

あおぞら

2014 2月号

この広報誌は、田園調布中央病院と患者さまが一体となって、病気やけがと闘うために少しでもお役に立てるよう、スタッフ一同が心をこめて皆さまへお送りする情報誌です。

今月の TOPICS

- 「緑内障とは？」
- 「乾燥肌のおはなし」

眼科部長 岩田 充弘
看護部 星見 晃江



内科:(一般・リウマチ・膠原病・呼吸器・消化器)
外科:(一般・消化器・呼吸器外科・肛門 内視鏡外科)
小児科:(一般・感染症・アレルギー・予防接種・育児相談)
整形外科:(一般・骨折・各関節痛・ひざ・骨粗鬆症)
眼科:(一般・白内障・網膜剥離・緑内障)
泌尿器科・循環器内科・皮膚科・疼痛外来
形成外科・脳神経外科

医療法人社団七仁会
田園調布中央病院
〒145-0071



東京都大田区田園調布 2-43-1
TEL:03(3721)7121

田園調布中央病院ホームページ
<http://denenchofu-hp.jp/>

発行:田園調布中央病院 広報委員会

病院理念

支える医療を実践する

基本方針

- ・救急・急性期医療に全力で取り組む事で、命を支えます。
- ・地域の方々と共に地域医療へ貢献する事で、地域を支えます
- ・疾病の早期発見・予防に努める事で、健康を支えます

患者様の権利

当院では患者様の

1. 良質で公平な医療を受ける権利
2. 医師による説明を受ける権利
3. 医療を選択し自己決定する権利
4. プライバシーを尊重される権利
5. 事故情報の開示を求める権利
6. 個人情報を守る権利

患者様の権利を尊重し安全で良質な医療の提供を行うために患者様のご協力をお願いいたします。

●緑内障とは？

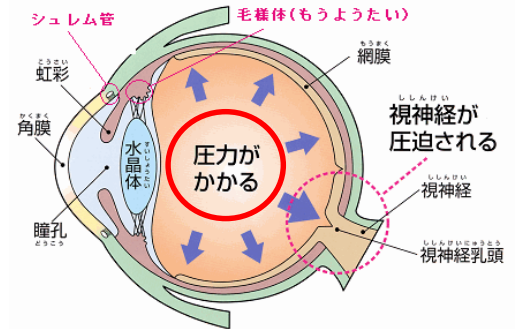


眼科部長 岩田 充弘

人間の視神経は 100～200 万本の神経線維が束なってできています。この視神経線維が何らかの原因でどんどん少なくなってしまう病気が緑内障です。何 10 年か前は眼圧（眼のかたさの指標あるいは眼の中の内圧）が高いと「あなたは緑内障かもしれません」と言われたものです。

確かに眼圧が高い（正常値は 10mmHg～21mmHg）と視神経に負担がかかるのでひとつの原因かもしれませんが、これだけではありません。一般的に高血圧、動脈硬化、強度近視の方も緑内障になりやすいと言われています。

【目のしくみ】



【眼圧検査】

それでは、どうしてを見つけるか？という事ですが、まずは区の検診で眼底写真を撮ってもらうと良いと思います。眼底写真を撮ることにより緑内障の疑いがあるかどうかをチェックします。

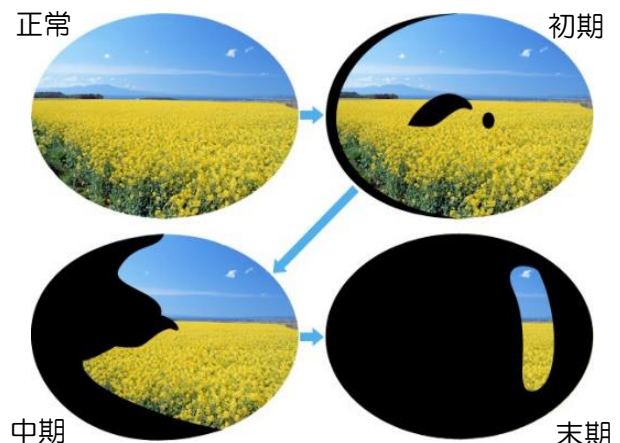
次に眼科を受診してもらい光干渉断層計（OCT）や静視野検査により、緑内障の有無を確定します。検査の結果問題がなければ 1年に 1回の定期検査を続けてもらえば良いです。

緑内障は残念なことに治る病気ではないので進行を遅らせるため点眼薬は一生続けなければいけません。何年か続けると薬の効果も減弱してくるので視野の変化を見ながら次に手術療法となります。手術は約 30 分で 1 日入院となります。

“検査で問題なければもういいでしょ？”と思われる方もいると思いますが、今大丈夫でも緑内障疑いの方は、翌年に変化が起こることもあるので定期検査は必要です。

検査で緑内障と判定された方は次に治療となります。治療はまず点眼薬から始めます。点眼薬をする事により眼圧を下げます。目標は今の眼圧を 20%おとすという事です。点眼薬は 1 種類で効果がでない場合、何種類か組み合わせる事になります。

【視野が欠けるイメージ（右目）】



緑内障は放置しておくと視神経が減っていく事により、視野が失われ失明の危機にもおちいる病気です。残念ながら失ってしまった視野は戻らず、治療も一生続けなければいけませんが、早期発見、早期治療と毎日の点眼をする事により、視野を維持する事は可能であり、生活の質を守る事ができます。

●乾燥肌のおはなし

看護部 星見 晃江



さむ〜いこの季節。お肌が荒れて水仕事がつらい！という方は少なくないと思います。肌が荒れてカサカサの状態というのは、御存じのとおり皮膚に潤いが少ない状態です。皮膚が潤いを保っているのは皮膚の一番上層にある角質という部分が影響を与えます。角質は皮膚に必要な水分の量を保っているのですが、加齢・環境・季節・栄養不足・薬剤などによって大きく影響します。皮膚の水分量が減少すると、乾燥だけでなく皮膚の亀裂を起こし細菌が侵入しやすい状態になり皮膚の炎症やかゆみを引き起こします。

では、どうしたら良いのでしょうか。

もちろん近隣にある皮膚科のお医者さんにかかって外用剤を処方してもらう、というのも一つの方法ですが、生活環境を変えるだけで、改善する場合があります。例えば、お風呂の入り方ですが、この季節、ついつい熱いお風呂に入って冷えた体を温める為に長湯をしがちです。しかし、熱いお風呂ではさらに乾燥を助長されてしまうのです。

<入浴方法>

1. お風呂の温度は 38~40 度以内に設定する
2. 長湯をしない
3. ナイロンタオルで肌をごしごしこすらない
(角質をどんどん剥がしてしまいます)
4. 肌の pH に近い弱酸性の洗浄剤を使用する
5. 洗浄剤を十分に泡立てて肌をなでるようにこする
6. 十分なお湯の量で泡をしっかり流す



汚れはタオルなどでこすってしまいがちですが、汚れが落ちるメカニズムというのは泡に含まれる成分が汚れに吸着しそれを除去する事で成立します。このため 3.5.6 は特に気をつけてください。

さらに、体から水分が蒸散するのを防ぐために、皮膚には皮脂腺という部分から体を守る為の膜を張っていますが、乾燥・加齢などによって減少してしまうので、こまめに保湿剤を塗る事が大事です。特に、入浴後 15 分以内に塗る事で皮膚に浸透しやすいのでぜひ心がけていただくと良いと思います。安価な保湿剤で構いません。こまめにしっかり全身にまんべんなく塗ることが乾燥肌への大事な対策です。特に寝たきりで介護を必要とされている方には褥瘡（床ずれ）への予防策にもなるので、ぜひ今からでも遅くないので気をつけていきましょう！



キュレルクリーム（ドラッグストアにて購入可能）



セキュラ ML（当院 2 階売店にて購入可能）

手軽なお値段の保湿剤でも構いません。しっかりと肌になじむもの・自分に合ったものを使用して下さい。

ノロウイルス注意報！

ノロウイルス感染症が
流行の兆し！



吐気・嘔吐



腹痛・下痢

ノロウイルス集団感染の大半は、誰かがまずノロウイルスに感染し、ヒトからヒトへ感染して拡がっていくというものでした。このヒトからヒトへの感染力はきわめて強力です。その流行を最小限に食い止めるために、ノロウイルス感染症の予防方法、家庭における注意点等を以下にあげてみました。

学校、職場、施設内などでは、内部でヒトからヒトに感染し、爆発的に流行することがあります。特に、子供や高齢者は健康な成人よりもずっとノロウイルスに感染し、発病しやすいですから、家庭内での注意が大切です。

最も重要な予防方法は手洗いです。帰宅時、食事前には、家族の方々全員が流水・石けんによる手洗いをを行うようにしてください。



調理や配膳は、十分に流水・石けんで手を洗ってからおこなってください。

衣服や物品、おう吐物を洗い流した場所の消毒は次亜塩素酸系消毒剤（ハイター等）を、水1ℓに対し4ccのハイターを入れ使用してください



おう吐物・下痢便の処理について

おう吐物や下痢便の処理をする前に、まず処理にあたる人以外の方を遠ざけてください。

マスク・手袋をしっかりと着用し、雑巾・タオル等で吐物・下痢便をしっかりとふき取ってください。眼鏡をしていない場合は、ゴーグルなどで目の防御をすることをお勧めします。ふき取った雑巾・タオルはビニール袋に入れて密封し、捨てることをお勧めします。

おう吐物や下痢便などで汚れた衣類は大きな感染源です。そのまま洗濯機で他の衣類と一緒に洗うと、洗濯槽内にノロウイルスが付着するだけでなく、他の衣類にもウイルスが付着してしまいます。

※消毒剤の希釈の際も素手で行わずに手袋を用いましょう。

国立感染症研究所 感染症情報センターホームページより抜粋

診療受付時間

受付時間：午前の部 8：00～12：00（小児科 11：30） 午後の部 8：00～16：30

診療時間：午前の部 9：00～ 午後の部 14：00～

面会時間：11：00～20：00

◆診療科により受付・診察時間が異なる場合があります。

詳細につきましては、お気軽にお電話または受付までお問い合わせください。

◆ご面会は他の患者様に迷惑のかからないよう、面会時間をお守りください。