

# 今治市民の皆様のためのすてき健康講座

## むずむず脚症候群の話

第25話  
かとう内科  
加藤文陽先生

今回はむずむず脚症候群という聞きなれない病名について加藤文陽先生に教えてもらいました。

### 症状と名前が一致していない不思議な病気

**マイタウン**…むずむず脚症候群…つまり、むずむず脚症候群なのに脚がむずむずしていないことがあると？  
**加藤**…そういうことです。脚の何とも言えない不快感の感覚は千差万別で「だるい」「かきむしりたくなる」「ぼて」「痙攣するようなど感じ」「痛い」など様々に感じられる。動かす

### むずむず脚症候群について

どちらとマシンになるけれど、じつとしたり、夜に寝たりしていると症状が悪くなって眠りにくい」という疾患です。  
**マイタウン**…ちよつと待つてください。脚がむずむずするんじゃないんですか？  
**加藤**…そこがこの病気の難しいところなんです。症状を病名にしたかったんだと思います。脚がむずむずする、というのが症状を正確に表していないんです。



加藤 文陽先生  
日本内科学会 総合内科専門医  
日本老年医学会老年病専門医

問題がありまして、症状が上肢や体幹にできることがあるんです。症状を病名で表現したいのに正確に表現できない。そんな病気です。  
**マイタウン**…なんか私も気持ちが悪くむずむずしてました。  
**加藤**…なので、特徴的な4つの症状を押さえおきましょう。①脚の不快感を感じるため、脚を動かしたくてたまらなくなる。②横になつたり座つたりしていると症状があらわれる。③脚を動かすと、不快な感覚が軽くなる。④夕方から夜にかけて症状が強くなる。

### 特徴的な4つの症状

- ①脚の不快感のため脚を動かしたくてたまらなくなる
- ②横になつたり座つたりしていると症状があらわれる
- ③脚を動かすと、不快な感覚が軽くなる
- ④夕方から夜にかけて症状が強くなる



不快感を感じるため、脚を動かしたくてたまらなくなる。②横になつたり座つたりしていると症状があらわれる。③脚を動かすと、不快な感覚が軽くなる。④夕方から夜にかけて症状が強くなる。

④夕方から夜にかけて症状が強くなる。⑤検査はあるのでしょうか？  
**加藤**…残念ながらありません。あくまでも症状で診断する病気です。  
**マイタウン**…「気のせい」かも「なんでも」じゃないでしょうか？  
**加藤**…この疾患が最初に記載されたのは1685年です。1945年にEkblomが再度報告し1960年に175名の症例を元に最初の診断基準を作り上げたという歴史があります。その後長い間、医療関係者は懐疑的でしたが遺伝性があること、治療により改善することからようやくこの疾患として認められるようになりました。  
**マイタウン**…検査で異常もないのに何かあると追求し続けた結果、知られるようになった病気なんですね。  
**加藤**…その通りです。この病気の知らない「扱い」になってしまいます。思い当たる方はどうぞ受診して相談してみてください。

次回予告  
次回、今治市民の皆様のためのすてき健康講座は「サロコペニアについて」です。  
お問い合わせはかとう内科(0898)232310

睡眠時無呼吸症候群の参考ウェブサイトです。ぜひご覧ください。  
睡眠時無呼吸 ねおそう.com  
https://659nao.so.com/?qr=leaflet\_20200220

パーキンソン病患者様のためのリハビリ  
パーキンソン病 カラエ&リハビリ

今月は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止とします。

### 人に優しい 住まいづくり

家づくり無料相談 予約制

土地のこと、資金のこと、間取りのこと まずはお気軽にご連絡ください。

おすすめ！物件情報		
賃貸	メゾネット 3LDK	月7万円 P2台・共益費込
賃貸	メゾネット 3LDK	月6.5万円 P9台・共益費込
買方	貸店舗 29坪	月15万円 P9台・ハイ/ス遊い

〈売土地〉		
大西町	700万円	87.47坪
立花町	780万円	49.99坪

新築・リフォーム・不動産 (有)アドバンス宅建 TEL 0898-24-1655

### ふとん専門店の安心メンテナンス / 羽毛ふとん丸ごと水洗い 夏のキャンペーン開催 7/31まで

羽毛水洗いコース 3~5年に1回の水洗いをオススメします。

期間中お持込で 通常4,200円 ↓ 20%引き **3,360円** (税別) ※シングルサイズ

ふとんから出た汚れ 5年間の汚れ 10年間の汚れ

羽毛ふとんリフォームもご相談ください

- ふくらまない
- スカスカ片寄り
- えり元の汗染み
- 羽毛が飛び出す

お手持ちの羽毛ふとんがふっくら生まれ変わります

20,000円 ※シングルサイズ

まずはお電話ください! TEL.0898-35-3086

ふとんのこもだ フジグラン 今治店2F 立体駐車場 23 中央入り口に停めると便利です

営業時間/AM10時~PM8時 今治市東門町5丁目13-1 フジグラン今治2F

### つかさ自慢の なぎ

7/21(火) 7/17(金)までに予約するとお得です!!

うな重	2,400円	2,200円
特上一匹づけうな重	3,500円	3,200円
蒲焼き(大)	3,500円	3,200円

おいしいの秘密!

- 下ごしらえのひと手間
- 37年間に改良している秘伝のタレ
- 丑の日限定炭火焼き

アルバイト募集中(ホール) 高校生・大学生も大歓迎! 時給850円~、土日は1,000円~

酒味工房 つかさ 住 今治市徳重90-2 休 月曜日【カード払いは不可】 営 18:00~ ☎ 0898-24-6878

# 新築 そっくりさん 完成見学会

7/18(土)・19(日) 2日間限定

場所 今治市玉川町大野71-4 時間 10:00~16:00

木造2階建て、築52年

おかげさまで 累計受注棟数 **14万棟突破**

見どころ

- 北側にあったキッチンを南側に配置し、リビングは吹抜けとし広々LDKに変更。
- 耐震補強と断熱工事により、安全で快適な住まいに变身。

住宅リフォーム 圧倒的 新規客売上 No.1

2019年リフォーム業界新賞(有)住友不動産のトップブランド

住友不動産の新築そっくりさん

Before 写真は会場の施工前写真です。

広域図

見学会場 玉川近代美術館

090-7454-1514 (担当) 矢野

新型コロナウイルス 感染防止対策 実施中

一信用と創造 新築そっくりさん愛媛営業所 新居浜ショールーム 住友不動産 TEL.0897-34-5220 〒792-0035 新居浜市西の土居町1-3-10 受付時間/午前9時~午後6時(土・日・祝も受け付けしております)