しにくくなる(すくみ足)、歩いているうちに体が前傾して小走りになってしまう(突進歩行)などパーキンソン病に特徴的な運動症状が出ることがあります^{1,2,3}。

●パーキンソン病が進んだ時期の歩き方の特徴



村田美穂(監修)：スーパー図解パーキンソン病。法研、東京、pp28-29、2014。より作成

……運動症状にはどのように対処しますか？

パーキンソン病は、お薬による治療が有効な病気ですから、治療の中心は薬物治療となります。薬物治療では、まずはL-ドパ(レボドパ)を使うドパミン補充療法を進めていきます。薬物治療により運動症状がきちんと管理できると、運動症状以外の症状(非運動症状)も改善しやすくなる可能性があります⁴。お薬はきちんと服用して運動症状を抑え、体を動かしやすい状態を維持しましょう。また、リハビリテーションによって、関節が固くならないようにしたり筋力を維持したりすることも大切です⁵。

●薬物治療とリハビリテーションで治療



村田美穂(監修)：スーパー図解パーキンソン病。法研、東京、pp66-67、2014。

…………リハビリテーションはどのように行うのでしょうか？

リハビリテーションは、(1)歩行訓練や運動機能維持のための理学療法、(2)日常生活の着替え、食事動作、細かな手指の動きなどのトレーニングを行う作業療法、(3)話しにくさや嚥下障害の改善のためのトレーニングを行う言語聴覚^{げんごちようかく}訓練など、目的によってそれぞれの専門の医療スタッフが患者さんをサポートしながら行います⁶⁾。

運動症状のリハビリテーションは、症状や病気の進み方に合わせた訓練があり種類も多いので、主治医や専門のスタッフとリハビリテーションの内容についてご相談ください。

ここでは、椅子やベッドに座ってできるリハビリテーションをご紹介します。病気が進んでくると、座っている椅子から立ち上がるといった日常の動作がむずかしくなることがあります。そこで、椅子から立ったり座ったりする動作を行います。また、体幹の筋力増強やストレッチのために、座った姿勢で体を左右にひねったり前後に曲げ伸ばしたりする運動も運動症状への効果が期待できます^{7,8)}。

●椅子やベッドに座ってできるリハビリテーション



山之内博(監修)：よくわかる最新医学パーキンソン病. 主婦の友社, 東京, pp94-95, 2004.より作成



馬場 徹先生
からのコメント

薬剤治療とリハビリテーションはパーキンソン病治療における車の両輪です。発症後の早い時期から適切な薬物療法と積極的なリハビリテーションを行うことで、運動症状を改善したり悪化を抑えられる可能性があります。

参考資料

- 1) 柏原健一(監修)：パーキンソン病のことがよくわかる本. 講談社, 東京, pp6-7, 2015.
- 2) 柏原健一(柏原健一ほか編)：みんなで学ぶパーキンソン病. 南江堂, 東京, pp18-23, 2013.
- 3) 村田美穂(監修)：スーパー図解パーキンソン病. 法研, 東京, pp28-29, 2014.
- 4) 柏原健一(監修)：パーキンソン病のことがよくわかる本. 講談社, 東京, pp42-43, 2015.
- 5) 村田美穂(監修)：スーパー図解パーキンソン病. 法研, 東京, pp66-67, 2014.
- 6) 村田美穂(監修)：スーパー図解パーキンソン病. 法研, 東京, pp124-125, 2014.
- 7) 山之内博(監修)：よくわかる最新医学パーキンソン病. 主婦の友社, 東京, pp94-95, 2004.
- 8) 柏原健一(柏原健一ほか編)：みんなで学ぶパーキンソン病. 南江堂, 東京, pp68-71, 2013.