

- 白内障について
- 皮膚科診察室より
- 車椅子をご寄贈頂きました
- 看護日誌
- 心リハセンター長のつぶやき
- 診療日カレンダー
- お知らせコーナー
- クイズ

vol.
77
2019.1

すこやか

SUKOYAKA

白内障について —早期治療のすすめ—

白内障とはどのような病気なのでしょうか？

人の目の構造はよくカメラに例えられます。カメラにおけるレンズの役割を果たしているのが水晶体です。水晶体を通して入ってきた光はフィルムの役割を果たす目の奥の網膜で像を結びます。水晶体が透明であれば光を十分に通すことができ、はっきりとものを見ることができます。

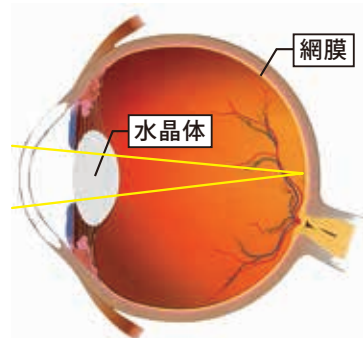


図1

しかし水晶体は歳を重ねるにつれて濁ります。水晶体が濁って光が通りにくくなるのが白内障です。白内障の有病率は加齢とともに増加し80歳代ではほとんどの方に何らかの白内障がみとめられます。白内障になると霧や霏（もや）がかかったように見えたり、明るいところでまぶしく感じたり、近視が進んだりするなどの症状が現

れます。これらの症状が強くなると治療が必要となります。

では白内障の治療はどのように行われるのでしょうか？

初期の場合であれば点眼による薬物治療が行われる場合もありますが、効果は限定的であり、日常生活に不自由があれば手術治療（超音波水晶体乳化吸引術）を行います。

一般的に白内障の手術治療は目に小さな切開創（現在の切開創は2.4～3.0mmが主流）を作りそこから器具を挿入し、濁った水晶体を細かく碎き吸い出す方法（図2）で行われます。濁った水晶体を吸い出す際、水晶体を包んでいる嚢（図3）と呼ばれる袋は残しておき、その袋の中に眼内レンズと呼ばれる人工水晶体を挿入します。

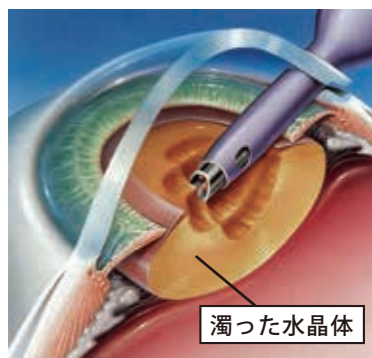


図2

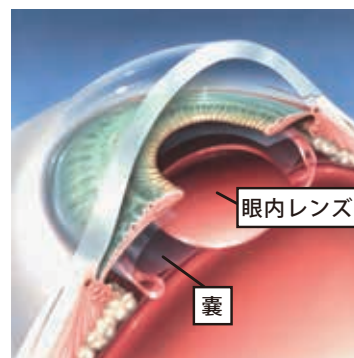
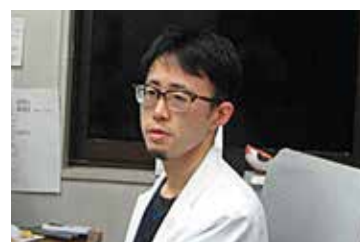


図3

当院では短期入院による手術を行っており手術翌日か翌日には退院して頂きます。以後外来通院となり、手術後の合併症がないかどうか、きちんと見えるかどうか定期的に検査を行っていきます。合併症というと怖いイメージがあるかもしれませんが、しかし、定期的に検査を行うことで、合併症が生じた場合でも早期に適切な処置を行うことができます。

人間が外部から受け取る情報の約8割が視覚と言われており、見えるということはより生活を豊かにする大切な能力です。白内障の手術を行う時期は、白内障の進行の程度、患者さまの生活様式などによって異なってきます。少しでも見え方の不安や異常を感じられたら、まずは気軽に相談してく

ださい。眼科外来でお待ちしております。



眼科医長 萩原 正典

皮膚科診察室 より

皮膚科医師 辻本 昌理子

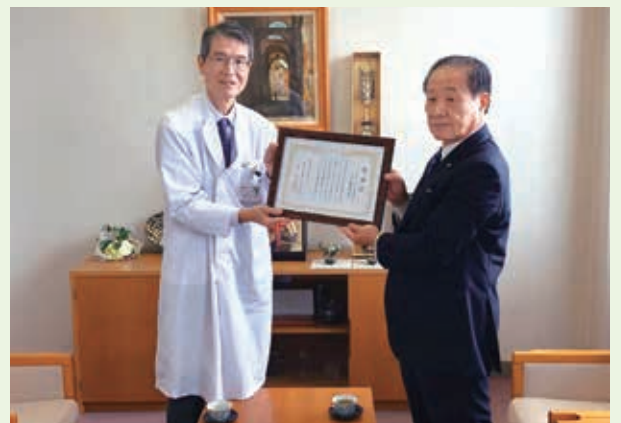
水虫、いぼ、帯状疱疹、巻き爪、虫刺され、かぶれ、とびひ、尋常性乾癬、皮膚がん・・・皮膚の病気は多岐にわたります。「中からの問題では?」と心配して受診される方も多く、内臓や食物、薬剤等によって生じる皮膚の症状もありますが、皮膚は外界と接する体表器官であるため、接触するものや環境によってさまざまな変化が起こります。温熱、乾燥、圧迫や擦れる刺激、紫外線、衣類、洗剤類などなど。汗というのも皮膚に特徴的な要素で、汗が刺激になってかゆみが出ることもあれば、汗が出なくてかゆみを生じることもあります。皮膚の症状は目に見えるがゆえに一層原因をはっきりさせたい気持ちになると思います。実際に接触するものや環境による皮膚症状であれば原因をはっきりさせ、回避しなければ症状は持続してしまうため、診察の中で何とか見つけ出そうと努力するのですが、特定するのが難しいことも多くあります。症状が出てからしばらく経過してくすぶってしまうと、原因究明はさらに難しくなることが多く、早めに受診いただくのがお勧めです。

よくご存知のことと思いますが、やけどをしたら流水でよく冷やしてから早めに来院してください。水虫かな、と思ったらぬり薬を使い始める前に受診して検査で確認することをお勧めいたします。お風呂でのごしごし洗いは皮膚が乾燥しかゆみや皮膚炎を悪化させるので禁物です。乾燥肌の方は保温下着によって皮膚乾燥がさらに進み、かゆみや皮膚炎が悪化することもあるため注意が必要です。また、皮膚にもがんができることはあります。ほくろのような黒いできものが大きくなってく場合、日光がよく当たる顔などにかゆみのない赤みがさがさしたものができて消えない場合、皮膚のできものやしこりがもこもこいびつに大きくなってくような場合は早めに皮膚科を受診してください。



車椅子をご寄贈頂きました

平成30年10月16日、当院を配車拠点とされる「神戸個人タクシー事業協同組合」様より、車椅子3台をご寄贈頂きました。同組合様は毎年「チャリティーゴルフ大会」を開催し、集まったチャリティー募金を病院や施設に寄贈されています。当院は5年前にも寄贈頂いており、今回で2回目となります。院内で車椅子のプレートをご覧になられましたら、地域と共に発展し「地域になくてはならない」存在になる事を目指す両者の思いを感じて頂ければ幸いです。



でんでん虫マークの個人タクシー

神戸個人タクシー事業協同組合

タクシーのご用命は「乗って安心」神戸個人タクシーへ

無線配車センター：☎078-651-2233



無線配車センターより迅速、的確な配車でおお客様のご要望に対応します。お近くでもお気軽にご利用ください。



皮膚の乾燥とスキン・ケアの予防



看護部長室師長 皮膚・排泄ケア認定看護師 清水 弘美

冬になると乾燥が気になりますね。皮膚が乾燥するとかゆくなります。掻くとますますかゆくなります。そして入院という環境の変化で眠れなくなると余計に気になってしまいます。気づかないうちにかきむしり、傷ができてしまう、ということも起こります。また乾燥した肌は壁に当たったりベッド柵にこすれるだけでも裂けることもあります(スキン・テアあるいは皮膚裂傷といいます)。特に年齢を重ね皮膚が薄くなっている方、ぶつけた覚えがないのに皮膚の下に出血の赤黒さができる方は注意が必要です。皮膚が裂けたような傷が手足にできたことがある方は入院時や採血・処置時にテープを貼るときに「皮

膚が弱いんです」と伝えてください。教えて頂くと対処できることもあります。予防には保湿がいいとされています。ボディローションやボディクリームがお勧めです。市販でいろんな種類がありますのでご自分の使いやすいものを選んでみてください。入院中にも使っていただてかまいません。オイル成分が多いものはテープが貼りつかない場合がありますのでご相談ください。体を洗う時のゴシゴシ洗いは乾燥しやすくなります。石鹸はしっかり泡立ててふんわりと泡を付けます。石鹸の泡で汚れは落ちますので皮脂まで洗いすぎないようにして乾燥を防ぎましょう。

心リハセンター長のつぶやき



東京オリンピック2020まであと2年を切りました。大会のボランティアが集まらなくてなかなか苦勞をしているようですね。前回の東京オリンピックの競泳陣は、今一步の所でメダルを逃した選手が多かったのですが、今度は瀬戸選手、池江選手を始めとして、メダルを期待出来る人材が豊富にいます。昔は国の威信にかけてとか、メダル争いがとか言われること自体が選手に

とってプレッシャーになるとか言われていました。でも今時の選手はそう言った外野の声よりも、自分が100分の1秒でも速く泳げるようになることがとにかく楽しくて仕方が無いという感覚を持っています。泳ぐことが本当に好きで、そのことがタイムの向上に実際繋がっています。それにメダルが付いてくればラッキーといった感じなのでしょう。あんなに楽しそうに泳いでい

る姿をみると、自分ももう一度試合に出て、決勝で自己ベストを出して、メダルを貰うといった、かつての栄光を取り戻したいという気持ちがこみ上げます。でも、それに伴う練習量のことを考えるとゾツとして、とても泳ごうという気持ちにはなれません。水泳を楽しむことができる今時の選手達が本当にうらやましいです。



診察日カレンダー

：休診日 土曜:第2・4 午後休診／第1・3・5休診

2019

1月	日	月	火	水	木	金	土	2月	日	月	火	水	木	金	土	3月	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5							1	2						1	2	
6	7	8	9	10	11	12		3	4	5	6	7	8	9		3	4	5	6	7	8	9	
13	14	15	16	17	18	19		10	11	12	13	14	15	16		10	11	12	13	14	15	16	
20	21	22	23	24	25	26		17	18	19	20	21	22	23		17	18	19	20	21	22	23	
27	28	29	30	31				24	25	26	27	28				24 31	25	26	27	28	29	30	

ご宿泊は神戸メリケンパークオリエンタルホテルをご用意しております。



リゾート気分で健康開発 神戸百年記念病院 人間ドック2日コース



検査費用：61,000円(税別)

検査時間：1日目/13時～17時
2日目/ 8時～15時

検査内容:胃内視鏡・腹部超音波・
心電図・血液検査・胸部X線・
糖負荷検査等
オプション:大腸内視鏡・脳MRI・内臓脂肪・
胸部CT等

お申込みはドック予約係へ
TEL:078-681-6111
(内)1664

お知らせコーナー

どなたでもご自由にお越しください。

参加費
無料

糖尿病教室 時間:午後3時30分~/場所:本館3階ロビー

1月25日(金) いつもと違うこんな時
~シックデイ&災害時の対策~2月22日(金) 大切な薬の管理
~薬の名前覚えてますか?ちゃんと飲めてますか?~3月22日(金) まとめ
~アンケートにお答え!Q&A~
毎回ラジオ体操をしますので、動きやすい服装で参加してください。

ミニコンサート 時間:午後4時~/場所:本館1階ロビー

1月23日(水) 出演:四季大香
新春コンサート2月26日(火) 出演:Torio SEA
春待ちコンサート3月20日(水) 出演:オカリナ・アミカ
オカリナコンサート

コンサートの日程は都合により変更になる場合がございますのでご了承ください。



クロスワードパズル

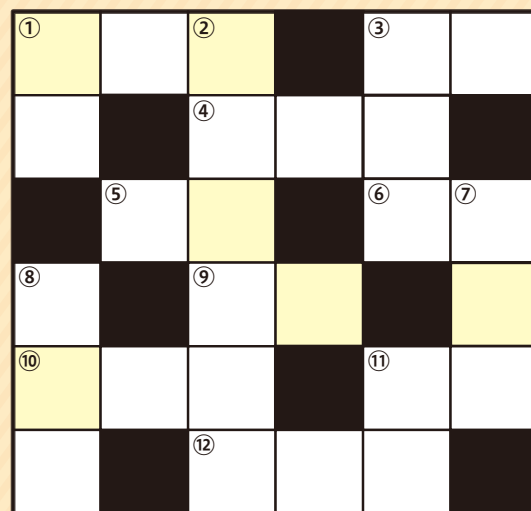
英語クロスワードパズルを解いて□の中にはいるアルファベットを
組み合わせておなじみの動物を二匹作って下さい。

横の鍵

- ① Oh! my.....
- ③ Downの反対
- ④ サッカーで味方のゴールにいとると....
ゴール
- ⑤ 個人用のコンピュータ
- ⑥ 女子大とか宝塚とかの先輩
- ⑨ 非常によく使う前置詞 向かって、ほう
へ、までに
- ⑩ 過ぎたるは及ばざるごとし
- ⑪ 働くご婦人
- ⑫ ♪.....a way

縦の鍵

- ① これにhomeを着けると「帰れ!」に
なります。
- ② 病院にたくさんいらっしゃいます
- ③ カードゲームの一つ
- ⑦ 若い女の子を今風な言い方で..
- ⑧ 高速道路走るときはあった方が便
利です
- ⑪ 机の上にリンゴがあります。

解答
記入欄

			&			
--	--	--	---	--	--	--

応募方法

はがきにクイズの答えと、郵便番号・住所・氏名・TEL・ご意見・感想をご記入の上、神戸百年記念病院「すこやか編集部」までお送り下さい。抽選で3名の方に図書カードを進呈致します。当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます。

応募締切
平成31年
1月31日
(消印有効)

前回の答え あいちけん

多数のご応募をいただきありがとうございました。
今回もふるってご応募ください。

編集後記

あけましておめでとうございます。いよいよ新年号の年を迎え、新たな時代の幕開けです。個人的には年男、人生の大きな節目を迎えます。また病院も色々な意味で節目を迎え、新たな一歩を踏み出すことになります。益々皆様から信頼される「地域になくてはならない病院」を目指し、取り組んでまいりたいと考えております。これからもより充実した内容で情報を発信していきますので、本年もどうぞ宜しくお願い致します。

医療法人社団 顕鐘会 神戸百年記念病院 すこやか編集部

編集責任者:西岡 昭彦

〒652-0855 神戸市兵庫区御崎町1-9-1

TEL (078)681-6111(代)/FAX (078)681-6118

http://www.kobe-century-mh.or.jp/



PCサイト



スマートフォンサイト



当院は平成11年より
(財)日本医療機能評価
機構の認定を受けております。



葛の花由来イソフラボンが
内臓脂肪を
減らすのを助ける。

機能性
表示食品
届出番号
C443



Asahi



のんだとはりサイクル

食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。