ふるえ ～振戦（しんせん）について～

社会医療法人全仁会　倉敷平成病院　神経内科
田所　功

「ふるえ」の原因はいろいろで、寒くてふるえたり、緊張のしすぎでふるえたり、あるいは喜びや怒りのあまりふるえたりと多種多様です（これらのふるえで病院を受診される方はまずいません）。ここでは、「ふるえ」のひとつである、振戦（しんせん）について紹介します。振戦は、体の一部または全体が、自らの意思に関係なくリズミカルに振動するものを指します。以下には、振戦の代表的な原因を挙げてみます。

○生理的振戦（病気ではない）

正常の生理的状態でも、ほとんど見えないかすかな速い振戦がみられることがあります。精神的ストレスや疲労、運動、低血糖などで増強されます。

○本態性（ほんたいせい）振戦

「本態性」とは「原因がはっきりしない」という意味で、人口の1～3％程度が本態性振戦をもっているといわれるほど頻度は高いのですが、原因についてはまだ完全にはわかっていません。通常手指から始まり、字を書く時などに強くみられ、比較的速いふるえであるのが特徴です。頭がふるえたり、声がふるえたりすることもあります。

○甲状腺機能亢進症

本態性振戦に似たふるえに、ホルモン分泌異常が隠れていることがあります。頻脈や多飲多尿、発汗などの症状を伴うとより強く疑われます。血液検査でホルモンの値を確認することが必要です。

○パーキンソン病

脳の一部の「中脳」というところが障害される病気で、手のふるえのほか、動きが小さくなる、歩きにくい、転びやすくなる、などの症状がみられます。また、頑固な便秘や立ち眩（くら）みなどの自律神経による症状もみられます。ふるえは左右のどちらかから始まることが多く、比較的ゆっくりとしていて、どちらかというと動いているときよりもじっとしているときに見られやすいという特徴があります。ご高齢の方に多く、65歳以上では10万人に1000人ほど罹患しているといわれています。

○慢性アルコール中毒

ある姿勢を保っているときに出現することが多いです。お酒を飲むとふるえ自体は軽減することがありますが、こういった場合はお酒は控えたほうがよいでしょう。

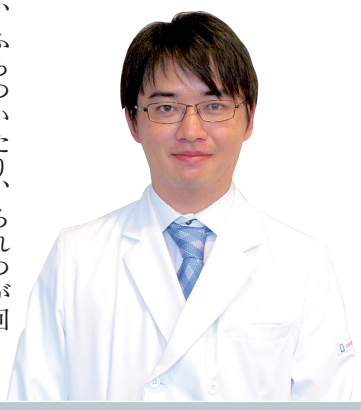
○薬剤性振戦

いろいろな薬が振戦を起こすことが知られています。気管支喘息の治療に使われる気管支拡張薬、てんかんの治療薬、抗うつ薬、抗精神病薬、降圧薬、抗不整脈薬などがよく知られています。最近手がふるえるようになったというときは、新しく飲み始めた薬がないかどうか、確認してみましょう。

○企図（きと）振戦

目的のものに手を近づけるほど大きくなる振戦で、脳の小脳と呼ばれる部分が原因として考えられます。小脳の障害では、ふらついたり、ろれつが回りにくくなったりといった症状を伴うこともあります。小脳が障害される原因は脳卒中やアルコール、一部の神経難病、薬の影響など様々です。

○心因性振戦

心理的な原因でもふるえは起こりえます。心因性とはいっても、決して気のせいでも、わざとやっているわけでもなく、その原因を明らかにして、対応することが重要です。

以上、代表的な振戦の原因を挙げてみました。神経内科の外来では、問診や診察、また必要に応じて血液検査や画像検査などの補助的検査を駆使して振戦の原因を調べていきます。原因がわかれば、薬物治療を行ったり、必要によっては手術療法を検討したりすることもあります。中には重大な全身疾患の一部としての症状であることもありますので、ふるえが気になったときは、ぜひ一度神経内科を受診してみてください。