

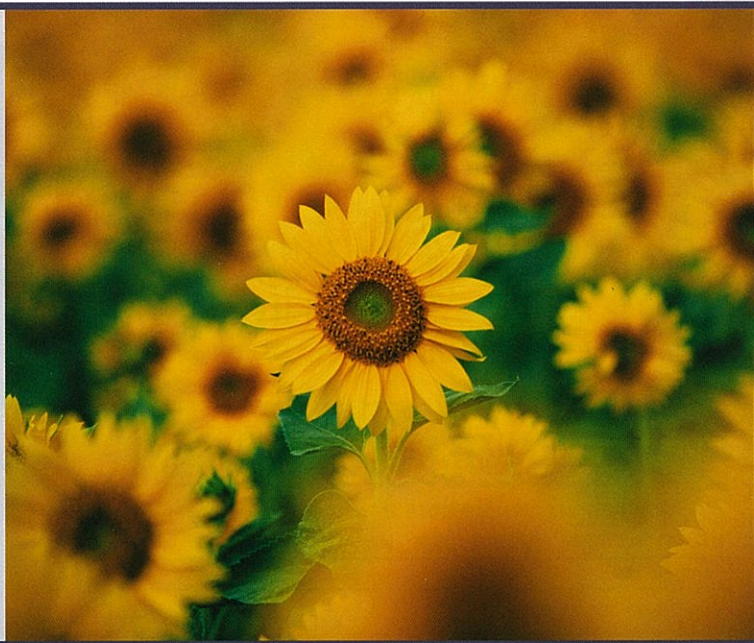
ふれあい

2010

8

No.281

牛久愛和総合病院 広報誌



「飛蚊症」とは

眼科医長 山本 敏哉



「飛蚊症」について、お話し致します。「飛蚊症」とは読んで字のごとく、虫が飛んでいるように見える症状のことを言います。実際、空を見上げていて、または白い壁や紙などを見ていて気付かれる場合が多く、ふと何か飛んで見える、ゴミのようなものが浮かんで見えるなど色々な形で見られ、以前から時々自覚していた人から突然発生したと言う人まで状況は様々です。

この「飛蚊症」は放っておいても大丈夫なのでしょうか？殆どの「飛蚊症」は生理的なモノで（これを生理的飛蚊症と言う）放っておいても問題の無い場合が多いのですが、ただ、中には網膜剥離を伴っていることがあります。そして、その見極めには眼科専門医による精密眼底検査が必須です。眼底検査はドックなど健康診断でもある程度行いますが、網膜の一部しか見えていけませんので、必ず眼科における検査が重要となります。

では、なぜ「飛蚊症」が起るのでしょうか？このメカニズムには、眼の中にある「硝子体」と呼ばれるゼリー状の物質に関係しています。「硝子体」は眼の中の8割を占め、眼球を丸く保つ働きや衝撃を吸収するなどの役割を担っています。決して、眼の中は空洞な訳では無いのです。そして、この「硝子体」が網膜と接していて、年齢に伴う変化や外傷などにより網膜表面より外れていきます。この時、「硝子体」の中に濁りを生じて剥がれると眼の中で濁りが漂い、網膜にその濁りの影が写り込むことによって「飛蚊症」の自覚が現れるのです。ただ綺麗に網膜表面から外れてくれる分には、「飛蚊症」と言うわずらわしい自覚症状以外に何の問題もありません。しかし、時には網膜表面を傷つけて、視力に影響するほどの出血による濁りが生じたり、またある時には網膜表面に穴を生じ、網膜がはがれてくる網膜剥離と言う重症な病気に発展することがあります。よって、もし突然「飛蚊症」を自覚したときには眼の中の環境が変化したと判断し、網膜剥離の可能性を考えて一度眼科専門医による眼底検査を改めてお勧め致します。

そして「飛蚊症」が起ってしまった場合、治らないのでしょうか？これには答えが難しいのですが、特に問題の無い生理的飛蚊症ならば、病気で無いいため治す必要が無いとお話しします。手術で治せないことはありませんが、手術の危険性や費用、精神的および肉体的負担などを考えれば、自然の経過で次第に気にならなくなる場合が多いので、基本的に経過観察としています。

最後に「飛蚊症」は多くの人が自覚し得る症状で、殆どの場合には生理的飛蚊症なため心配はいりませんが、外傷後や突然の「飛蚊症」出現では何が隠れているか分かりませんので、どうぞ眼科での検査の重要性をお忘れないうようお願い致します。

加えて、精密眼底検査は瞳孔を広げる散瞳薬点眼による検査となり、ボヤケや眩しき、カスミ感が出ますので、車やバイクなどの運転がし難くなります。眼底検査希望の際は、自分での運転は控えて下されば幸いです。お待ちしております。宜しくお願い致します。



これまで培った経験を活かし
素早く正確に効率的な仕事が出
来る人材を目指します。



7/1付入職
医材センター
小林彰

これまで職場の良い雰囲気作
りに心掛けて来ました。それが
良い仕事への第一歩と考えます。



7/1付入職
経理課
中村正美

3年ぶりの仕事になります
が、子育てと両立しながら楽し
んで働きたいです。



7/1付入職
看護部
小泉ひとみ

はじめてまして

第41回 院内研究発表会開催

時間17:30~18:30 発表時間6分 討議4分

7月6日(火) 挨拶 高崎院長 座長 岡崎センター長

所 属	演 者	演 題
1 眼科	佐々あゆ美	弱視について ～弱視において視能訓練士の役割～
2 B3F	坂本麻衣子	血便スケール表の作成と導入
3 リハビリセンター	北村和歌子	施設間連携が患者様の生活に与える影響について
4 外来	持田 雄子	糖尿病と口腔内炎症の関係

7月7日(水) 座長 高橋センター長

所 属	演 者	演 題
1 保育所	今泉 智絵	ようこそ赤ちゃん《乳児室から》
2 透析センター	山崎 史子	大規模災害に備えた透析センターの災害 対策の取り組みについて
3 薬剤センター	廣瀬おかり	外来化学療法監査システムの現状と課題
4 C5F	中野 宏美	看護師が育児と仕事の多重役割を果たそうと する時に生じるストレスの影響とコーピング

7月8日(木) 座長 竹下副院長

所 属	演 者	演 題
1 手術室	曾篠 正博	手術室のイメージを現実的なものにするために
2 中央病歴管理室	大木美智子	当院における診療記録の点検業務と問題点
3 B4F	橋本 延江	認知症を伴う患者とその家族に関わった一例
4 健診センター	室崎奈緒美	受診者満足度調査

閉会挨拶：竹下副院長

優秀演者

第一日目 外来 持田 雄子
第二日目 透析センター 山崎 史子
第三日目 健診センター 室崎奈緒美

7月6日(火) から8日(木) の3日間、業務終了後の17時30分～18時30分まで大ホールにて院内研究発表会が開催されました。1日4題、計12題の発表がありました。座長は1日目が岡崎センター長、2日目が高橋センター長、3日目が竹下副院長が務め、最後に竹下副院長から、見やすいスライドの作り方の話がありました。各日も業務終了後の時間にも係わらず、大勢の職員が熱心に耳を傾けました。優秀演者は、8月2日の全休朝礼にて表彰されました。



Q & A コーナー

ここが知りたい！素朴な疑問に
わかりやすくお答えします。

Q 逆流性食道炎とはどういう病気ですか？

日常生活で気をつけることがあつたら教えてください。

A 逆流性食道炎とは、食道へ胃酸が逆流して炎症が起きることにより、胸やけ・食べ物が飲み込みにくい感じ・苦い水が上がつてくる等の症状がでる病気です。他にのどがイガイガしたり、咳が続く等の呼吸器系の病気のような症状がでることもあります。

日常生活では、大食いを避け、消化の悪いもの・脂っこいもの・刺激の強い食べ物・アルコールは控えるにすること、

お腹を強く締め付けないこと、前かがみなどお腹を圧迫する姿勢を避けること、肥満や便秘を避けること、食後すぐに横にならないことなどに気をつけるとうれいでしょう。

改善しないときには内服治療を行います。

胃酸の逆流が起きやすい原因

は個人によって違います。毎日の生活の中で自分にあつた食生活や姿勢などを工夫していくと良いと思います。

(消化器内科医長

宮原 直樹)

Q 最近話題の3Dテレビや映画は、目に悪くないのですか？

A 全ての3D映像が同一手法では無く、色々な技術によって表現されていますので一概には言えませんが、3Dの基本的な原理として、左右の眼に入る映像のズレを利用して頭

の中で立体に理解させている

技術と理解しています。よって、目に入る光源としては目に悪い(網膜と呼ばれる神経に悪さをする)ことは無いと考えます。ただ、実際立体では無い映像を、頭の中で感覚的に立体として認識させる分、ストレスによる影響を考えなければなりません。適度に休みを入れながら(1時間に1回など)、疲れない程度に観賞することが大切だと判断致します。

(眼科医長 山本 敏哉)

春秋園だより

毎日暑い日が続いております。皆様いかがお過ごしでしょうか？

さて、皆様7月7日といえ
ば・・・そう！七夕ですね。
七夕と言えば、1年に1度だ
け織姫と彦星が天の川で、出
会える少し切ないけど、とて
も好きな日。今回は、利用者
様方と迎えた七夕をご紹介します。
たします。

7月に入り、七夕飾りを作
り一人ひとり、短冊に願いの
事を書きました。皆様、思い思
いの願いの事書かれていました。
皆様の願いが、叶いますよ
うお祈り申し上げます。



続きまして、俳句の会より

素敵な作品をいくつかご紹介
したいと思います。今回の兼
題は「蛭」「蟻」「夏木立」
「夕立」「団扇」です。

「夕立の去りて清しく空の青」

「眠る子に母の団扇の風静か」

「昼寝する父をあおぐや」

子「団扇」

「地蔵様並ぶ山裾夏木立」

「話尽きぬ三人姉妹蛭の夜」

今後も、素晴らしい作品の
数々をご紹介しますと思いま
すので、ご期待下さい。

最後にになりましたが、8月

8日に春秋園夏祭りが行われ
ます。その様子は、次回お伝
え出来ると思いますので、お
楽しみに。

(3階スタッフ一同)



『第6回』

生活習慣病教室

開催します

テーマ

慢性腎臓病 (CKD)

～腎臓の働きと

その病気について～

日時 9月10日(金)

14時30分から約一時間

講師 腎臓内科 中村医師

会場 牛久愛和総合病院

B館2階 大ホール

参加費 無料

医師、各部門スタッフがあ
なたの疑問にお答えします。

事前予約は不要です。健康
診断で尿検査に異常があった
方、その他興味のおありの方
は、お誘いあわせの上お気軽
にご参加下さい。

◎お問い合わせ先

牛久愛和総合病院 総務課

電話

029-873-3111(代)

旬をいただきます

レストラン・ザ・テラス 曾我部 浩志

2月より行っています、生活
習慣病予防のための体におい
しいヘルシーメニュー。体にお
しいものというのは、目にも楽
しいということが実感して頂け
ているのではないのでしょうか。

当店では、特に旬を感じてい
ただけるよう野菜を使った料理
に力を入れるよう心がけており
ます。

7月より、メニューの内容を
リニューアルし今後も月や旬ご
とに少しずつ手を加えて「目
にも楽しく、体においしい!!」を
モットーにお客様にはお料理を
お楽しみ頂けるよう日々食材と
格闘しております。

旬をいただくということは、
「その季節の力をいただいて体
に摂り込む。」そういった観念
は昔から四季のある日本では自
然に行われていたことで、夏に
は夏の秋には秋の、(余談では
ありますが、秋は楽しい食材
が沢山の季節ですね。)素材が
あり又日本ではお肉より魚を多

く摂っておりましたのでこちら
でも旬を味わうことができま
す。これから夏の暑い季節、キ
ュウリやナス、トウガン、トマ
トといった体を冷やしてくれ
り、元氣な濃い色の目にもおい
しい夏野菜たちが当店でも大活
躍です。

当店で扱う野菜の多くは近年
全国的に有名になってきました
茨城野菜を使用しており昔から
の地産地消を心がけ皆様にご提
供させて頂いております。時季
だけでなく土地のものをその場
でいただくということも、世界
中の食材が冷凍や運搬技術の向
上によって時と場所を選ばず食
べることでできる今、できるだ
け地のものをその時その場でい
ただくということも大切かもしれ
ないですね。



《出来事ピックアップ》

火災避難訓練

6/24

6月24日、A館7階透析センターからの出火を想定した総合火災避難訓練を実施致しました。今回は、患者さん協力のもと避難誘導・処置、消防隊によるはしご車での救助訓練など、より実践的な訓練を行いました。



(鈴木)

出火場所の担当者を中心にスムーズな対応が取れましたが、訓練のなかで様々な問題点が浮き彫りとなりました。今回の問題は今後の課題とし、実際の対応にいかしたいと思います。日頃の訓練の有無が実際の災害時の行動に大きく影響します。今後も火災予防に取り組み継続して訓練を行って参ります。

七夕集会「マリア・ナーサリー」



七月七日にホールで七夕集会を行いました。始めに年長組が緊張の中、提灯を持って歌

いながら入場をしました。その後、星座の話や織姫と彦星の人情劇を、子供たちは真剣に見ていました。そして最後は、みんなで歌ったり踊ったりして、星型のおせんべいを食べ、七夕集会は終わりました。(阿部)

編集だより

いよいよ夏本番となりクーラー室内外での温度差により身体が疲れやすい季節となりました。「夏バテ」しないよう健康管理に十分注意して下さい。(M・Y)

病院理念 「救急医療」「予防医療」「高齢者医療」を通じて地域の皆様に最高の医療・福祉を提供する。

病院概要

病床数 504床 (一般445床 医療療養型59床)

施設

敷地 57,911㎡ 駐車場 1040台



診療科目

【一般外来】

総合診療科(内科)、消化器内科、内分泌内科、糖尿病・代謝内科、循環器科、呼吸器内科、血液内科、腎臓内科、神経内科、リウマチ科、心療内科、小児科、総合外科、救急科、甲状腺・内分泌外科、呼吸器外科、乳腺科、消化器外科、内視鏡科、形成外科、整形外科、ペインクリニック科、産婦人科、脳神経外科、眼科、耳鼻咽喉科、泌尿器科、皮膚科、歯科口腔外科、透析外来(シャント外来)

【専門外来】

整形専門(股関節、脊椎、スポーツ)
小児科(小児循環器、小児心理)
循環器(心臓血管外科)
形成外科(アンチ・エイジング、レーザー)
皮膚科(レーザー)

日本医療機能評価機構認定病院
医療法人社団 常仁会

牛久愛和総合病院

〒300-1296 茨城県牛久市猪子町896番地
Tel 029-873-3111 Fax 029-874-1031
ホームページ <http://www.jojinkai.com>

《関連施設》

総合健診センター	Tel 029-873-4334
健康増進施設 スポーツリラックス	Tel 029-874-8791
介護老人保健施設 春秋園	Tel 029-870-3100

