

ドライアイについて

■ドライアイとは？

ドライアイとは、別名「乾性角結膜症」と言います。
簡単に言えば涙の量や、涙の質の異常により、角膜(黒目の部分)の表面が乾いてしまい、傷がついたりすることです。

本来、角膜は涙液が表面に均一に保たれることにより、乾燥を防ぎます。

ドライアイでは、角膜が乾燥しやすい状態になっていますので、傷がつきやすい状態になっています。



■どんな症状？

目がゴロゴロしたり、ベタベタする、違和感、不快感がある、充血しやすい、目が疲れやすい、重たい感じがする、乾いた感じがする、まばたきが多い、涙がでにくい、といった様々な症状が見られます。

■原因は？

●涙の量が少ない

もともと涙が少ないことや、体の病気に関係する場合があります。(例えば膠原病、リウマチ、シェーグレン症候群、糖尿病など)

●涙の質の異常

涙には水の成分の他に油の成分もあります。まぶたのふちに、マイボーム腺という分泌腺があり、そこから出た油成分が水分と混じります。水の表面に油の成分がコーティングされることで、涙が目の表面に均一に広がり、またすぐに蒸発するのを防ぎます。

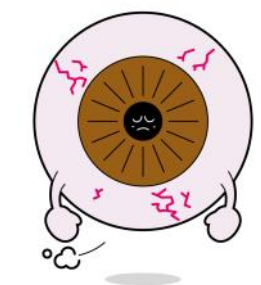
加齢により、このマイボーム腺の機能が低下したり、障害を受けると、涙の「質」も低下します。すると、きれいに目の表面を覆う涙ができにくくなります。

●その他

瞬きが少ない、瞬きが完全にできない(顔面神経麻痺など)もあります。

■検査

眼科での細隙燈検査(顎を台にのせて、目に細い光を当てます。)で、角膜の表面の状態を診察します。薬を使って傷の状態や、涙の質、量の状態を見ます。マイボーム腺のチェックも行います。



目次:

ドライアイについて	1 2
特診外来予定表	3
2012~13シーズン 発熱外来について	4 5
上五島病院フェスタ が開催されました!	5
12月の過ごし方	6

■治療は？

①点眼薬

人工涙液 涙の成分に近い点眼薬で、目の表面に水分の補充を行います。

ヒアルロン酸ナトリウム . . 保水により、涙液層を安定させます。

ジクアホソルナトリウム . . 水分分泌、ムチン分泌により涙液層を安定させます。



主な点眼薬として上記のものがあります。2種類以上併用する場合があります。

②外科的治療

涙点プラグ挿入 . . まぶたの内側には上下1箇所ずつ涙点が開いています。通常、そこから涙は目の表面から鼻の奥へと流れていきます。目に涙を留ませる意味で、この涙点に栓をします。

涙点閉鎖術 上記の涙点を糸で縫い合わせたり、機械を用いて凝固、閉塞させます。

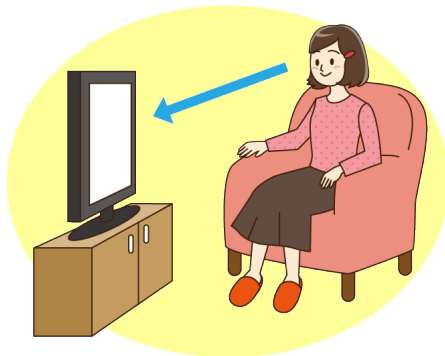
■予防、症状を和らげるために

●目が疲れたら休ませましょう。

(テレビ、パソコン使用時は一定時間で適度な休憩を)

●テレビやパソコンの画面は目より下に設置しましょう。

(画面を見下ろすように)



●部屋の乾燥を防ぎましょう。(加湿器などの使用)

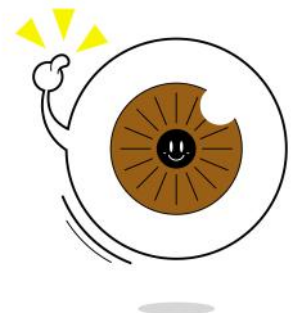
■最後に

意外ではありますが、ドライアイとは、乾燥するといった自覚症状よりも、疲れ目の訴えが多い傾向です。自分がドライアイ症状であると気づきにくい場合もあります。

また、日常生活でのストレスや、職場、生活環境にも症状が左右されます。

点眼治療に加え、それらの改善を図ることも効果的かもしれません。

気になる場合は眼科受診をお勧めします。



(眼科 船越 得一)



平成24年12月の特診外来予定表

	泌尿器科	耳鼻科	循環器科	神経内科	皮膚科
12月3日(月)		原先生 ★午前、午後			
12月4日(火)		原先生 午前			
12月5日(水)					竹中先生 午前
12月6日(木)	大庭先生 ★午前、午後				
12月7日(金)	大庭先生 午前、午後(～15時)				
12月10日(月)		穂山先生 ★午前、午後		森先生 ★午前	
12月11日(火)		穂山先生 午前	深江先生 ★午前、午後		
12月12日(水)					小川先生 午前
12月13日(木)	竹原先生 ★午前、午後				
12月14日(金)	竹原先生 午前、午後(～15時)				
12月17日(月)		畑地先生 ★午前、午後		調先生 ★午前	
12月18日(火)		畑地先生 午前	武野先生 ★午前、午後		
12月19日(水)					清水先生 午前
12月20日(木)	志田先生 ★午前、午後				
12月21日(金)	志田先生 午前、午後(～15時)				
12月24日(祝)					
12月25日(火)		渡邊先生 午前			
12月26日(水)					富村先生 午前
12月27日(木)	松尾先生 ★午前、午後				
12月28日(金)	松尾先生 午前、午後(～15時)				
12月31日(月)					

※赤字の診察は予約・紹介予約の患者さんのみです。

※船の欠航等により、予定は変更となる場合があります。ご了承ください。

★ 午前の受付開始時刻は8:30となっておりますが、診療開始時刻は医師来院時の交通機関の都合により、9:00～10:00頃の間で変動します。ご了承ください。

2012~13シーズン 発熱外来について

前号に続き、インフルエンザ関連情報：今回は発熱外来についてのお知らせです。

【発熱外来】を設置する理由は为什么呢。別の場所で、しかも車で待期…、いつも批判されてしまいます。今回は設置のいくつかの理由をお話します。

理由1：患者動線の分離

上五島病院は、島内唯一の産科施設であり、透析施設の1つです。新型インフルエンザの際に通達されましたが、『妊婦』、『腎疾患の患者』はインフルエンザに罹患すると重篤化し易いグループに属します。これらの人たちへのウイルス伝播を避けるために、インフルエンザを疑う患者は別の経路で診察が必要と考えています。また入院患者の中には『心臓病』や『免疫抑制状態の患者』がいます。これらの患者への伝播も抑えたいと考えています。病院に入院していたのに、インフルエンザに罹患した…ということがないようにしたいと考えています。この対策として、流行時期の面会制限も毎年併せて行っています。



理由2：待期患者同士の接触制限

インフルエンザかな？という患者が隣の席に座わり、マスクはしているがすごい咳だ…という経験はありませんか？

病院に行ったら、別の病気をもらって来ちゃう。実はその通りです。病院は島内で病気の人々の密度が最も高い場所です。冬に限らず高齢化の進むこの上五島では、外来患者が非常に多いのです。

待ち時間の間にインフルエンザに罹患したというのでは、病院に受診する意味がありません。疑わしい方を別の経路で診察する意義はここにあります。

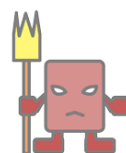
また、発熱外来に待合所を作っていない点は、発熱者同士とはいえ、インフルエンザではない可能性もありますので、発熱患者同士も隔離しています。インフルエンザじゃないと思うので、一般外来で…ということと言われる方がいますが、接触機会は可能な限り減らすよう設置していますので、ご安心下さい。



理由3：発熱からの受診タイミング

インフルエンザに罹ったかな？と考えると居ても立ってもいられない…という方が多いと思います。テレビを見ても早期受診を勧め、早い段階での治療を勧める特番が組まれます。発熱した人は全てインフルエンザなのでしょうか？いいえ違います。冬季にはその他の感染症も数多く流行します。

11月末現在、流行しているのは、マイコプラズマ肺炎やノロウイルス胃腸炎などです。発熱も出ますし、マイコプラズマ肺炎などは咳嗽も出ます。見た目には区別が付きません。では、全員にタミフルを出せば良いのでしょうか？インフルエンザでもないのに、タミフルなどの抗ウイルス薬を飲みたくないのでは？と思います。





では、どのタイミングが最も良いのか…。これまでのインフルエンザ対応の中で出された結論では、**発熱出現から24時間以上経過してから**の検査が最も信憑性が高いと考えます。ただし、インフルエンザ患者であっても、100%検査で陽性となる訳ではありません。最終的な診断は、周囲の状況や臨床症状などから、医師が診断をするものであり、検査はその一助でしかありません。そのためにも、より正確な検査を行いたいと考えています。『検査で陰性だった＝インフルエンザではない』ではありません。

また、外来の待ち時間の短縮の効果もあります。受診回数を1回にし、再診回数を減らすことが出来れば、待期患者数を減らせます。何度も受診するのは大変です。予め問診を電話で行い、スムーズに診察をすることが可能です。

(小児科 インフルエンザ対策部 小森 一広)



上五島病院フェスタが開催されました！

平成24年11月4日、当院および石油備蓄記念会館において、「上五島病院フェスタ」を開催いたしました。



当院は基本理念として、「地域と共に歩み、信頼され親しまれる病院」を掲げております。地域の皆さんに、より当院を身近に親しみ深く感じていただくために、「みんなの病院に遊びに行こう！」をテーマに病院フェスタを開催いたしました。今回、初の試みでしたが、多くの地域の皆さんにご来場していただき、盛況に終わりましたことを心より感謝いたします。

イベントは上五島高校ブラスバンド部による華々しいオープニング演奏で幕を開けました。午前中は当院において、病院見学ツアーや手術室見学、各種相談コーナーや妊婦体験、お菓子で調剤体験などの体験型イベント、上五島高校茶道部による呈茶や、消防車・救急車の展示、出店など様々な催し物が行われました。

皆さんが通常来院されるのは、ご自身の体調が悪い時や、お見舞い時などがほとんどかと思いますが、今回のイベントでは、普段とはまた少し違った視点で当院を見ていただけたのではないかと思います。

また、午後は石油備蓄記念会館において、五島市出身のバンド「ベベンコビッチオーケストラ」による演奏会が行われました。五島弁による親しみ深いバンド演奏はすっかりおなじみですね。上五島高校吹奏楽部・地元の子供たち、さらにはケアレンジャーとのコラボで会場は大盛り上がりとなりました。



足を運んでいただいた地域の皆さん、イベントへご協力していただきました関係各位の皆さんにこの場をお借りいたしまして厚くお礼申し上げます。

～12月の過ごし方～

つい先日年が明けたような気がします、早くも12月になりました。時の経つのは早いものです。

みなさん、年始に立てた目標を達成することはできましたか。(ちなみに筆者の目標は「歯医者に行く」だったのですが、やっと重すぎる腰をあげたのが11月でした…)

一年のしめくくり。今年中にこれもしなきゃ、あれもしなきゃ、となんだかせわしない気分になってしまう師走の月ですが、年末年始には長期のお休みという方も多いかと思えます。今年一年をゆっくり振り返り、来年の展望を考えるよい機会です。

また、年末年始には、お盆と同様に帰省される方も多くいらっしゃるかと思います。忙しい12月を乗り越えて、久々に会う家族・親戚・友人たちと、楽しいひとときを過ごされてください。(くれぐれも、お酒の飲み過ぎにはご注意を…)

年末まであと一ヶ月、ということで年賀状の準備をされている方も多いのではないのでしょうか。

作るは大変ですが、もらうとやはり嬉しいものです。最近では、パソコンの普及で簡単に年賀状が作れるようになりました。この時期は多くのデザインソフトを書店で見かけます。昔はさつまいもなどの野菜や消しごむで版を作ってみたり、みかんの絞り汁であぶりだしの年賀状を作ってみたり、一枚一枚イラストを描いたりしたことを思い出します。



さすがに社会人ともなると出す相手も多くなりますので一枚一枚手書きするのは大変ですが、パソコンで作ったものでも、ひとこと手書きのメッセージが添えられていたりすると嬉しいものですね。

年賀状のような風習は、他にも韓国や中国などでも見られるようです。欧州やアメリカ、南米諸国ではクリスマス前にクリスマスカードを交わすことが一般的で、その中で新年のお祝いも述べておくことが多いようです。国は違っても、新年をお祝いする気持ちは一緒ですね。

11月の後半あたりからぐっと冷え込んだ印象があります。みなさんくれぐれも風邪などで体調を崩さないようにお気をつけください。そして、よい年末年始をお過ごしください。



本年も院外情報誌「かつとっぽ」をご愛読いただきましてありがとうございました。来年も、よろしく願います。

(広報委員会 江口・馬込)

○基本理念

地域と共に歩み、
信頼され親しまれる病院

○5つの行動目標

- ①信頼と満足の得られる医療の提供
- ②地域の基幹病院としての診療機能の充実
- ③地域における保健・医療・福祉の連携
- ④IT化によるさらなる医療の効率化
- ⑤地域における疫学研究と医療従事者の教育・研究の推進



◆ご意見、ご感想を下記までお寄せください。

長崎県上五島病院
857-4404
長崎県南松浦郡新上五島町青方郷1549-11

電話 0959-52-3000
FAX 0959-52-2981
Email kamihp@gold.ocn.ne.jp
URL <http://www.kamigoto-hospital.jp>