

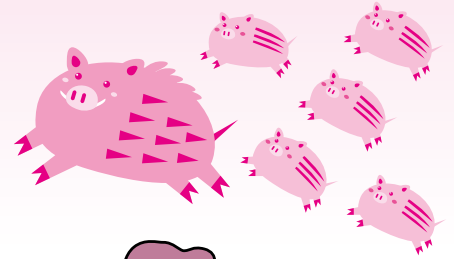
病院の理念

- ◎地域医療に努め
皆様に愛される
病院を目指します
- ◎人間愛を基本とし
最良の医療の
提供に努めます

第 26 号

2019年1月発行

発行：岡山市久米南町組合立国民健康保険福渡病院
〒709-3111 岡山市北区建部町福渡 1000 番地
http://www.fukuwatari-hp.jp/ TEL：086-722-0525



加齢黄斑変性とOCT



しおで ゆうすけ
塩出 雄亮
岡山大学病院

毎週、金曜日の眼科を担当させていただいております塩出と申します。岡山大学病院では網膜の専門外来を行っております。網膜というのは眼球後方の内面を覆っている神経の膜です(図1)。

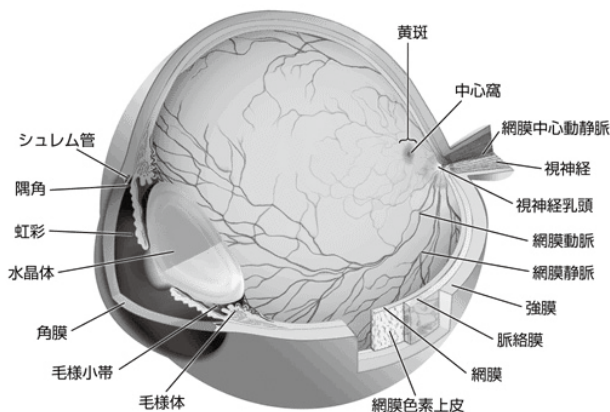


図1：網膜の構造(日本眼科学会ホームページより)

私たちが見た映像はこの網膜に映し出され、その後、脳へと伝えられます。特に網膜の中心部分は物を見るのに重要な部分であり、黄斑(おはん)と呼ばれます(図2)。

硝子体

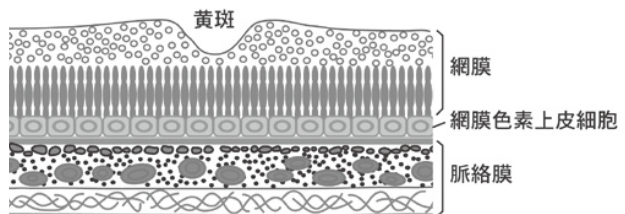


図2：黄斑の構造(日本眼科学会ホームページより)

年齢を重ねると身体のいろいろなところで病気が出てきます。加齢黄斑変性(かれいおうはんへんせい)という病気は、加齢により網膜の中心部である黄斑に障害が生じ、見ようとするところが見えにくくなる病気です。欧米では主要な失明原因ですが、近年は日本でも生活の欧米化とともに急激に増加しています。

黄斑の障害と言いましたが、具体的には網膜の下に「新生血管」という異常な血管が生じることです。異常な血管から水分が漏れ出たり、出血を生じたりします。その結果、物がゆがんで見えたり、見たいところが黒く抜けてしまうといった症状が出現します。治療を行わなければ0.1以下の視力に至ってしまうことが多いです。ただし完全な失明に至ることは稀です。

眼科の外来では、加齢黄斑変性などの網膜の病気を疑う場合には眼底検査を行います。眼底検査というのは、検査用の目薬により散瞳(瞳を拡げる処置)を行った後、倒像鏡や顕微鏡な

どにより眼内に光を当てて網膜の状態を観察することです。自動車を運転し来院されている等の理由で散瞳を希望されない方や、診察中に強く眩しがる方には、十分な検査が行えないことがあります。

近年、光干渉断層計(OCT)という機器がめざましく発達してきました。近赤外光を使うことによって断面の構造をとっても詳細に描出することができる機器です。福渡病院でも2016年よりOCTが導入されました(図3)。



図3：当院で導入されたOCT (TOPCONホームページより)

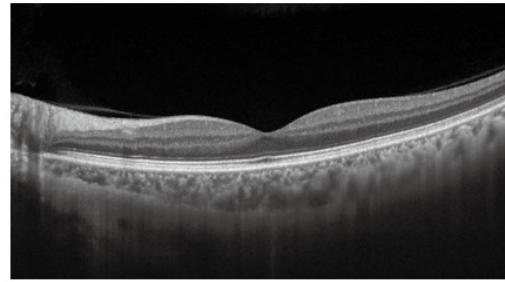
わずか2、3秒で検査ができます。患者さんには眩しい、痛いなどの違和感はありません(図4)。



図4：OCTの検査方法

検査方法は基本的にボタン1つです。検者によって結果が左右されることはほとんどありません。そして、多く場合、散瞳を行わなくても検査が可能です。加齢黄斑変性などの黄斑の病気の早期発見や、経過観察にはとても有用で、眼底検査ではわからないレベルの変化や異常を見つけることが可能です(図5)。ただし、これま

正常な黄斑



加齢黄斑変性

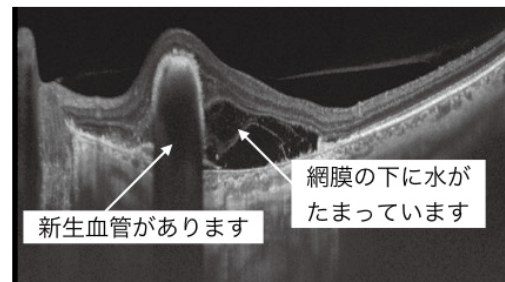


図5：OCTによって得られる黄斑の画像

でやっていた眼底検査が不要になったかと言うと、そういうわけではありません。OCTで観察できるのは黄斑の近くの網膜だけです。網膜の全体を把握するためにはやはり散瞳、眼底検査は必要なのです。

加齢黄斑変性の治療法については、この10年、20年ですいぶんと変わってきました。光凝固(レーザー治療)や手術が行われていた時期もありましたが、現在の主流は、脈絡膜新生血管の発生、発達を抑える薬を目の中に注射する方法(硝子体注射)です。これは残念ながら当院では導入できておりません。岡山大学病院と連携の上で治療をすすめています。

OCTをはじめ、眼科の医療機器は日々進歩しています。眼科の病気は、早期の発見がよい結果に結びつくことが多々あります。見え方に少しでも異常を感じたら眼科を受診するようにしてください。

(眼科)

出前講座 — 地域に出向きます —

福渡病院では、開かれた病院を目指して、地域の方々の健康づくりをお手伝いするため、出前講座を用意しています。皆さんが知りたい、聞きたい、病気や病気予防のほか当院の機能などについてお伝えするために職員が皆さんのもとへ伺います。

松村副院長が公民館で講演

平成30年9月28日、「建部大学(建部公民館主催)」が同公民館で開かれ、当院の松村副院長(整形外科医)が「整形外科疾患の予防と対策」と題して、約30人を前に話しました。おすすめの運動や食事・生活習慣など様々な視点からの日々の生活に取り入れることのできる内容でした。参加者からは五十肩や膝の痛みなど、日頃困っていることについての多くの質問もあり、丁寧で分かりやすかったととても好評でした。

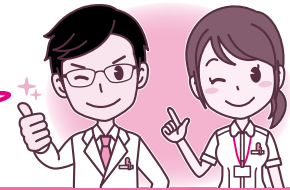


理学療法士が出向きました

当院の近行理学療法士が、平成30年10月16日入野公民館(建部町三明寺)で開かれた小地域健康教室で、約15人の参加のもと、転倒予防と肩こりについて体操をまじえて分かりやすくアドバイスをしました。式見MSW(医療ソーシャルワーカー)からは医療・福祉などのさまざまな相談に応じていることなど当院の紹介をしました。



当院では肩こりや転倒予防のほか、糖尿病の豆知識などのカリキュラムも用意しています。どうぞ、お気軽にお申し出ください。



中学生が職場体験

今年も建部中学校の生徒が当院で職場体験をしました。2年生の入野愛奈さんと石川志音さんの二人で、平成30年11月14日から16日までの3日間。今年も日程の都合で訪問看護の体験ができなかったのは残念でしたが、それでも看護部、リハビリテーション科、透析室などでの仕事ぶりを見学したり、実際に足浴、車いすでの移送などを体験しました。初日は緊張していたようですが、そのうち慣れ「思ったより多くの人が患者さんに関わっていた」「人工透析ではより命の大切さがわかった」「思ったよりはるかに大変な仕事だった」などの感想が聞かれました。また、患者さんに提供している病院食にとっても美味しいと舌鼓。この体験が将来の進路選択の手助けになれば幸いです。



当院のおすすめメニュー

いっぱい作ってみられず〜♪
簡単にできるで〜♪



さば缶の炊き込みご飯 (2人分)

今ブームのさば缶を丸ごと一缶使った簡単に栄養たっぷりの料理を紹介します。



しょうがは多めがおいしいよ♪

材料(2人分)

- 米……………1合
- さば缶(味噌)……………1缶
- あげ……………20g
- しょうが……………40g
- 酒……………10cc
- 水……………さば缶の汁と合わせて1合(180cc)
- だしの素……………小さじ1
- ねぎ……………少々

作り方

- ① 米を洗っておく。
- ② しょうがは千切り、あげは短冊に切っておく。
- ③ 材料を全て炊飯器に入れて、軽く混ぜて炊飯する。
- ④ 炊きあがったらさばをほぐして器に盛り、ねぎをちらす。

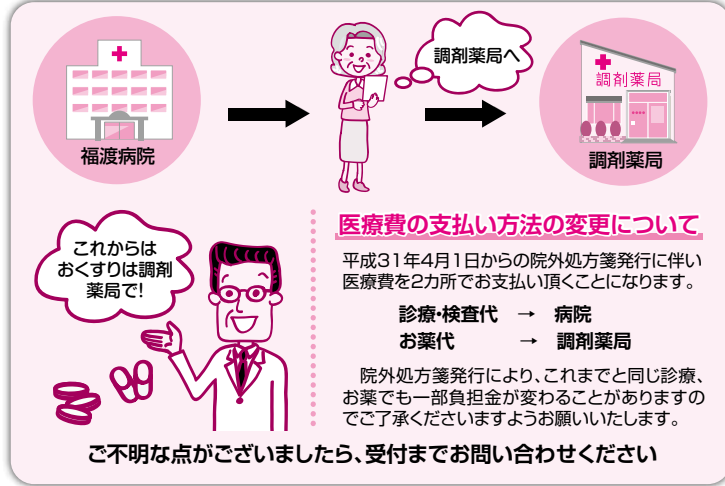
※具だくさんの野菜の味噌汁と合わせれば、バランスの良い献立になりますよ!!

1人分	エネルギー…506 kcal
	たんぱく質…21.0g
	脂 質…16.0g
	炭水化物…65.0g
	食塩相当量…0.9g
	食物繊維…1.0g

(栄養科)

平成31年4月1日から、 お薬の受取り方が変わります。

平成31年4月より、お薬を院外の調剤薬局で受け取っていただくようになります。ご迷惑おかけしますが、ご協力とご理解の程よろしくをお願いいたします。



脳トレチャレンジ

～脳を活性化しよう!～

テーマ：なつかしい昔あそび

○と□にあてはまる文字を考えてみてね!得意だったあそびがあるかな?

- ① は○`いた ② □りつき
③ けんだ□ ④ ○`ムとび
⑤ おてだ□ ⑥ ○□□わし

近所のお子さんやお孫さん達へ伝えていけるといいですね。

新採用職員の紹介

よろしく
お願いします。



平成31年1月1日付け
理学療法士 **川上 徹也**

診療予定表 (2019年1月現在)

【受付時間】 午前 8:00 ~ 11:30 午後 1:30 ~ 4:00

【診療時間】 午前 9:00 ~ 12:00 午後 2:00 ~ 5:00

	月		火		水		木		金		土
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前のみ
内科	武進	ミヤモト カズヤ 宮本和也	塩田哲也		塩田哲也	担当医 (済生会)	1診 塩田哲也	サラガイ ヨウスケ 堀内武志 (第1・3・5) (第2・4)	岩崎良章	塩田哲也	担当医 (第1・3・5)
外科			黒瀬匡雄								岡大担当医 (第1・3・5)
整形外科	大橋秀基 【予約】	松村 隆	松村 隆	三谷 茂 (第4) 【予約】	松村 隆		松村 隆	遠藤裕介 【予約】	松村 隆		
形成外科								稲川喜一			
眼科			三木貴子 (15:00まで)						塩出雄亮 (15:00まで)		
循環器科			寒川昌信 (第3)								
心臓血管 外科		古川博史 (第2・4)									
末梢血管 外科											時岡浩二 (第1)
脳神経 外科											難波洋一郎 (第3)
心療科											寺田整司 (第3) 【予約】
泌尿器科											入江 伸 (第3) 【予約】
婦人科								担当医 (第2)			

※第2・第4土曜日の外来診察は休診いたします。(急患はこの限りではありません。) ※予約外来については、各科外来看護師・担当医師にご相談ください。
※医師の都合で診療日が変わる場合があります。あらかじめ職員にご確認ください。

編集 後記

新春を迎えカレンダーをめくると、一年が始まると実感します。そのカレンダーですが、作成はその年の2年前から始まるのをご存知ですか。つまり2019年のカレンダーは2017年の1月から原稿作りが始まり、校閲などを経て、内容がほぼ固まるのが12月。天皇の退位・即位の日が決まり、今年5月から「新元号」に変わるのが発表されたのが2017年12月ということで元号が記載されないことが早々と決ま

りました。しかし、「即位の日」「即位礼正殿の儀」が今年に限り祝日になると決まったのが昨年の12月。カレンダーの赤字表記は間に合わず、黒字となっています。もう一つ、祝日になったことで、今年のゴールデンウィークが4月27日から5月6日までの10連休となります。10連休と決まり賛否両論あると思いますが、今から何をしようかゆっくりと計画を立てるのも楽しみです。(Y・K)