



からだにいいはなし

## こうじゅうじんたいこっかしょう 後縦靱帯骨化症 のおはなし

雨の多い夏が過ぎ、皆さんいか  
がお過ごしでしょうか。

今回は脊椎(せきつい)の病気  
で特に頸椎(けいつい)に起こりや  
すい後縦靱帯骨化症(こうじゅう  
じんたいこっかしょう)のおはなしをさ  
せていただきます。

この病気は国の難病に指定され  
ています。脊椎の後ろ側に走って  
いる靱帯(じんたい)が厚みを増し、  
やわらかかった靱帯が骨のように  
硬くなり脊髄神経を圧迫します。

初期の症状は、肩や首の痛み  
がおこったり、手足に軽いしびれを  
感じたりします。進行していくと指  
先の細かい動作や足が思うように  
動かない、排尿・排便がうまくでき  
ないなど日常生活にかなり障害が  
出てきて介助が必要になります。

治療法は薬による治療、頸椎の  
固定やけん引などの保存的療法、  
さらに症状が強くなると手術による  
脊髄神経の圧迫を軽減させる治  
療法があります。

この病気はレントゲン検査で分  
かります。さらに骨を詳しく検査す  
るためにCTがよく行われます。こ  
の病気の症状に心当たりがある方  
は医師にご相談ください。

四万十町大正診療所  
山本 洋・大川 剛史

## 健康のしおり

# 「心のサインに気付いてください」

○9月は「自殺予防週間」  
「自殺予防週間」は、9月  
10日の世界自殺予防デーにち  
なで、国・地方公共団体が  
連携して、幅広い国民の参加  
による啓発活動を強力に推進  
するために実施しています。

全国の自殺者は、年間3万  
人を超え、高知県でも毎年2  
百人以上の方が亡くなり、全  
国ワースト4位(平成16年  
度)と高い水準で推移してい  
ます。四万十町はというと、  
自殺で亡くなる方は、年間5  
14人で推移し、平成19年度  
は14人。男性の自殺者は女性  
の約3倍と多くなっていま  
す。割合は県内でもワースト  
1位になるなど毎年上位にあ

り、予防への取り組みが急が  
れる状況となっています。

### ○追い込まれた末の死

自殺の背景には健康問題、  
失業・多重債務等の経済・生  
活問題、介護等の家庭問題な  
ど、複数の問題がある場合が  
ほとんどです。さまざまな要  
因が複雑に関係して心理的に  
追い詰められた結果、抑うつ  
状態となり「死ぬこと」以外  
は判断できなくなり起こると  
考えられています。

必ずしも突  
発的に行  
われるわ  
けではあ  
りません。



○自殺は防ぐことができる  
心理的な悩みを引き起こす  
さまざまな要因に対する相談  
や支援体制の整備など、社会  
的な取り組みと精神疾患への  
適切な治療により多くの自殺  
は防ぐことができます。ま  
た、周囲の人が、自殺のサイ  
ンに気付いていることも多  
く、相談相手になることで、  
解決への手助けとなり自殺抑  
制につながります。

四万十町では、平成18年度  
より3年間「自殺予防・うつ  
病予防モデル事業」として取  
り組みました。今年度も引き  
続き「自殺予防・うつ病予  
防」として、啓発ポスターや  
リーフレットの作成、講演会、

相談体制を充実するために職  
員研修の実施など予防活動に  
取り組んでいます。

心の悩みはありませんか。  
あなたの周りに悩みを抱えて  
いる人はいませんか。身近な  
人の心のサインに気付いてく  
ださい。

「お問い合わせ先」  
健康福祉課 223115

