

ふれあい

2016

7

No.352

牛久愛和総合病院 広報誌



「視覚障害の現状」

眼科 医長 矢部 美香子



私たちには安全で快適な生活をおくるために、自分の周りの情報（視覚、聴覚、嗅覚、触覚、味覚）を使って生きています。これらのうち、視覚を使うことにより、外界の情報の約80%をとりいれているといわれています。眼球は体の部分としては小さい場所ですが、その機能は私たちの生きる楽しみや喜びを増やし、快適な生活をおくるために重要な役割を果たしています。また、視力の低下は我々の生活の質の重大な障害になります。

ものを見る能力である視覚とは①視力②視野③色覚の3つの要素から成ります。視力と

はものをみわける能力であり、視野とはものが見える範囲、色覚とは色を見分ける能力のこととなります。この3つの要素のいずれかが障害されても見え方の障害がおきますが、ひとつの疾患で複合して障害をおこしてくることも珍しくありません。

日本人における視覚障害者数は約160万人以上と推定されています。原因としては

1位 緑内障 (20・9%)	2位 糖尿病網膜症 (19%)	3位 網膜色素変性症 (13・5%)	4位 加齢黄斑変性症 (9・3%)
----------------	-----------------	--------------------	-------------------

となりております。

(2007年厚生労働省研究班の調査報告書の調査結果)

また世界に目をむけると失明原因として

1位 白内障 (51%)	2位 緑内障 (8%)	3位 黄斑変性症 (5%)
--------------	-------------	---------------

(2010年WHO世界保健機関)

となっています。日本ではあたりまえになつてゐる白内障手術も世界全体でみるとまだ普

及してない地域も多く、放置すれば失明にいたるということがわかります。

日本における視覚障害者の60歳以上の割合が70%以上をしめていると考えられており、今後高齢化社会の進行に伴い、視覚障害者の数は増加することが予想されます。

われわれの生活に重大な役割を担つていて視覚ですが、中途失明を予防することは可能と考えられます。

1位の緑内障であれば自覚症状が出る前の検診により早期発見できる可能性があります。2位の糖尿病網膜症に関してもやはり無自覚の糖尿病を検診で発見し治療を開始することにより糖尿病網膜症へ至るケースを少なくすることができます。そして近年増加している加齢黄斑変性も喫煙や欧米化した食事による発症の可能性が示唆されていますので、禁煙や食生活の改善により発症のリスクを減らせるかもしれません。

眼の症状で気になることがあります。眼科へご相談いただければ

第57回 生活習慣病教室

「むくみ（浮腫）」

日時…平成28年5月17日（火）14時半～15時半
場所…牛久愛和総合病院 B館2階大ホール
講師…循環器科 医長 山崎 明 医師

◆むくみとは

血管外の液体が増加し、細胞と細胞の間に余分な水分が溜まつた状態をいいます。むくみには、病気によつて起るものと生活習慣で起るものがありますが、多くは後者が占めています。

◆むくみの原因

むくみには様々な原因がありますが、主に生活習慣が関わっています。

○生活習慣によるもの

・運動不足（座りっぱなし、寝起き）
・立ち仕事
・飲酒
・肥満
・塩分の摂り過ぎ

○心不全

心臓の働きが弱くなる病気で、右心不全と左心不全があります。このうち、むくみを引き起こすのは、右心不全です。静脈の圧力が上がつて全身から血液が心臓へ戻れない為に、むくんでしまうのです。（左心室は全身へ血液を送り出す働きを行つてゐる為、左心不全になると血液が送り出せず、悪化すると連鎖的に右心不全にもなります。）

○病気によるもの

・毛細血管の圧力の上昇（血液の量が増えることで起る）
・血液が薄くなる（血中のたんぱく質や赤血球が減つてしまつ）
・炎症
・リンパ系の流れの悪化
・その他

薬物（代表的なものとしては、腎臓の病気で、尿にたんぱく

○腎不全

腎臓の働きが半分以下になり、十分な尿を作ることが出来ず、悪いものを体外へ排出できなくなる病気です。結果、全身に水が溜まりむくんでしまうのです。また、血液量が増加し、血管の圧力が上昇することも影響しています。

○肝硬変

肝硬変は、肝臓でたんぱく質を作ることができなくなり、血中のたんぱく質が減りむくみが生じます。

○深部静脈血栓症

下肢の深部静脈に血栓ができる病気です。血液が戻ること

○飲酒によってむくむ理由

お酒を飲んだ翌朝、顔や体がむくんでいるという経験をしたことがあります。

○塩分と水分補給

塩を摂ると、血管の中に全部吸収されてしまいます。すると、血液の中の塩分濃度を保つため

◆むくみの治療について

一番は、生活習慣の改善、体を動かすことです。また、立ち仕事の場合には、間に休憩を入れ、むくんできたら脚を高く

◆むくみの治療について

おおよそ1日1.5～2リットル必須となり、喉が渴いたと判断し、

◆むくみの治療について

次のお酒を飲みます。飲酒をすればより血管が開く→また喉が渇く→次のお酒を飲む：結果、

◆むくみの治療について

※1日の水分摂取目安量

◆むくみの治療について

体重kg÷30（普通体型の人は、おおよそ1日1.5～2リットル必

◆むくみの治療について

分を補おうと水分を欲します。つまり、喉が渴いたと判断し、

◆むくみの治療について

次のお酒を飲みます。飲酒をす

◆むくみの治療について

ればより血管が閉く→また喉が渇く→次のお酒を飲む：結果、

◆むくみの治療について

※1日の水分摂取目安量

◆むくみの治療について

体重kg÷30（普通体型の人は、

◆むくみの治療について

おおよそ1日1.5～2リットル必

◆むくみの治療について

分を補おうと水分を欲します。つまり、喉が渴いたと判断し、

◆むくみの治療について

次のお酒を飲みます。飲酒をす

◆むくみの治療について

ればより血管が閉く→また喉が渇く→次のお酒を飲む：結果、

◆むくみの治療について

※1日の水分摂取目安量

◆むくみの治療について

体重kg÷30（普通体型の人は、

◆むくみの治療について

おおよそ1日1.5～2リットル必

◆むくみの治療について

分を補おうと水分を欲します。つまり、喉が渴いたと判断し、

◆むくみの治療について

次のお酒を飲みます。飲酒をす

◆むくみの治療について

ればより血管が閉く→また喉が渇く→次のお酒を飲む：結果、

◆むくみの治療について

※1日の水分摂取目安量

◆むくみの治療について

体重kg÷30（普通体型の人は、

◆むくみの治療について

おおよそ1日1.5～2リットル必

◆むくみの治療について

分を補おうと水分を欲します。つまり、喉が渴いたと判断し、

◆むくみの治療について

次のお酒を飲みます。飲酒をす

◆むくみの治療について

ればより血管が閉く→また喉が渇く→次のお酒を飲む：結果、

◆むくみの治療について

※1日の水分摂取目安量

◆むくみの治療について

体重kg÷30（普通体型の人は、

◆むくみの治療について

おおよそ1日1.5～2リットル必

◆むくみの治療について

分を補おうと水分を欲します。つまり、喉が渴いたと判断し、

◆むくみの治療について

次のお酒を飲みます。飲酒をす

◆むくみの治療について

ればより血管が閉く→また喉が渇く→次のお酒を飲む：結果、

◆むくみの治療について

※1日の水分摂取目安量

◆むくみの治療について

体重kg÷30（普通体型の人は、

◆むくみの治療について

おおよそ1日1.5～2リットル必

◆むくみの治療について

分を補おうと水分を欲します。つまり、喉が渴いたと判断し、

◆むくみの治療について

次のお酒を飲みます。飲酒をす

◆むくみの治療について

ればより血管が閉く→また喉が渇く→次のお酒を飲む：結果、

◆むくみの治療について

※1日の水分摂取目安量

◆むくみの治療について

体重kg÷30（普通体型の人は、

◆むくみの治療について

おおよそ1日1.5～2リットル必

◆むくみの治療について

分を補おうと水分を欲します。つまり、喉が渴いたと判断し、

◆むくみの治療について

次のお酒を飲みます。飲酒をす

◆むくみの治療について

ればより血管が閉く→また喉が渇く→次のお酒を飲む：結果、

◆むくみの治療について

※1日の水分摂取目安量

◆むくみの治療について

体重kg÷30（普通体型の人は、

◆むくみの治療について

おおよそ1日1.5～2リットル必

◆むくみの治療について

分を補おうと水分を欲します。つまり、喉が渴いたと判断し、

◆むくみの治療について

次のお酒を飲みます。飲酒をす

◆むくみの治療について

ればより血管が閉く→また喉が渇く→次のお酒を飲む：結果、

◆むくみの治療について

※1日の水分摂取目安量

◆むくみの治療について

体重kg÷30（普通体型の人は、

◆むくみの治療について

おおよそ1日1.5～2リットル必

◆むくみの治療について

分を補おうと水分を欲します。つまり、喉が渴いたと判断し、

◆むくみの治療について

次のお酒を飲みます。飲酒をす

◆むくみの治療について

ればより血管が閉く→また喉が渇く→次のお酒を飲む：結果、

◆むくみの治療について

※1日の水分摂取目安量

◆むくみの治療について

体重kg÷30（普通体型の人は、

◆むくみの治療について

おおよそ1日1.5～2リットル必

◆むくみの治療について

分を補おうと水分を欲します。つまり、喉が渴いたと判断し、

◆むくみの治療について

次のお酒を飲みます。飲酒をす

◆むくみの治療について

ればより血管が閉く→また喉が渇く→次のお酒を飲む：結果、

◆むくみの治療について

※1日の水分摂取目安量

◆むくみの治療について

体重kg÷30（普通体型の人は、

◆むくみの治療について

おおよそ1日1.5～2リットル必

◆むくみの治療について

分を補おうと水分を欲します。つまり、喉が渴いたと判断し、

◆むくみの治療について

次のお酒を飲みます。飲酒をす

◆むくみの治療について

ればより血管が閉く→また喉が渇く→次のお酒を飲む：結果、

◆むくみの治療について

※1日の水分摂取目安量

◆むくみの治療について

体重kg÷30（普通体型の人は、

◆むくみの治療について

おおよそ1日1.5～2リットル必

◆むくみの治療について

分を補おうと水分を欲します。つまり、喉が渴いたと判断し、

◆むくみの治療について

次のお酒を飲みます。飲酒をす

◆むくみの治療について

ればより血管が閉く→また喉が渇く→次のお酒を飲む：結果、

◆むくみの治療について

※1日の水分摂取目安量

◆むくみの治療について

体重kg÷30（普通体型の人は、

◆むくみの治療について

おおよそ1日1.5～2リットル必

◆むくみの治療について

分を補おうと水分を欲します。つまり、喉が渴いたと判断し、

◆むくみの治療について

次のお酒を飲みます。飲酒をす

◆むくみの治療について

ればより血管が閉く→また喉が渇く→次のお酒を飲む：結果、

◆むくみの治療について

※1日の水分摂取目安量

◆むくみの治療について

体重kg÷30（普通体型の人は、

◆むくみの治療について

おおよそ1日1.5～2リットル必

◆むくみの治療について

分を補おうと水分を欲します。つまり、喉が渴いたと判断し、

◆むくみの治療について

次のお酒を飲みます。飲酒をす

◆むくみの治療について

ればより血管が閉く→また喉が渇く→次のお酒を飲む：結果、

◆むくみの治療について

※1日の水分摂取目安量

◆むくみの治療について

体重kg÷30（普通体型の人は、

◆むくみの治療について

おおよそ1日1.5～2リットル必

◆むくみの治療について

分を補おうと水分を欲します。つまり、喉が渴いたと判断し、

◆むくみの治療について

次のお酒を飲みます。飲酒をす

◆むくみの治療について

ればより血管が閉く→また喉が渇く→次のお酒を飲む：結果、

◆むくみの治療について

※1日の水分摂取目安量

◆むくみの治療について

体重kg÷30（普通体型の人は、

◆むくみの治療について

おおよそ1日1.5～2リットル必

◆むくみの治療について

分を補おうと水分を欲します。つまり、喉が渴いたと判断し、

◆むくみの治療について

次のお酒を飲みます。飲酒をす

◆むくみの治療について

医局	薬剤センター 10年	看護部 20年	医療安全推進室 30年
生理検査室	川村 高野 鈴木さつき 多田かおり 櫻井 祐子	古木 和哉 吉木 千聰 猪又 智子 中山 笑美 仁平 井波 康博	高野 晴美 海老根美佳 武

より一層のご活躍と病院の発展に貢献されることを期待します。



6/1

永年勤続表彰**出来事ピックアップ**板倉美千代
宮原直樹

6/1

編集だより
梅雨の時期は雨が多くてじめじめとした気候の日が続きやすいですが、雨の中で咲く紫陽花はとても美しいですね。今から夏の訪れが楽しみです。(A・S)

看護部	綿引	中座	萩原	持田	阿部	由行	公枝	中根美由紀	板倉美千代
看護部	中座	萩原	持田	阿部	由行	公枝	中根美由紀	板倉美千代	宮原直樹
医療企画部	経理課	大津	富脇	大津	阿部	知子	黒津	高橋満里子	
薬剤センター	保育課	中田	千聰	中田	仁美	由美	橋本	中根美由紀	
(総務課..) リハビリセンター	医療企画部	猪又	修子	猪又	雄子	若目田智子	原田	黒津	
関一博	経理課	中山	千聰	関一博	蘭	吉川	信子	橋本	
小山	保育課	猪又	修子	小山	吉川	神谷	原田	由美	
陽平	医療企画部	中山	修子	陽平	仁平	和美	信子	黒津	
博	薬剤センター	猪又	修子	博	井波	小山	若目田智子	橋本	
	(総務課..) リハビリセンター	中山	修子		博	愛	吉川	由美	
	関一博	猪又	修子			伸一	和美	黒津	
	小山	中山	修子				原田	由美	
	陽平	猪又	修子				信子	黒津	
	博	中山	修子				若目田智子	橋本	

病院理念

我々は医療全般は基より、3つの柱「救急医療」「予防医療」「高齢者医療」を通じて地域住民の皆様に最高の医療・福祉を提供すると共に、職員一同自己研鑽に励みます。

病院概要

病床数 489床（一般391床 医療療養型55床 地域包括ケア43床）

施設

敷地 59,449.60m² 駐車場 1151台



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

診療科目**【一般外来】**

総合診療科（内科）、消化器内科、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、小児科、総合外科、救急科、甲状腺・内分泌外科、乳腺科、消化器外科、内視鏡科、形成外科、整形外科、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）、禁煙外来

【専門外来】

整形外科（股関節、脊椎、スポーツ、肩関節、膝関節）
小児科（小児循環器、小児心理）
循環器科（心臓血管外科）
皮膚科（レーザー）
外科（そけいヘルニア）
形成外科（下肢静脈瘤）

