

# ほっと

熱海のホット  
ホットなニュース  
熱意のホット  
ほっとするホット

地域と熱海病院を結ぶ  
ホットな情報誌

Ohta Atami Hospital  
HOT 2000.Sep.2

No.2

太田熱海病院だより

編集・発行 / 太田熱海病院広報委員会

発行日 / 平成12年9月2日

住所 / 〒963-1383

郡山市熱海町熱海5丁目240番地

TEL (024) 984-0088

ホームページ: <http://www.ohta-hp.or.jp/>



## 病院長あいさつ



病院長

太田 宏

昭和六十年から平成元年九月まで胸部外科医として勤務しておりました太田熱海病院に、十二年ぶりで帰って参りました。当時一緒に苦勞した先生方、その他の職員の皆さんも大勢おりましたので心強く思っております。また複雑な病院の中で迷子になることもありません。

太田熱海病院は昭和二十四年(財)太田綜合病院付属熱海診療所として前々院長の太田舜二先生が一人で始められました。熱海とその周辺地域の皆様のための医療を担っており、特に温泉を利用したりハビリセンターは東北でも有数の施設として県内ばかりでなく県外でも名が知られるようになりました。これからの診療体制は大きく変わることはありません。この地域の患者さんの医療を完結させるために全診療科を備え、リハビリ・神経難病・介護保険の利用者など特殊な患者さんへの対応も今以上に万全にしてゆきたいと考えております。更に大事なことは医療の質の向上ということですので。最善の医療の提供・治療成績の向上・患者さんへの分かりやすい説明・待ち時間の短縮・良好な病院内の環境・良質なサービスなどにより患者さんとのより良い信頼関係が築かれるものと確信しております。病院の裏山の緑や五百川の流れなど大らかな、ふところの深い自然に育まれてきた太田熱海病院が益々皆様のお役にたてるように頑張つてまいりますのでよろしくお願ひ申し上げます。

# 加齢性黄斑変性について

目は大切にしましょう！



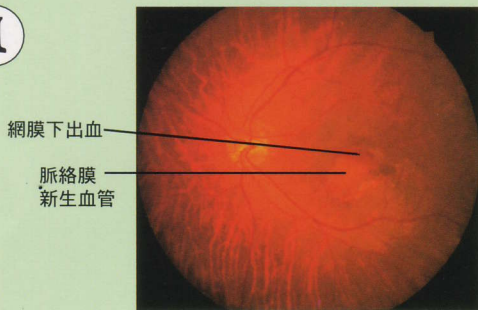
眼科部長 北村 昌弥

## 医療 ほっと ニュース

失明の可能性がある疾患です。高齢者人口の増加に伴い近年増加しています。はじめは黄斑の混濁や視力低下で発見されます

### 発症と進行のメカニズム

1

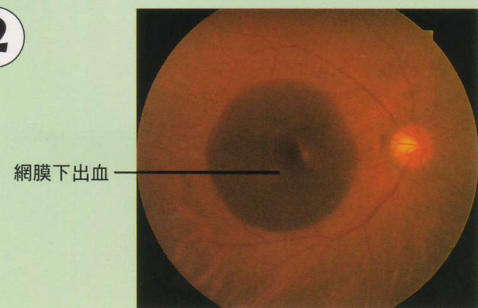


網膜下出血  
脈絡膜新生血管

図1 脈絡膜新生血管、滲出性網膜剥離

網膜の下や網膜色素上皮の下に脈絡膜新生血管が生えてきます。生えてきた新生血管は、正常な血管ではないので、血液中の成分が漏れ出たりします。

2



網膜下出血

図2 網膜下出血

新生血管が破れて出血し、網膜下にたまっています。視力は著しく低下します。

3

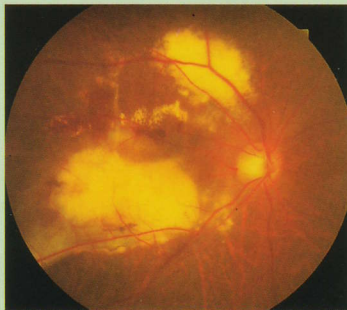


図3 瘢痕期

網膜や網膜色素上皮が萎縮します。

白内障や緑内障については既に良くご存知の方も多いようです。今回は高齢者の視力障害として比較的多い病気である加齢性黄斑変性についてお話ししたいと思います。

**1 黄斑について**  
眼の構造をカメラにたとえると、水晶体がレンズ、網膜がフィルムの役割を果たしています。網膜のなかで物を見る中心となる部位を黄斑と言います。黄斑は視力に最も関わりが深い部分です。

**2 加齢性黄斑変性とは**  
加齢性黄斑変性は、黄斑の加齢に伴う変化によっておこる疾患で、高齢者の失明原因のひとつです。新生血管を伴うタイプと、新生血管を伴わないタイプに大別されます。

**3 加齢性黄斑変性の原因**  
高齢者に多く発病することから、黄斑、特に網膜色素上皮細胞の加齢による老化現象が主な原因と考えられています。全身疾患（心血管疾患や高血圧）、喫煙、栄養状態、遺伝などの関与も指摘されています。

**4 加齢性黄斑変性の疫学**  
近年の急激な高齢者人口の増加に伴って、患者数が増加しています。患者数のピークは男性では80〜84歳にみられますが、女性では75〜89歳に広く分布しています。また、年齢が高くなるにつれて、両眼に発症する割合が高くなっています。

**5 主な自覚症状**  
網膜の中心部が悪くなるので、視野の中心、最も良く見ようとするところが見えにくくなります。また、病巣が黄斑に限られていれば、見えない部分は中心部だけですが、大きな出血が起これば、更に広い範囲で見えにくくなります。

**6 加齢性黄斑変性の検査**  
眼科での、視力検査や眼底検査、造影剤を注射してからの眼底写真撮影が必要です。

**7 治療**  
出血の予防のために止血薬や、網膜

の血液循環を良くする薬を内服します。また、新生血管をレーザー光で焼き固めたり、大量の出血に対しては手術を行うこともあります。特効薬などはなく、白内障手術のようにすぐに視力が改善するという訳にはいきません。

**8 病状の経過、日常の注意点**  
視力の経過は、病状の進行度によって様々です。加齢性黄斑変性と診断された4割程度の人では、経過とともに両眼に発症するといわれています。良い方の眼も定期的な診察を受けましょう。また発症の予防には禁煙やバランスのとれた食事が大事です。

# 健康



## No.2 気管支喘息

# もっともっと知りたい体のこと!!



呼吸器科部長 成松 博

気管支喘息は、空気の通り道である気道に、慢性的な炎症がおこり、様々な刺激に対して敏感に反応して、気道が一時的に狭くなる病気です。そのため、発作的に咳や痰、喘鳴（呼吸するたびにヒューヒュー、ゼーゼーと音がする）胸苦しさ、呼吸困難など出現してきます。原因はいろいろですが、アレルギー体質が大きく関与しており、アレルギー性皮膚炎や鼻炎など合併していたり、家族に喘息の人がいたりすることも少なくありません。また、発作の強さも様々で、軽いものはカゼ症状（咳や痰）程度ですが、長年にわたり発作を繰り返していると徐々に難治化していき、時には死に至る大発作をおこすこともあります。



**Q** 喘息発作の特徴（カゼとの違い）について教えてください。

**A** 喘息発作は、夜から朝方におこしやすく、自然にあるいは治療により回復しますが、繰り返し起こしてくるのが特徴です。また、喘鳴や呼吸困難があったり、2週間以上症状が続く時は、喘息を疑います。

**Q** 発作をおこさないためにはどうすればよいのでしょうか。

**A** まず発作の誘因（家のほこりやダニ等の抗原、カゼひき、冷氣、煙草等の煙、ペットなど）をできるだけ避けることです。また、喘息日記をつけ、簡便な呼吸器具（ピークフローメーターと言います）を使って喘息の状態を客観的に把握し、発作の前兆があれば、薬を増量するなど自己管理することが大事です。自己管理の仕方については、主治医とよく相談し、説明を受けてください。

**Q** 喘息の治療について教えてください。

**A** 成人喘息は、完治させることは難しく、完全に治すというより発作をおこさないようにすることを目的とします。喘息は気道の慢性炎症によっておこる病気ですので抗炎症作用が最も強く、副作用の少ない吸入ステロイド剤が治療の中心となります。その他に、気管支拡張剤（注射や経口剤、吸入剤、テープなど）や抗アレルギー剤なども症状に合わせて投与します。



くすりの  
◆ 達人  
おくすりメモ

『爺ちゃん、朝の薬のんだがい』  
『今日は調子いいが、のんでね。薬はあんま飲むど、きかねぐなっちまがら具合わりどきのむの、とつとぐんだ。』  
調子がいいということは、薬が効いてうまくコントロールされているということであって、決して病気が治まっているということではないのです。決められた時間に決められた量の薬を飲むことはその

4月より、介護保険制度が始まりました。通所リハビリテーションは、在宅サービスのひとつで介護保険の被保険者（要支援・要介護者）の方に日帰りで機能訓練・食事・入浴のサービスを提供するものです。熱海病院では、利用される方がその人らしい自立した生活や、社会とのつながりある生活が送れるように

話しの  
いずみ  
通所リハビリについて  
太田熱海病院  
通所リハビリテーション  
TEL024-984-0088 (内線5220)

生活障害の実態把握に努め、個性を重視したお一人おひとりの個人訓練を行います。同時に、介護されているご家族様が肉体的・精神的な安らぎを得られるよう、通所リハビリテーション計画に沿ってサービスを提供しています。当院では主に次のようなサービスを行います。

- 生活のリハビリテーション
  - 健康相談と健康チェック
  - 健康薬膳まごころお食事
  - 温泉利用の入浴
  - 安全、安楽な介助方法の説明
  - その他、生活や住まいの相談
  - 送迎
- ご利用希望の方は、お近くの指定居宅介護支援事業所にご相談下さい。

の状態を保つために大切なことです。血圧を自分で計ってみて低いからといって薬を飲むのをやめたりすると、薬がきれて急に血圧が上がってしまうと、血管に負担がかかってしまいます。血圧の薬は血圧を下げるというより、ある一定の値に保ち体に負担をかけないようにする薬なのです。医師は薬をきちんと飲んでいけるものとして患者さんを診察しますので、薬を飲まないために血圧が上がっている、うまくコントロールされていないと判断し、薬を増やしたり、薬の種類を変えたりします。風邪薬や膀胱炎の薬なども調子がいいと飲むのをやめてしまいがちですが、抗生物質が病原体を完全にやっつける前にやめてしまうことにより風邪がぶり返したり、膀胱炎が繰り返してしまうこともあるのです。（畑）

# - X線は電磁波の一部分。病気の診断に欠かせません -

院内 2  
**見て 歩き**  
**放射線部**

私たちは、病院の数ある業務の中で、放射線を取り扱う業務を行っています。

「放射線」と聞いただけで、「オツカナイ!」、「アブナイ!」などと思われる方もいらっしゃると思いますが、病院で取り扱う放射線は、決して「オツカナイ」も「アブナイ」もありません。それは、放射線の専門家である放射線科医と、私たち診療放射線技師が取り扱っているからです。放射線そのものは確かに、怖い、危ないものです。昨年起きた、東海村の原子力事故などがそれを如実に感じさせます。

しかし、医療で使う放射線は原子力発電所で使う放射線とは、全く異なるものです。医療で使われるものは主としてX線で、大きな真空管から電気を使って発生させます。従って、電気を切ってしまうとX線が出ることが絶対ではありません。ではX線とはなんでしょう?実は、光と同じ仲間である電磁波の一つなのです。私たちの目に見える光も、可視光線と呼ばれている、電磁波の一部分です。目で見るこ



ができる一番短い波長の光は紫で、これ以上短い波長は目には見えなくなります。これよりもっと短いものをX線といいます。目では見えないが、何か不思議な光線があるのでレントゲン博士はこの光線を、X線と名づけました。

このX線を上手に使って、病気がわかるような画像を作るのが、私たち診療放射線技師の役目なのです。体を切り開かずに、体の中を見ることができるX線検査は、病気の診断には欠かせません。どうぞ、安心して放射線の検査を受けてください。

放射線部 村松 影治

## 医食同源

今回は、当院の通所リハビリテーションでお出ししている薬膳料理から旬の材料を使った健康料理をご紹介します。



さといもの効用

さといものぬめりの成分は、ガラクトンとマンナンです。ガラクトンは、脳に刺激を与え、脳細胞を活性化し、ボケ防止に効果的です。マンナンは、血中コレステロールを下げるので、動脈硬化の予防になります。ぬめりは取らずにそのまま使ったほうが良いでしょう。

作り方

- ①米は洗ってざるにあげる。
- ②さといものは、皮をむき、大きいものは半分に切る。さらに、1.5cm厚に切る。油揚げは半分に切り、さらに細切りにし熱湯をかける。
- ③出し汁と調味料を合わせる。
- ④炊飯器に米を入れ、③を入れ全体をまぜ、さといも、油揚げを入れ炊き上げる。
- ⑤炊き上がったら、さといもをくずさないようにかき混ぜ、しらすぼしとあさつきをちらす。

材料(4人分)

米	3カップ
さといも	200g
油揚げ	1枚
しらすぼし	30g
出し汁	3カップ
しょうゆ	大さじ2
酒	大さじ1
あさつき	少々
エネルギー	406Kcal
たんぱく質	11.8g

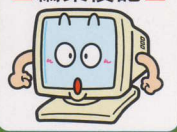
## 熱海病院ボランティア紹介

当院では、昭和62年からボランティアを受け入れています。当初は、1~2名による衛生材料の作成が主な活動でした。現在、ボランティアさんは個人登録が7名と、2団体が活動しています。主な活動は次の通りです。

- 個人の年間活動延べ人数 約1,100人……衛生材料作成・入浴時の着替え・車椅子での送迎
- 団体 ①桑野ボランティア(毎月第2火曜)……観葉植物の手入れ・車椅子整備・図書整理  
②朗読ボランティア カナリア(毎月第3木曜)……紙芝居・手品・朗読・季節の歌
- 個人 年2~3回 他県より(不定期)……図書整理

夏休み中は、看護職をめざす高校生のボランティアも受け入れています。今年の夏から定期的に、大学生および一般の方によるボランティア活動が開始され、巡回図書を担当して頂いています。今後も若い方々のボランティア歓迎致します。受付窓口は婦長室です。どうぞお気軽にお申し出下さい

## 編集後記



最近テレビで気になるのは健康番組です。特に、体に取り入れる食物が多いようです。中でも体の老化や生活習慣病に関する活性酸素、いわゆる悪玉酸素を抑える抗酸化剤を含んでいる食物が注目されています。赤ワインやお茶のポリフェノール、緑黄色野菜のカロテノイドなどが代表です。番組の内容をひとことでは言えませんが生活習慣病を予防するには、質、量ともにバランスのとれた食事をとり、適度に運動をし、規則正しい生活をする、ことの方が大切です。なかなかできないことですが心がけたいものです。(大田)