

## 自粛生活の弊害

世の中、コロナの第3波で騒がしい。ここに、高齢者や基礎疾患のあるひとは毎日ビクビクしながら外出自粛を強いられている。それで、思わぬ病気になったりする。

最近続けて、80歳以上の3人の男性に「慢性硬膜下血腫」が見つかった。1人は頭がすっきりしないという。2人は手足に軽い運動麻痺まひがみられた。意外に大きな血腫が脳を圧迫していた。なんとか手術が可能で、寝たきりにはならなかった。

慢性硬膜下血腫は、打撲などの衝撃が脳に加わり、脳を覆っている硬膜と脳にずれが生じて起きた出血が元になる。出血は、じわじわと続き、3週間も4週間も経って大きな血腫になる。頭を打ったことも忘れた頃に、頭痛や認知症のような症状、歩みにくさなどが出てくるのだ。

高齢者や大酒飲み、血液をサラサラにする薬を飲んでいるひとに慢性硬膜下血腫は起きやすい。加齢やアルコールで脳が萎縮しているひとや、出血が止まりにくいひとは不利ということだ。

でも、脳に衝撃が加わらなければ、出血は起きない。3人の患者さんのうち、2人は頭を打っている。1人は尻もちをついていた。しかも、3人とも家の中で転んだというエピソードがあったのである。

人生100年時代で元気な老人が増えたとはいえ、75歳は「足腰の曲がり角」と呼んでもよい。歩いて、疲れやすくなった。歩くのが遅くなった。つまずきやすいなどの訴えが多くなる。加齢と共に足腰の筋力は衰えてくる。ロコモ(運動器症候群)になりやすいのだ。

そこへきて、コロナである。外出自粛でコロナの感染は防げても、転んで頭の手術なんてイヤだ。いや、コロナ禍で認知機能が低下するひとが増えるという。散歩しよう。出不精なワッシーも、やっと重い腰を上げた。

(石黒修三いしごろくクリニック・脳神経外科専門医・12/1北國新聞掲載)