



# 健康テラス



## はなたけ 鼻茸



鼻の中にできるできものを総称して「鼻茸」といいます。ひとくちに鼻茸といっても単なるポリープから悪性腫瘍、つまり癌まで様々です。

アレルギー性鼻炎をベースとした鼻茸、いわゆるポリープがある場合、症状としては、くしゃみ、みずばな、鼻づまりが起りやすく、この場合の鼻づまりは両側のことが多いです。その中でも喘息を合併している場合、好酸球性副鼻腔炎という状態になっている場合があります。好酸球性副鼻腔炎ではポリープはより大きくなりやすく、鼻内内視鏡手術と抗アレルギー剤やステロイド剤などの

たかの耳鼻咽喉科  
高野 篤 先生

内服薬や点鼻薬を組み合わせたしっかりとした治療が必要になるケースもあります。

一方、鼻づまりが一側性だったり鼻出血を伴う場合は、乳頭腫という良性腫瘍や稀に鼻腔の悪性腫瘍（いわゆる癌です）が隠れていることもあります。乳頭腫の場合も、基本的には良性腫瘍ですが、長期間放置すると悪性腫瘍に変わってしまう（悪性転化といいます）ものもありますので注意が必要です。

鼻づまりや血混じりの鼻汁が続く場合は是非お近くの耳鼻咽喉科を受診してみてください。

# かいGOの部屋

## ～認知症について～

「認知症」とは、さまざまな原因で脳の働きに不具合が生じ、特に認知機能が障害されることにより、生活する上で支障をきたしてしまう、誰にでも起こりうる脳の病気です。ですが、たとえ自分や家族、友人、近所の人などが認知症になっても、周囲の方の理解や気遣い、適切な医療と介護の連携があれば、住み慣れた家や地域での生活をできるだけ続けていくことができます。

1994年「国際アルツハイマー病協会（AD I）」が世界保健機関（WHO）と共同で、毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定し、9月を「世界アルツハイマー月間」と定め、様々な取り組みが行われています。長与町では、その取組みの一つとして、『認知症サポーター養成講座』を開催しています。認知症の人と家族の応援者である「認知症サポーター」を養成するもので、令和4年3月末現在で3,110人の方に受講していただいています。

これからもっと多くの方に認知症への理解が広まれば、地域でさりげなく見守ったりお付き合いを続けたり、また家族の話し相手になることなど、それぞれができることを通して認知症になっても安心して暮らせるまちづくりに繋がればと思っています。10月に一般のみなさんを対象とした『認知症サポーター養成講座』を開催しますので、一人でも多くご参加いただければと願っています。この講座は10名以上の団体から開催できますので、ぜひご相談ください。



また、認知症予防や症状の進行を緩やかにしていくことが大切になってきます。コロナ禍ではありますが、認知症予防のためには、外出することや会話を楽しむことも大切です。



▲認知症サポーターの証 オレンジリング

●ながよみかんカフェ（認知症カフェ）  
誰でも参加でき、くつろいだ雰囲気の中  
でお話や相談ができる交流の場です  
（広報9月号19ページ参照）



長与町は県内では高齢化率が低く、『若い』町と言われているのですが、年々高齢化率は高くなっており、認知症になっても安心して暮らせるための取り組みを、今後もすすめていくことが大切です。ぜひ多くの方々に、まずは理解を深めていただき、みんなが安心して暮らせる町に近づいたらと思います。

今回は、知っておきたい「認知症について②」です。認知症の心配がある方への取り組みなどを紹介できればと思います。お楽しみに！