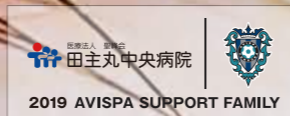


ほすびたる

特集

緑内障
Q&A

医療のことば辞典
お薬のおはなし
おうちでカンタン体操
健康コラム
インフォメーション。



広報誌「ほすびたる」Vol.090 2019. Summer

発行／医療法人聖峰会 田主丸中央病院

〒839-1213 福岡県久留米市田主丸町益生田892

田主丸中央病院 外来診療一覧表		診療受付時間 のご案内					
		(月)～(金) 8:30～11:30 13:00～16:30 (土) 8:30～11:30					
		※診療科によっては14時から診療開始いたします。					
		月	火	水	木	金	土
内科	午前	恒吉 豪 吉村 晴美	鬼塚 一郎	林田 未有 西原 功	井上 智博	森洙 隼斗	恒吉 豪 山本 茉世
	午後	矢野 千葉 中尾 裕	佐々木 雅浩 新村 美希	恒吉 豪 内田 啓一郎	井上 智博 吉満 たまみ	石松 高 石橋 徳英	(石松 高)※2
循環器内科 (心臓・血圧)	午前	島松 淳一郎 川崎 修平	山本 茉世 佐々木 雅浩	島松 淳一郎 板家 直樹	鬼塚 一郎 吉村 晴美	曾根崎 至誠 石松 高	鬼塚 一郎 島松 淳一郎 石松 高
	午後	川崎 修平	佐々木 雅浩	板家 直樹	循環器内科常勤担当医	石松 高	(石松 高)※2
ペースメーカー 不整脈外来	午後				久留米大学心臓・ 血管内科(第3週、不整脈班)		
消化器内科	午前	原田 久也	市岡 正敏			安倍 満彦	
	午後					安倍 満彦	
呼吸器内科 【専門外来】	午前	矢野 千葉	富岡 竜介 【睡眠時無呼吸】	光武 良幸	木下 隆 【咳・アレルギー】	光武 良幸 森洙 隼斗	光武 良幸(第1,2,5週) (第3,4週紹介のみ)
	午後	矢野 千葉					
禁煙外来	午前			光武 良幸		光武 良幸	光武 良幸(第1,2,5週)
糖尿病・内分泌内科		中尾 裕	新村 美希	内田 啓一郎	吉満 たまみ	石橋 徳英	小河 淳 多田隈 博(不定期)
腎臓内科(14時～)		伊藤 佐久郎	浦江 憲吾	※1	玻座真 琢磨	※1	
血液内科(午前)				山崎 嘉孝		山口 真紀	
脳神経内科(午前)							林 史恵(第1,3,5週) 貞島 祥子(第2,4週)
リウマチ・膠原病内科(午前)					内藤 靖		内藤 靖
外科(午前)		姉川 朋行	緒方 峰夫 鬼塚 誠二	野田 祐司	古賀 智子	緒方 峰夫 橋本 圭司	緒方 峰夫 野田 祐司
脳神経外科	午前	橋川 拓郎	後藤 伸	森永 裕介	後藤 伸	光武 尚史	松本 佳久(第1,3,5週) 福岡大学筑紫病院 脳神経外科(第2,4週)
	午後			森永 裕介 松本 佳久※4		光武 尚史	
心臓血管外科(午前)			奈田 慎一	鬼塚 誠二			
形成外科					范 綾		
フットケア外来(午前)			認定看護師				
整形外科	午前	橋詰 隆弘	橋詰 隆弘	永野 智子	井上 敏生(足の外科)	吉野 啓四郎	平良 肇
	午後			永野 智子		樋口 富士男(第4週)※4	
精神科(午前)		佐々木 雄史	國芳 浩平	村上 智哉	山本 幹夫	安東 圭皓	安元 眞吾
もの忘れ外来(午後)			山本 卓郎			山本 卓郎	
放射線科		鬼塚 英雄 野見山 圭太	鬼塚 英雄 野見山 圭太	鬼塚 英雄 野見山 圭太	鬼塚 英雄(隔週) 野見山 圭太(隔週)	鬼塚 英雄 野見山 圭太	鬼塚 英雄(隔週) 野見山 圭太(隔週)
眼科	午前	泉 仁	泉 仁	泉 仁	泉 仁	泉 仁	泉 仁(第1,3週)
	午後	(手術)	泉 仁	(手術)	泉 仁(第2,4週)	泉 仁	
泌尿器科(13～16時)		川越 健太郎		高松 大		塚原 茂大	
皮膚科(14時～)			久留米大学皮膚科			久留米大学皮膚科	
ペインクリニック			辻井 健二(午前)	安田 哲二郎(午後)			
歯科		伊藤 達郎	伊藤 達郎	日野 聖慧	伊藤 達郎	伊藤 達郎	伊藤 達郎(午前)

※1…新患・急患対応 ※2…時間外対応の医師 ※3…紹介・急患対応 ※4…予約のみ (平成31年4月1日現在) ※変更することがございますので、受付でご確認ください。
お問い合わせ 田主丸中央病院 コールセンター (0943)72-2460 HP <http://www.seihokai.or.jp/>

特集

緑内障 Q&A

日本人の20人に1人はかかると言われ、失明原因の上位に上がる病気、緑内障。症状や検査方法など、緑内障に関わるあれこれを、田主丸中央病院・眼科 泉仁医師が一问一答形式でお答えいたします。

イラスト／御幸小学校5年生 土岐 蒼依 さん

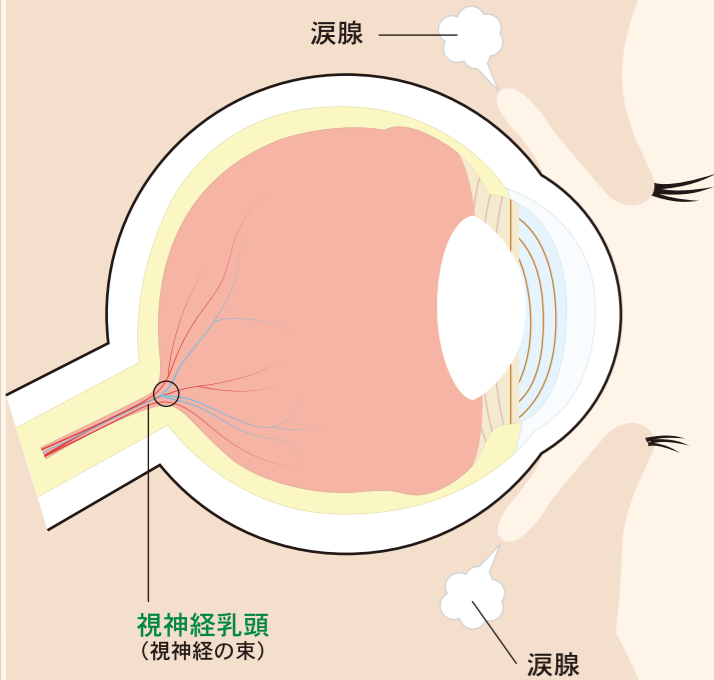


監修

田主丸中央病院 眼科
泉仁 医師

Q1.緑内障とはどんな病気ですか？

A. 眼圧が高くなることによって、視神経が障害され、視野(見える範囲)が狭くなったり、部分的に見えなくなったりする病気です。ただし眼圧が正常範囲内の人でも、緑内障が起こることがあって、これは「正常眼圧緑内障」と呼ばれています。



ほとんどの場合、症状が進行するまで自覚症状がないため、検査(眼圧、眼底、視野など)によってはじめて緑内障と診断されます。

視神経が障害される原因の1つに、眼圧(眼球内の圧力)の上昇があげられます。眼圧は眼球内の房水(血液に代わって眼内に栄養等を運ぶ液体)が増加することで上昇し、視神経を圧迫し、障害を起こします。しかしながら、日本人では眼圧が正常にもかかわらず緑内障を発症する人が多いことが最近分かってきました。

眼圧が正常範囲内で起こる緑内障は、「正常眼圧緑内障」と呼ばれ、日本人に一番多いタイプです。眼圧に対する視神経の抵抗性が弱いためと考えられています。

Q2.緑内障の診断にはどのような検査が必要ですか？

A. 眼圧測定、眼底検査、視野検査、隅角検査など多くの検査が必要です。

眼圧測定

直接、眼の表面に測定器具をあてて測定する方法と眼の表面に空気をあてて測定する方法があります。

眼圧は血圧と同様に、1日のうちでも高くなったり、低くなったりしますし、**個人差もあります。**

視野検査

眼を動かさずに見えている範囲(視野)での光の見え方を検査して視野の欠け具合を見ます。

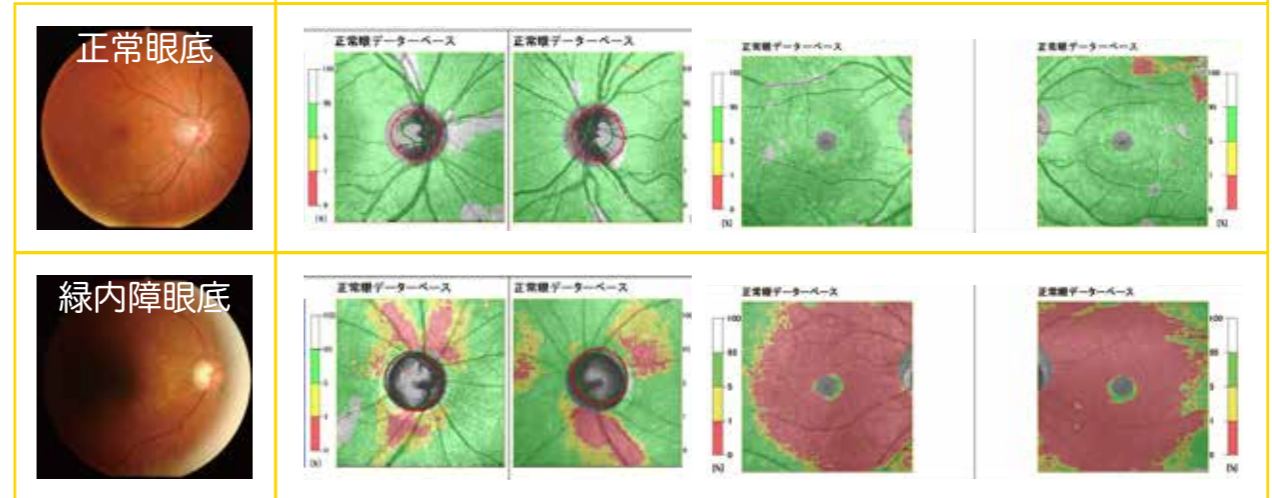
視野の欠け具合の有無や視野障害の程度から緑内障の進行具合を判定します。

眼底検査

眼には見たものを脳に伝えるための視神経があり、網膜の神経線維が集まって眼球外へ出て行く部分を**視神経乳頭**(※左ページ断面図参照)と呼びます。眼底検査では眼に光をあてて**視神経乳頭**の変化をみます。

乳頭にあるくぼみのことを専門用語で「**視神経乳頭陥凹(かんおう)**」と呼び、視神経が障害されて、神経が死んでなくなると**視神経乳頭陥凹の形が大きくなったり変形したりします。**

眼底検査の結果画面



緑内障が進行すると、正常時に比べて視野が欠けた部分(赤く表示)が広がっていることがわかる

Q3.放っておくと どのような症状がでてくるのですか？

A. 視野の障害部位(見えない範囲)が広がり、視力の障害が起こる事があります。

慢性のタイプの緑内障の進行は比較的ゆっくりと進みます。人によっては発病してから何年も、何十年もかかって視野の異常に気づくこともあります。

緑内障による視野障害の進み方

鼻に近いあたりや、中心の上または下が弓状に見えなくなります。視野検査を行わないと殆んどの方は発見できません。



視野障害進行のイメージ



初期
鼻に近いあたりや、中心の上または下が弓状に見えなくなります。ほとんどの人は気づきません。視野検査ではじめて発見することが殆んどです。



中期
見えない部分が増えてきます。視野中心の4分の1程度が欠けると、見えにくいと異常を感じるようになります。



末期
視野はさらに狭くなり、視力も落ちます。日常生活にも支障が出てきて、さらに進行してしまうと失明に至ります。

Q4.視野が狭くなるのに どうして気づかないのですか？

A. 片方の眼の視野が一部欠けていたとしても、人間の脳はもう片方の眼で見えないところを補うため、気づかないことが多いのです。また、視力に影響する中心部よりもその周囲から見えなくなっていくことも理由の一つです。

日常生活では両眼でものを見ているため、片方の眼だけでもものを見る機会はほぼありません。したがって、片方の眼の視野が一部欠けていたとしても、緑内障の場合、視力に影響する中心部よりもその周囲から見えなくなっていくことが多いため、たとえ、視力検査のときに片眼で見えていたとしても、視力が落ちていなければ視野の異常に気づかないことが多いのです。

「見えにくい」、「視力が落ちた」など見え方がおかしい、と気づいたときには緑内障はかなり進行してしまっていることが少なくありません。

定期的に眼科専門医による検査を受け、早期に発見し、治療を開始する事が大切です。



頭：正常だと誤認
人間の頭は性能が良過ぎて、緑内障で欠けた視野を正常に見える視野で自動的に補ってくれるので、頭に届く映像に異常は感じないことがある。そのため、本人も気づかいうちに緑内障が重症化してしまうことがある。

Q5.どのような治療が一般的なのですか？

A. 眼の状態や緑内障の進行具合（視神経乳頭部の変化や視野欠損の程度）、初診時の眼圧などから、治療方法が決まります。点眼薬の投与から始まることが多いです。

治療には、点眼薬の投与、レーザー治療、手術療法などがあります。緑内障は大きく分けて開放隅角緑内障（正常眼圧緑内障はこちら）と閉塞隅角緑内障の二つに分けられます。

※原発性開放隅角緑内障と診断された患者さんのほとんどは、まず視野障害の進行を抑えることを目的に眼圧を下げる効果のある点眼薬の投与から治療を始めます。

※原発性閉塞隅角緑内障の場合は、点眼薬の投与の前にレーザー治療を行ったり、手術を先に行ったりと治療方法が異なる場合があります。

※原発性緑内障（開放隅角、閉塞隅角共に）とは…緑内障の原因となる他の眼疾患を伴わないもの。



緑内障治療で主に使用される点眼薬
左から、「タプロス」、「トルソプト」、「チモプートル」

Q6.治療すれば緑内障が治るのですか？

A. 欠けてしまった視野を取り戻すことはできません。しかし、治療により緑内障の進行を抑えることはできます。今の視野を守るために治療は必要なのです。

現在のところ、眼圧が正常値でも眼圧を1mmHgでも下げることが、視神経の障害を遅らせることができることが分かっています。そのため、まず眼圧を下げる効果のある点眼薬を投与します。



Q7.どのくらい治療を続ければいいのですか？

A. 緑内障は放っておくと視野が障害される病気です。治療は生涯にわたり、眼を守るために続けます。

緑内障の治療は、糖尿病や高血圧の治療と同様に一生継続しますが、点眼薬の効果や視野障害が進む速さには個人差があります。そのため同じ点眼薬を継続して投与することもあれば、症状に合わせて点眼薬を変更したり、追加したりすることもあります。

Q8.普段から心がけることはありますか？

A. 緑内障の場合、特に普段の生活で気をつけることはありません。あまり神経質になりすぎず旅行や趣味などを上手に取り入れて、心身ともにゆとりのある生活を送りましょう。

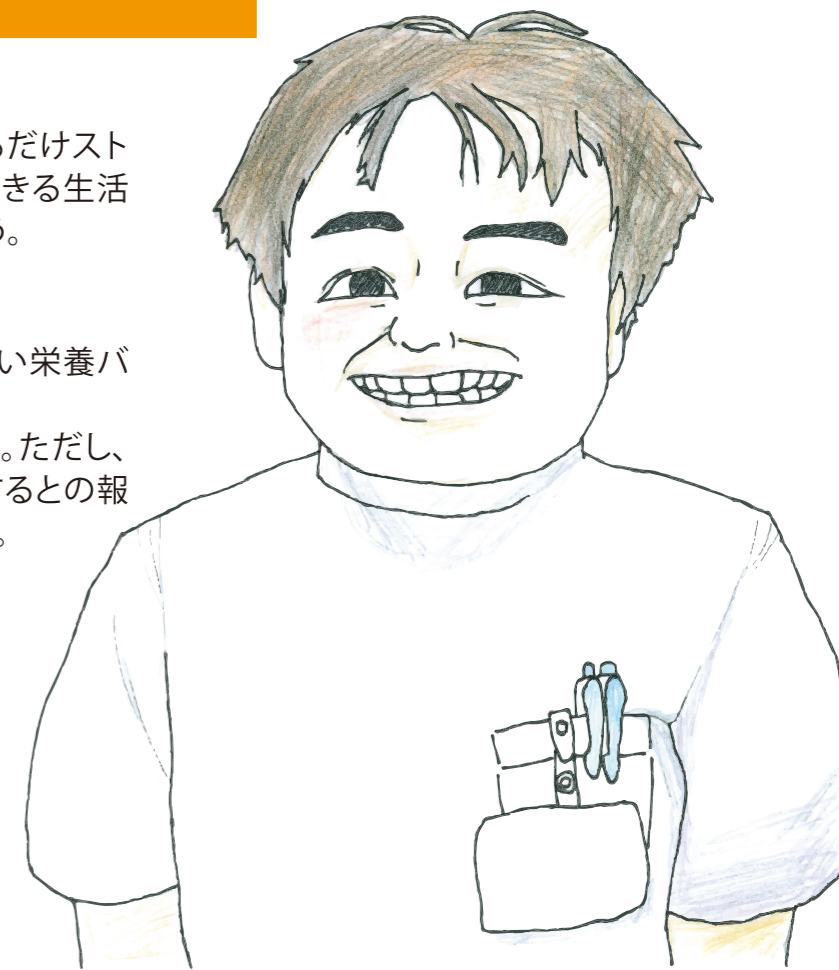
規則正しい生活

十分な休養と睡眠をとり、できるだけストレスをためないように、リラックスできる生活パターンを自分で組み立てましょう。

バランスのとれた食事

健康な心身の基本は、偏りのない栄養バランスのとれた食事です。

飲酒も適量であれば構いません。ただし、喫煙は視神経の血液循環を悪くするとの報告がありますので、控えてください。



分かりにくい、
誤解しやすい
医療用語を
簡潔に解説！

医療の ことば 辞典

その十式 「膠原病」 【こうげんびょう】

膠原病の「膠」の字は『にかわ』と読み、木工品などに使われる接着剤のことです。そして「膠原」とは、その膠のもとになる、体内にある物質・コラーゲンを意味します。コラーゲンは皮膚と筋肉、細胞と血管などを繋ぐ結合組織に多く含まれると言われますが、**膠原病とは、本来、体の中で細菌などの敵から自分を守ってくれている物質(免疫システム)が、何らかの原因で自分の体のコラーゲンを主体とする皮膚や血管、関節などを敵と間違っ**て攻撃し、**激しい炎症を起こす病気の総称**です。

膠原病の代表的な3大疾患

- ・ **関節リウマチ**…… 自分を守るはずの免疫機能が、何らかの異常により自分の体の一部である関節に対して働き、痛みや炎症を引き起こします。
- ・ **ベーチェット病**… 次の4大主症状を特徴とする炎症性疾患です。
口腔粘膜のアフタ性潰瘍(口内炎) / 外陰部の潰瘍 /
皮膚症状(結節性紅斑など) / 眼症状(ぶどう膜炎)
- ・ **全身性エリテマトーデス**… 国の難病指定を受けた疾患。人口10万人に20人前後が(SLE) 発症し、その多くは若い女性(10~40歳代)です。全身に赤い斑点が現れて重症化することが多いです。

監修: 田主丸中央病院 診療部長・外科部長 野田 祐司

お薬の おはなし

Vol.04 『うっかりドーピング』 に注意!

ドーピングとは

ドーピングとは、スポーツ選手が運動能力を高めるため、筋肉増強剤や興奮剤などの薬物を使用する不正行為です。

スポーツにおいてドーピングは「フェアプレーの精神に反する」「選手自身の健康を害する」「スポーツの価値を損ねる」として禁止されています。

違反すると、出場資格や記録が取り消されます。過去には、オリンピック選手がメダルをはく奪された事例などもあります。

ドーピング検査の対象となる人は国体のような全国レベルの大会に出場する選手ですが、将来全国を目指す選手や選手を支える人など、スポーツに関わる1人1人がドーピング防止についての意識を持つことが大切です。

そんなつもりはなかったのに…

意図して不正に運動能力を高めようとする「故意の」ドーピングに加え、近年問題になっているのが、**通常の病気やけがの治療のつもりで使用した薬でドーピング判定される「うっかり」ドーピング**です。

市販されている薬の中には、ドーピングにあたる使用禁止物質が含まれているものも多くあります。病院から処方される薬にも注意が必要です。また、健康食品やサプリメント、栄養ドリンクにも注意が必要なものがあります。良かれと思って提供した飲

食物・健康食品でうっかりドーピングを起こさないよう、競技者を応援する側も正しい知識を持つことが大切です。

困った時の相談窓口

福岡県薬剤師会(<https://www.fpa.or.jp/>)ではドーピングに関する相談を受け付けています。また、薬剤師の中にはドーピングの専門知識を持った『スポーツファーマシスト』がいます。公認スポーツファーマシストHP(<https://www.sp.playtruejapan.org/>)より、お近くのファーマシストを探して相談することが出来ます。当院にも、『スポーツファーマシスト』の資格を持った薬剤師がいます。

今年は福岡でもラグビーW杯が開催、そして来年はいよいよ東京オリンピック!久留米市もオリンピックキャンプ地に名乗りを上げています。

スポーツの価値のおおもとは、努力するからこそ得られる本当の勝利にあります。ドーピングの無い、クリーンでフェアな試合を応援していきましょう。



田主丸中央病院 薬剤科 渡辺 美和

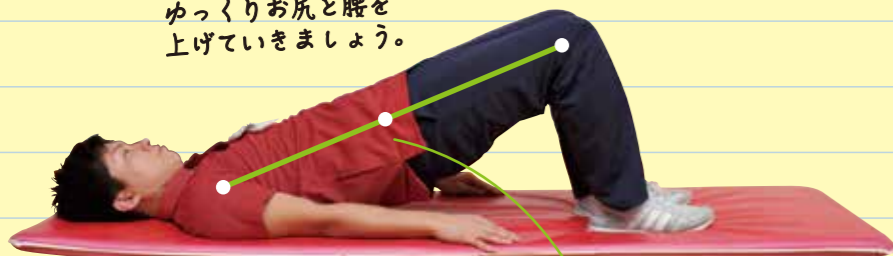
歩行に自信をつける！ おうちでかんたん体操

Vol.05 お尻上げ

①仰向けに寝て、膝を立てます。
両手は床につけ、軽く広げて
バランスを取りましょう。



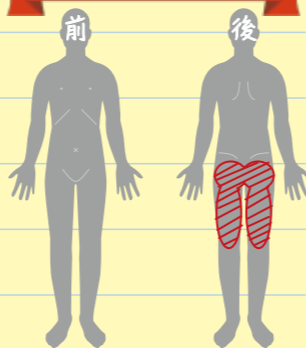
②肩とかかとを床につけたまま、
ゆっくりお尻と腰を
上げていきましょう。



Check Point

余裕のある方は、膝から肩のラインが一直線になるところまで上げていきましょう。
お尻ともも裏の筋肉を意識しながら、
10回3セットを目標に頑張りましょう！

使っている筋肉



健康コラム Vol.13

「健康で、保険を『格付け』!?!」



最近テレビCMで、運動習慣や健康診断の結果等に応じて、保険料を割り引くという商品をよく見かけるようになりました。健康診断や予防検診の結果を提出したり、健康を改善するために一定以上の歩数を歩いたり、フィットネスジムへ通うなど、様々な項目に応じて一定のランクの健康状態を維持し続けると保険料がオフとなる、といった内容です。

各保険商品は複雑な計算に基づいて価格がはじき出されているようですが、その際に重要となってくるのは死亡率や病気になる確率。死亡の確率が低い加入者であれば生命保険の保険料は安く、確率が高ければ、その分、保険料は割高になります。

健康なら割り引くという意味でインパクトがありますし、健康を維持すれば割引やキャッシュバックがあるというシステムは、加入者の健康を促すという点でイメージアップにもつながっていると思

います。

超高齢社会の日本では、今後、高齢者の健康格差が社会的問題になってくることも予想されます。実年齢は70歳でも体年齢は50歳のAさんと、実年齢は50歳でも体年齢は70歳のBさんでは、Aさんの方の保険料が安くなる、そんな「格付け」が当たり前になる日がやってくるかもしれません。

保険料だけでなく、日頃から良い健康状態を維持する事に努めている事を、評価する世の中になってきているように感じます。皆さまの日頃の健康づくりや、それに伴う健康診断結果が、様々な面で有効活用できる内容である事を願っております。

地域保健センター (人間ドック・健康診断)

TEL 0943-72-2727

田主丸中央病院の健康診断施設。生活習慣予防や病気を未然に防ぐため、精度の高い健康診断を実施しています。



健康運動指導士
課長 矢野 雄一

インフォメーション。

新しい 常勤医師のご紹介



循環器内科
よしむら はるみ
吉村 晴美

【経歴】
久留米大学 卒業
久留米大学病院 初期研修医
久留米大学病院
心臓・血管内科部門 入局
当院勤務

【趣味】映画鑑賞

ひと言:「循環器疾患はもちろん、他科疾患についてのプライマリケアも学んでいきたいと思えます。」



整形外科
よしの けいしろう
吉野 啓四郎

【経歴】
香川医科大学 卒業
親仁会 米の山病院 研修医
健和会 大手町病院 研修医
北海道勤医協中央病院 勤務
健和会 大手町病院 医長
親仁会 米の山病院 科長
福岡医療団 千鳥橋病院 科長
当院勤務

【趣味】スポーツ(バレーボール、野球、筋トレなど)

ひと言:「地域に貢献できるように、微力を尽くしてまいります。」



循環器内科
はやした みゆ
林田 未有

【経歴】
久留米大学 卒業
久留米大学病院 初期研修医
久留米大学病院
心臓・血管内科部門 入局
当院勤務

【趣味】音楽鑑賞、語学、旅行

ひと言:「まずは人とカルテとシステムに慣れて、円滑に診療を行えるよう努めます。」



循環器内科
やまもと まよ
山本 茉世

【経歴】
金沢医科大学 卒業
久留米大学病院 初期研修医
久留米大学病院
心臓・血管内科部門 入局
当院勤務

【趣味】音楽鑑賞

ひと言:「循環器内科医として、地域に尽くせるように頑張ります。」

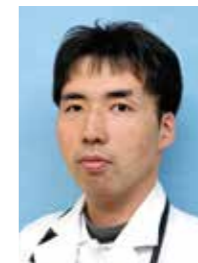


脳神経外科
にしはら いさお
西原 功

【趣味】
車、柴犬、
家族旅行

【経歴】
旭川医科大学 卒業
旭川医科大学病院 脳神経外科
研修医
九州大学病院 神経内科
研修医
旭川医科大学病院 麻酔科 助手
大西病院 脳神経外科 勤務
旭川医科大学病院 脳神経外科
勤務
小林病院 脳神経外科 勤務
旭川医科大学病院 脳神経外科
助手
旭川赤十字病院 脳神経外科
第3副部長
苫小牧日翔病院 脳神経外科
医長
北海道脳神経外科記念病院
診療部長
苫小牧東病院 理事・副院長
札幌センチュリー病院 診療部長
当院勤務

ひと言:「必要なことを探し出し、求められることを成し遂げて参ります。」



精神科
ささき ゆうじ
佐々木 雄史

【経歴】
大分大学 卒業
京都大学医学部付属病院
初期研修医
九州大学病院 精神科 入局
三善病院 勤務
当院勤務

【趣味】将棋

ひと言:「患者さま一人一人に真摯な対応をしていきます。どうぞよろしくお願いいたします。」

医療法人聖峰会 平成最後の入職式

新元号『令和』が発表されたこの日、平成最後となる入職式を執り行いました。式には、新しい時代を担っていく総勢82名の新入職者が揃い、医療・介護に携わる決意を新たにしていました。



連携登録医療機関

田主丸中央病院は、地域医療支援病院として
地域の医療機関と連携し、皆さまの健康を守ります

田主丸町

いけどう循環器内科医院
緒方クリニック
熊谷医院
くまがえクリニック
竹下胃腸科内科医院
高岡整形外科医院
田中克己皮膚科クリニック
中野内科医院
林田耳鼻咽喉科医院
原田小児科内科医院
日野医院
深川レディスクリニック
宮崎整形外科
やのクリニック
ゆうかり医療療育センター
吉村病院
岩佐歯科医院
うすき歯科医院
うめはら歯科医院
大楠歯科医院
古賀歯科医院
竹上歯科医院
たろう歯科クリニック
よこみぞ歯科

吉井町

井上眼科医院
いのうえ耳鼻咽喉科クリニック
うきは眼科
うすい内科・循環器科
柏木耳鼻咽喉科医院
菊池医院
久保山整形外科リウマチクリニック
境泌尿器科皮膚科医院
坂本内科医院
しのざき整形外科クリニック
小児科豊田医院
筑後吉井こころホスピタル
鳥越胃腸科外科医院
西見医院
原鶴温泉病院
平井内科医院
平田外科診療所
矢野医院
山崎医院
古賀歯科医院
五反田歯科医院
佐藤歯科医院
たけうち歯科医院
田村歯科クリニック

とりごえ歯科医院
廣田歯科医院
ふかまち歯科クリニック
わかみやデンタルクリニック

浮羽町

上田内科胃腸科医院
浮羽クリニック
行徳皮膚科クリニック
国武内科医院
古賀内科小児科医院
田中医院
筑後川温泉病院
安元医院
安元整形外科
うきは歯科クリニック
古賀歯科医院
すぎょう歯科
三浦歯科医院

その他の地域

<久留米地域>
青木内科・消化器クリニック
あさひクリニック
井星医院
岡田脳神経外科
香月内科ハートクリニック
陶山クリニック

ぜんどうじ整形外科
田中まさはるクリニック
なご整形外科
平塚医院
みのうクリニック
やの医院

<杷木・朝倉地域>
朝倉市立朝倉診療所
久保山脳神経外科医院
古賀循環器内科クリニック
田辺医院
手島眼科医院
森山内科
安岡医院
和田外科医院

<その他地域>
いとう内科クリニック(筑紫野市)
耳納高原病院(八女市)