

はとぶき

特集

緑内障を学ぶ
失明の危険性を
少しでも減らすために

緑内障を学ぶ

健康ナビ VOL.9

「脳ドック」って何?その2

医療連携室だよりVOL.20

武市クリニック/梶の木内科医院

はとぶきホットライン VOL.19

四季の健膳「夏」

米茄子の肉味噌かけ

はとぶき 第20号 <発行> JCHO可見とうのう病院 〒509-0206 岐阜県可見市土田121番地5 TEL.0574-25-3113 FAX.0574-25-4657

■ 外来診療担当表 平成29年9月1日現在

診療科		月	火	水	木	金
内科	総合	交替制	交替制	交替制	交替制	交替制
	2診 (消化器)	佐藤 淳一	清水 達治	印藤 敏彦	清水 達治	印藤 敏彦
	3診		岩田 敬和	山田 清康	3診佐藤 淳一	平山 賢志
	4診 (循環器)	横内 一彦	山田 清康	林 尋之	平岩 宏章	横内 一彦
			13:00~ 林 尋之			
	5診 (呼吸器)		佐野 将宏		奥村 隼也	
	6診 (神経内科)	井口 洋平	小野寺 一成		小池 春樹	横井 聡
	7診 (血液)	吉田 均	伊藤 貴彦	吉田 均	山本 秀行	
8診 (糖尿病・内分泌)	池庭 誠	代 務		高槻 健介	舟橋 夕貴子	
外科	1診	横井 剛	鈴木 和志	瀬古 浩		横井 剛 (一般・乳腺)
	2診	池山 隆	清水 大輔	清水 大輔	池山 隆	第1・3・5 交替制 (血管外科)
	3診		岸田 喜彦	鈴木 和志 (乳腺 新患)	親松 裕典 (呼吸器外科)	岸田 喜彦
	形成外科(予約制)		2・4週 14:00~ 高成 啓介			
	小児外科(予約制)		14:00~ 岸田 喜彦			
整形外科	1診	交替制	岡田 貴士	大倉 俊昭	伊藤 定之	牧田 和也
	2診	中野 健二			中野 健二	
	3診	井上 太郎 (脊椎)	岩月 克之 (手外科)	幸島 寛	鈴木 望人 (リウマチ)	幸島 寛
	午後					4週 14:00~16:00 川崎 雅史(股関節)
泌尿器科	1診	青木 重之	山田 芳彰	青木 重之	原 浩司	山田 芳彰
	2診	森永 慎吾	原 浩司	中村 小源太		
小児科	1診	金山 恵子	月舘 幸一	月舘 幸一		金山 恵子
	専門外来(午後 予約制)			1週 (小児循環器) 長谷川 誠一		2・4週 (神経) 大野 敦子
耳鼻咽喉科	1診	平野 光芳	平野 光芳	平野 光芳	平野 光芳	平野 光芳
	2診	櫻井 一生		中島 真幸	田邊 陽介	
婦人科	1診	片山 宣	新保 暁子	眞鍋 てるみ	石田 千晴	片山 宣
皮膚科	1診					交替制 完全予約制
脳神経外科	1診			大島 良介		
眼科	1診	加藤 彩	加藤 彩	加藤 彩	(受付10:30まで) 土井 浩史	加藤 彩

● 外来受付時間 8:30~11:30

● 休診日 土・日・祝日・年末年始

編集後記

眼の老化や障害は誰にでも起こる可能性があります。今回特集した緑内障も、老化が原因の1つだといわれています。今見えている大切な人や景色をいつまでも見られるよう、きちんと健康診断を受けましょう。また、前号と今号にわたり脳ドックについてご紹介しました。市民公開講座でも、「心臓病・脳卒中を予防して健康寿命を保つコツ」を講演します。ぜひご来場ください。

特集

緑内障を学ぶ

失明の危険性を
少しでも減らすために

緑内障といえば、大半の人が失明の恐怖を抱きます。確かに日本において最も多く失明の原因となっている病気です。しかし、早期発見と的確な治療によって、進行を抑えられます。正しい知識を持つためにも、緑内障とはどのような病気なのか、眼科の加藤彩医師に教えてもらいました。

可児市「～ぜひ知ってほしい～今を生きる心」事業

市民公開講座

主催：JCHO可児とうのう病院

共催：可児市・可児医師会

2017 **9/23** 土

14:00～15:30 (開場13:00)

会場 可児市文化創造センター
ala(ア-ラ)小劇場 虹のホール
〒509-0203 可児市下恵土3433-139

定員
300名
全席自由

入場無料
予約不要

心臓病・脳卒中を予防して 健康寿命を保つコツ

井澤 英夫 氏

藤田保健衛生大学坂文種報徳會病院 病院長
循環器内科教授・医学博士

同時開催

13:00～13:45 介護なんでも相談 (小劇場ホワイエ)

※地域包括ケアセンタースタッフが皆さまのお困りごとにお応えします。
開演前までのお時間において先着順です。

13:00 ロコモ体操 体験 (虹のホール)

※お席にいたままご参加いただける理学療法士による体操を体験できます。
開演前のお時間にぜひ参加ください。

問い合わせ

JCHO可児とうのう病院 総務企画課

TEL 0574-25-3113

URL <http://kani.jcho.go.jp/>

視神経が障害を受けて 視野が狭くなっていく病気

緑内障は、眼と脳を繋ぐ視神経が何らかの原因で障害される病気です。眼圧の高さが病因の一つといわれていますが、「何らかの原因」と記したように、現状では確実な原因はわかっていません。視神経の脆弱さ、血流の少なさ、免疫の異常なども病因として考えられています。

眼圧とは眼球に張りを与えている力で、房水と呼ばれる液体の流れによって生じます。多少の変動はあるものの、ほぼ一定の値を保っている眼圧が上昇すると、眼の奥にある視神経が傷むなどの障害が出てきます。

視神経が障害を受けた場合、視野が狭くなっていく「視野狭窄^{せいのうせう}」や、部分的に見えなくなる「視野欠損」が起こり

ます。これらの視覚障害を放置しておくと緑内障が進み、視力が低下していきます、ときには失明に至ります。

緑内障にはいくつかの種類があります。一般に多いのが「開放隅角緑内障^{かいほうぐうかくりよくないしやう}」。房水排出路が目詰まりを起し、上手く房水が流出されないため眼圧が上昇するタイプの緑内障で、ゆっくりと病気が進行していくのが特徴です。同じタイプの緑内障に、眼圧が正常範囲である「正常眼圧緑内障」があり、日本人の緑内障患者の過半数を占めます。

40歳以上の日本人では 20人に1人が緑内障患者

平成12年から13年にかけて、多治見市で一般市民を対象とした大規模な緑内障疫学調査が行われました。そ

の結果、40歳以上の人のうち5%が緑内障であると判明しました。つまり、40歳以上の20人に1人の割合で緑内障の患者がいることになります。

そのうえ、緑内障と診断された人の約9割が、自分が緑内障であると気づいていませんでした。潜在患者の多さを調査によってわかったのです。

「緑内障は自覚症状に乏しい病気です。初期の段階では、見えない場所ができて、ものを見るときは両眼で見たり眼を動かしたりするので、その視野の欠損部分を補ってしまいます。ですから、視覚異常の自覚はほとんどありません」と加藤医師。

急性の緑内障では、頭痛や吐き気などの症状が現れるときもあります。緑内障の多くが慢性で、病気の進行が緩やかなことも、異常になかなか気づきにくい理由だといえます。患者自身



細隙灯(さいげきとう)顕微鏡検査。スリットランプからの細い光で眼球の各部を照らし、顕微鏡で拡大して見ます



圧縮空気を吹きつけて、眼圧を測定する機器。麻酔の必要がなく、30秒くらいで終わるため、定期健診や人間ドックなどでもよく行われる検査方法です



見えている範囲を検査する視野計。検査には30分近くかかりますが、緑内障の進行具合を判断するための重要な検査です



眼底に弱い赤外線を当てて、その反射波を解析し、網膜の断面を映像化する「3次元眼底像撮影装置」。最新の機器で、高画質な眼底観察によって緑内障をより適確に診断できます

が視力の低下や、視野の狭さなどを自覚するのは、緑内障がかなり進行した状態になってからなのです。

大切な眼を守るためにも 年に一度は眼科の健診を

「緑内障の進行は不可逆性である点



眼科専門医の加藤彩医師

医療や介護について話し合い、理解を深める

地域に必要とされる医療や介護の提供を目指すJCHO可児とうのう病院では、今年8月9日、独立行政法人地域医療機能推進機構法に基づく「地域連絡協議会」を開催しました。

病院の現状と地域の高齢化に対する支援体制を説明

平成26年より年2回開いている「地域連絡協議会」は、法律で義務づけられているもので、住民、行政、関係機関の代表者を交え、地域が必要とする医療や介護について協議します。今年8月に開催した7回目となる協議会には、可児医師会長、可茂保健所所長、可児市長、地元自治会の方々に加えて、当院からは病院長、副院長、事務部長、看護部長が出席しました。

現在のJCHO可児とうのう病院の状況を報告するなか、平成18年3月に一時閉鎖した産婦人科の再開についての質問がありました。当院に限らず、近年各地の病院において産婦人科が閉鎖されています。背景には、出産医療を取り巻くさまざまな問題点を理由とした、産婦人科医師の著しい減少があり、医師の確保が非常に難しいという現状の説明を行いました。さらに小児医療を担う医師不足も深刻で、小児科に関しても課題となってきていることに言及しました。

新たに稼働した「地域包括ケアセンター」についても説明



地域医療について発言する富田成輝可児市長

高齢化率が高い帷子地域の住民より、包括支援センターを開いてほしいという要望が高く、「可児市帷子地域包括支援センター」を今年4月に開設しました。稼働にあたっては、土田地区を担当する「可児市土田地域包括支援センター」と「附属居宅介護支援センター」とともに、当院敷地内の「訪問看護ステーション」が入る建物に集約し、在宅介護の拠点施設「地域包括ケアセンター」として設置しました。

高齢者をいかに地域で支え合っていくか。そのための取り組みが今後さらに大切になってきます。これからも市や医師会と協力しながら、より地域に根ざした医療や介護の提供に努めていきます。



1_第7回「地域連絡協議会」を当院講義室で開催 2_プロジェクターを用い、岸田喜彦院長が当院の概況を報告 3_地域の方々から、たくさんの質問や意見を頂きました

圧迫されないようにするのが、緑内障の治療になります。いい換えると、早期に発見できれば、まだ軽いうちに視力や視野の悪化を抑えられるのです」と加藤医師は早期発見の重要性を説きます。健康診断で行われる「眼底検査」で異常を指摘され、緑内障発見のきっかけになることが多いです。眼底カメラという機器を使い、眼底にある血管や網膜、視神経を撮影します。視神経の形(乳頭形状)に独特の変化が確認されれば、緑内障の疑いがあります。

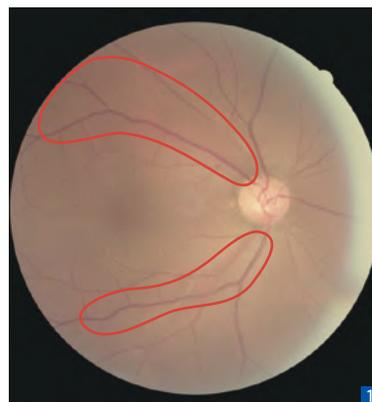
緑内障を診断する検査には、眼の硬さ(眼圧)を測定する「眼圧検査」、視神経の状態を診る「眼底検査」、見えている範囲を調べる「視野検査」、網膜の断面像を確認する「画像検査(OCT)」、房水の流れを調べる「隅角検査」などがあります。

検査で緑内障と診断されたら、治療

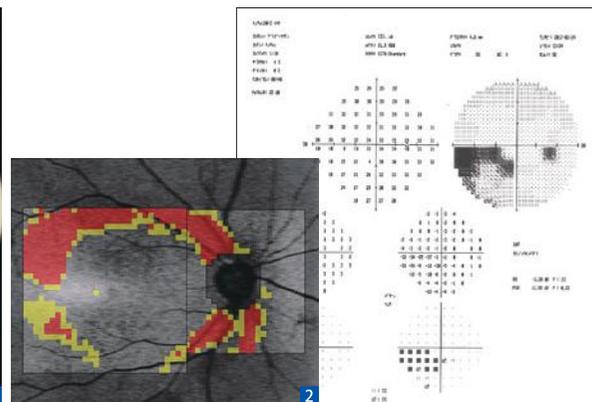
に入ります。大半の患者が、眼圧を下げる薬物療法(点眼薬による治療)で進行をくいとめられます。点眼薬だけでは効果が不十分であったり、視野障害が進行したりする場合は、レーザー治療や手術が行われます。

繰り返しますが、緑内障は治療をしたからといって、喪失した視力や視野が回復するわけではありません。五感による知覚の割合は、視覚が8割を超えるといわれています。その大切な器官である眼を守るためにも、早期発見・早期治療が大切です。少なくとも年に1回は眼科の健診を受けてほしいと、加藤医師は呼びかけます。

※一般の定期健康診断では、眼圧検査や眼底検査が検査項目にない場合があります。詳しくはJCHO可児とうのう病院健康管理中心、または各健診機関へ電話にてお問い合わせください



右眼の眼底写真(1)で囲み線の部分にNFLD(視神経線維層欠損)を認めます。光干渉断層計(OCT)の緑内障解析(2)では、赤色部分に網膜内層厚の非薄化が認められます

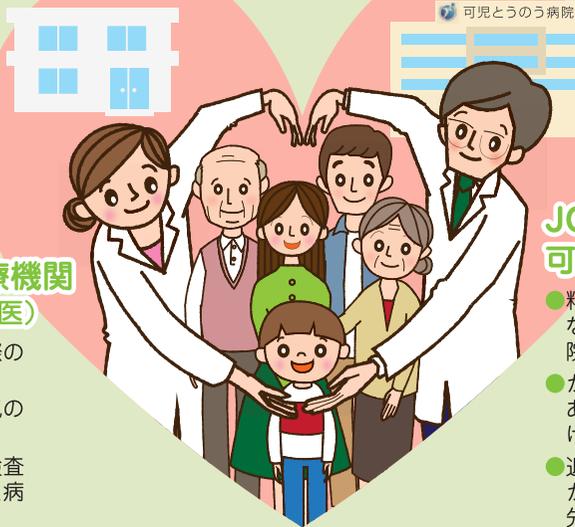


3_Humphrey 静的視野検査結果(右眼)

患者さんの健康を守る地域医療の輪

主治医はふたり

地域のかかりつけ医とJCHO 可児とうのう病院の医師が連携し合い、ひとりの患者さんに対して共同で継続的な治療を行います。



地域の医療機関 (かかりつけ医)

- 体調不良の際の相談
- 日常的な病気の治療など
- 入院や精密検査が必要な時は、病院へ紹介

JCHO 可児とうのう病院

- 精密検査や手術、専門的な治療が必要な外来・入院診療
- かかりつけ医の紹介状があれば優先的に診療を受けられる
- 退院時の相談、在宅医療、かかりつけ医の紹介、転院先の病院や施設などを紹介

困った!を解決するQ&Aコーナー

JCHO 可児とうのう病院医療連携室「みどりの窓口」では、さまざまな心配ごとのご相談をお受けしています。今号では、身体障害者手帳についてお話しします。

※詳細のお問い合わせ、申請窓口は、お住まいの市町村役場の障害福祉担当課です

身体障害者手帳を取るにはどうしたらいいの？

病气や怪我などで身体に不自由が残った場合、その場所や程度により主治医が手帳取得の対象となるかを判断します。対象となったら主治医の診断書と本人の顔写真(規定あり)と印鑑スタンプ式は不可を持って市町村役場の申請窓口で申請してください。

医療費が助成されるって聞いたけど...

岐阜県の場合、1〜3級(市町村によっては4級の二部も対象)は医療費自己負担分が助成されます。所得制限など、市町村によって助成条件が異なります。

地域医療機関と JCHO 可児とうのう病院を結ぶ懸け橋 医療連携室だより

JCHO 可児とうのう病院医療連携室「みどりの窓口」では、連携している地域のかかりつけ医との関係を深め、より充実した地域連携を提供できるように努めています。今号は、「武市クリニク」と「梶の木内科医院」を紹介します。

VOL.20



専門の医師が加わり、これまで以上に充実した糖尿病治療を提供しています



今年5月に着任した坂井聡美医師は、内分泌代謝内科が専門です。糖尿病や高脂血症、痛風などの代謝に関わる病气、甲状腺や副腎などホルモンの異常に関わる病気の診療を担当しています。糖尿病の治療については食事療法が特に重要で、血糖値をコントロールしながら楽しくつき合っていくことが大切と話します。「患者さんを温かく包み込むような医師になりたいです」と笑顔を見せます。

坂井聡美 医師

気軽に相談できる女性ならではの診療を目指します。

梶の木内科医院

住所 可児市川合2340-1
電話 0574-60-3222
診療科 内科、循環器科、胃腸科、呼吸器科、小児科、アレルギー科

P 有

診療時間	曜日	月	火	水	木	金	土	日祝
8:30~12:00		○	○	○	○	○	△	/
15:30~19:00		○	○	○	/	○	/	/

※△8:30~13:00



胃や腸など消化器の疾患を中心に、早い対応をモットーにしています



医師の家系で、自身が3代目と話す武市瞭院長。当初は勤務医をしていましたが、1977年8月、現所在地に独立開院しました。以来40年、かかりつけの相談医師的存在として、地域の人たちから頼りにされています。生活習慣病の患者が多く、診察ではよく話を聞き、わかりやすく答えを提示することで、安心感を与えられるような心がけています。病気の悩みなど、気軽に相談してほしいと呼びかけます。

生活習慣病の改善には、規則正しい生活が大切です。

武市 時子 医師 武市 瞭 院長

武市クリニック

住所 可児市今渡1256-1
電話 0574-25-1138
診療科 胃腸科、循環器科、婦人科、内科

P 有

診療時間	曜日	月	火	水	木	金	土	日祝
8:30~12:00		○	○	○	○	○	○	/
15:30~18:00		○	○	/	○	○	/	/

「脳ドック」って何？ その2

「あれってどんなふうに検査しているの？」「こんなときどうすればいいの？」など、病院に関わる疑問を解決します。今号では前号に引き続き「脳ドック」について、どんな検査なのかを紹介していきます。

脳の病気の早期発見に特化した検査 脳ドック〈頸動脈超音波検査〉

脳の病気の兆候や危険因子を探る「脳ドック」。中心となるのが画像検査で、頭部の断面画像を立体的に映し出して脳内の状態を調べる「MRI検査」、頭部の血管の様子がわかる「MRA検査」、頸動脈の状態を観察する「頸動脈超音波検査」などがあります。

前号でMRIとMRAの両検査を紹介しましたので、今号は頸動脈超音波検査（頸部血管エコー検査）について見てみましょう。

心臓から脳に血液を送る太い動脈「頸動脈」は、首（前頸部）の左右を走っています。頸動脈超音波検査は、この頸動脈に超音波をあてて、反射波（エコー）を画像化し、動脈硬化の程度を評価します。

事前の準備や注射などの処置はなく、ベッドに仰向けに寝て、枕をはずした状態で検査が行われます。首の部分にゼリーを塗り、プローブと呼ばれる器具をあてますが、痛みはありません。左右合わせて20～30分程度で検査は終了です。

動脈の壁は内膜・中膜・外膜の3層構造になっており、検査では内膜と中膜の厚みを測定します。厚さが1ミリを超えると動脈硬化が示唆されます。また、その厚みが部分的に、さらに厚くなったところをプラークといいます。このプラークによって血液が流れる通路が狭くなったり、プラークが破れたりすることによって、血のかたまりである「血栓」ができやすくなります。プラークや血栓にのって運ばれて脳の細い血管で詰まることで、脳梗塞を引き起こすことがあります。

脳卒中（脳血管疾患）で死亡した人のうち約6割が、脳梗塞が原因です。脳梗塞を一旦発症すると、たとえ命が助かったとしても、多くの場合、後遺症が残ってしまいます。しかし、早期発見によって後遺症を残さず治療をするのも可能です。

臨床検査技師の石井美江さんは「動脈硬化を招く要因として高血圧、糖尿病、高脂血症、肥満、喫煙などが挙げられます。それらに該当する人は、脳梗塞の発症リスクもあるわけですから、脳ドックを一度受診されることが望ましいですね」と話します。

JCHO可児とうのう病院健康管理センターでは、脳ドックを実施しています。人間ドックや健診と併診する人も多く、脳疾患の早期発見のためにも、ぜひ受診しましょう。



頸動脈超音波検査はベッドに横になっているだけで、動脈硬化の程度や脳梗塞のリスクを推定できるという優れた検査です。脳ドックの申し込みや費用などの詳細は、健康管理センター（0574-25-3115）まで問い合わせください



検査では頸動脈の血管腔を観察して、詰まり具合なども調べます。そのため、頸動脈に垂直な断面（横断）と平行な断面（縦断）をスキャンします。写真は横断面の画像です



臨床検査技師
石井美江さん

四季の健康「夏」

調理師が考える健康食をご家庭で！

JCHO可児とうのう病院で提供する病院食は、当院栄養管理室が献立を決定し調理したものです。そのなかで月に一度郷土料理や季節を取り入れた特別な献立を提供しています。「健康的でおいしく、見た目にも食欲をそそる料理を」と考えられたメニューを、ぜひ一度つくってみてはいかがでしょうか。



米茄子の肉味噌かけ

【材料】2人分

米茄子1本	上白糖8g
鶏ひき肉20g	油6g
赤味噌12g	アサツキ適量

【作り方】

- 1 米茄子を縦半分に切り、切り目を入れて水につけ、あく抜きをする。
- 2 鶏ひき肉を炒め、赤味噌、上白糖で味噌だれを作る。
- 3 フライパンに油を敷き、米茄子を入れて焦げ目をつけて十分加熱する。
- 4 3に味噌だれをつけ、オープンまたはトースターで味噌だれに焦げ目をつける。
- 5 器に盛り、アサツキを上から振りかけて完成。



調理師の須藤務さん

患者さんが季節を感じられるように、夏らしい米茄子を使ったメニューを考えました。米茄子と相性の良い赤味噌を使用しています。赤味噌を白味噌に変えると料理全体の雰囲気が変わり、梅だれにすると酸味が利いた違う味を楽しめます。