市立貝塚病院広報誌
Kaizuka City Hospital
Vol. 13
2014 9月

コスモスだより

【ニューストピックス】 眼 科

子供の視覚障害から白内障手術まで幅広い診療を

【健康通信】栄養管理室より「栄養食事指導」
ヘルシーレシピ「豆腐お好み焼き」

【お知らせ】医師のご紹介　乳腺外科 副医長　西前 綾香
肛門外来 非常勤医師　南 有紀子
第 45 回 市民公開講座のお知らせ
「病院祭」開催日程のお知らせ
非紹介患者初診加算料改定のお知らせ
第４回 こすもす懇話会のご報告
症例カンファレンスのお知らせ

病院の理念 基本方針

地域住民を守る良質な医療の提供

1．医療を通じ患者さんの歓びが自らの歓びになるような職業人をめざします。
2．常に技術の研鑽に努め、高度な医療の提供により、病気の早期発見・治療の充実をめざします。
3．患者さんの治療には、各々の職務を結集したチーム医療をめざします。
4．地域の医療機関と連携を密にし、信頼される中核病院として急性期医療をめざします。

発行：市立貝塚病院 広報委員会

眼　科　子供の視覚障害から白内障手術まで、幅広い診療を

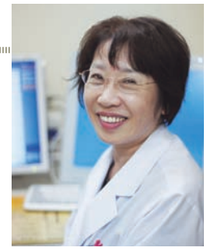
高齢化に伴い、白内障をはじめ緑内障・糖尿病性網膜症・加齢黄斑変性症など、「眼の成人病」と言われる疾患を持つ患者さんが増加しています。当院では、2012 年 6 月より『日帰り手術センター』を稼働。操作のしやすい最新の白内障手術装置と顕微鏡を導入し、より安全な環境のもと、増加する白内障手術に対応しています。平成 25 年度の眼科手術件数 756 件のうち、白内障手術件数は 736 件で、24 年度から約 90 件の増加となりました。

本年度から「視能訓練士」を増員。「視能訓練」を得意とする視能訓練士の入職により、「小児の斜視・弱視」の視機能回復訓練も充実しました。また、外来の待ち時間も短縮されています。

眼科の特徴

『日帰り手術センター』での白内障手術。
光干渉断層装置等の最新の機器を導入。
（眼底黄斑部疾患・糖尿病性網膜症・緑内障などの早期診断に有用）
「小児の斜視・弱視」の機能回復訓練が充実。

◆進行や病状を把握しにくいのが眼の病気――機能が失われてしまう前に、関心もって対処を！



眼科部長
藤井 節子

眼の成人病、40 歳を過ぎれば特に注意を！

白内障、緑内障、黄斑変性症、糖尿病性網膜症などは「眼の成人病」と呼ばれています。「年齢を重ねれば眼が衰えるのは仕方がない･･･」と思われるかもしれません。しかし、「白内障」のように治療により改善できる疾病だけでなく、「緑内障」や「糖尿病性網膜症」のように、進行を止める治療しかできず失明に至る病気もあるのです。こうした危険な疾病も、症状を自覚しにくく気が付かないうちに進行している場合が多く、若い方も決して無縁ではありません。眼科項目のある健診を定期的に受けて、早期発見の意識を持ちましょう。

３歳半健診はとても大切、眼に異常があれば眼科を必ず受診してください

人の眼の機能は８才位までに発達すると言われ、弱視等がある場合は少しでも早く治療を行うことが大切です。弱視の治療は３～６歳位が効果が出やすい時期と言われていますが、治療の時期が遅れてしまえば、メガネをかけても視力が十分に出ず、日常生活に支障が出ることに。しかし、斜視とは違い弱視は日常生活の中では気付きにくく、３歳以下では検査も難しいのが現状です。そこでとても重要なのが３歳半健診です。

当院の視能訓練士は小児の視能訓練を得意としておりますので、３歳半健診で異常が見つかった場合は、放置せず必ず受診してください。

視能訓練士による精度の高い検査結果をもとに、的確でスピーディーな診断を

眼科の疾患には、診断と対応のスピートが求められるものも少なくありません。そこで、医師にとって心強いパートナーが視能訓練士。眼科領域における専門技術者として、正確で的確な検査を行ってくれます。また、スピーディーな対応のため、疾患の診断や治療について必要な検査はその日のうちに随時行っています。

更に多くの眼科疾患の方々のお役に立てるよう、チームワークの良さを活かして、頑張っていきたいと思います。

■失明の２大原因「糖尿病性網膜症」「緑内障」

「糖尿病性網膜症」と「緑内障」は、我が国の途中失明原因の第 1 位・2位を占めます。

これらの病気で問題となるのは、治療はあくまで進行を抑えるためで、一旦進んだ病状を回復させることができないことです。中には難治性のものもあり、失明を避けられないケースもありますが、診断と治療の進歩により、早期発見・早期治療によって失明の危険性を減らせるようになってきました。

糖尿病性網膜症

糖尿病腎症・神経症とともに糖尿病の 3 大合併症のひとつ

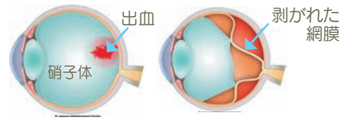
糖尿病の人は、目の症状がなくても定期的に眼科を受診し、眼底検査を受けましょう。

経過と症状

血糖が高い状態が続き、網膜の細い血管が損傷を受け、血管瘤や小さな出血が起こる。
- 自覚症状はほぼなし
- ※血糖値のコントロールが良くなれば改善することも

→ 血管がつまると網膜が酸欠状態に陥り、新しい血管（新生血管）を作り酸素不足を補おうとする。
- かすみなどの症状
- 自覚症状がない場合も

→ もろい新生血管が硝子体内へ増殖し、硝子体出血や網膜剥離の原因となる。
- 飛蚊症（黒い影やゴミが見える）
- 急な視力低下　■失明



緑　内　障

緑内障は、眼圧が高くなる（眼球が固くなる）病気。高い圧力が眼の神経や血流に影響し、視神経が徐々にダメージを受けていきます。一度障害をもった神経は回復が困難なため、早期治療がとても重要です。

40 歳以上の 20 人に 1 人は緑内障だと言われていますが、視覚異常を自覚することが難しく、多くの方が緑内障と気が付かずに過ごしているのが現実です。

健診で視力、眼圧の測定を。早期診断には眼底の視神経観察を。

症状

【急性緑内障】 急に眼圧が上がる状態。場合によっては短期間で失明に至る場合もある
- 眼が充血し、痛みを伴い、視力も低下する
- 頭痛や吐き気がひどいため、脳外科の病気と勘違いされる場合もある

【慢性緑内障】 ゆっくり眼圧が上がるか、眼圧には異常がない場合もある。また、症状は穏やかで気付かないことも
- 目の疲れ、頭が重い、肩こり
- 夜間には光のまわりに色のついた輪が見える、眼がかすむ
- 見える範囲と程度、視野の異常（無自覚な場合が多い）

＝緑内障視野の進展＝

《初期》
自分では異常に気付かない

《中期》
片方の眼でカバーするため、異常に気付かないことが多い。

《末期》
視力が落ちて、日常生活に支障をきたす

最新の光干渉断層計　「糖尿病性網膜症」「緑内障」の早期発見に！

光干渉断層計（Optical Coherence Tomography：OCT）は、光の干渉原理を使い、赤外光で目の奥にある網膜をスキャンし、網膜の断層画像を取得する医療機器です。

網膜に関係する病気はさまざまで、病気の進行度合いを注意深く観察する必要があります。 網膜のどこに・どれくらいの病変があるのかを正確に把握するため、網膜を平面的に見たり、断面図を見たり、立体的に見ることができます。

■『日帰り手術センター』

白内障の手術　Q & A

Q「日帰り手術」か「術後入院」か希望できますか？

A 白内障の手術は「日帰り手術センター」で行いますが、日帰りにするか入院にするかは、患者様の状況とご希望により決定いたします。
手術後は眼帯で視野が狭くなっているため、日帰りするには幾つかの条件があり、当院では、ほぼ半数の方が日帰りを選択されています。

＝＝ 日帰り手術が出来る方の条件 ＝＝

- 眼帯のため視野が狭くなった状態での当日の帰宅、自宅での生活に困難の無い方、またはご家族のサポートを受けられる方
- 術後の通院（約３日間連続）が可能な方

Q 手術は痛くないですか？

A 白内障の手術では、点眼による麻酔をしてから注射をします。ほとんど痛みを感じない方が大半です。

Q 手術をする時期は？

A 以前は、水晶体が白濁して見えなくなってから行っていましたが、最近では生活に支障を感じる程度の早い時期に行うようになっています。
白内障が進行しすぎると手術が難しくなる場合もありますので、放置せずに眼科を受診してください。

眼科手術用のリクライニングベッドを設置した手術室内。
ご高齢の方でも座りやすく、無理なく手術の体位になれます。

ゆったりと座れるリクライニングシートのリカバリールーム

■ 視能訓練士の仕事

1 眼科一般検査
視力や眼圧、超音波検査、眼底の写真撮影と解析など、各種の検査を行います。

2 視能矯正

斜視や弱視などの視機能を回復させるための視能訓練や検査を行います。

眼科　視能訓練士
小畠 永瑛

◆検査だけでなく、患者さんの回復に関われる仕事です

検査が難しい患者さんでも、正確な検査を

眼科の検査では、集中力が続かなくて検査を嫌がる子供さんもいれば、介助が大変な方もおられ、検査自体が難しいこともあります。また、機械の種類や患者さんの眼の形や症状によっても、検査で注意すべきポイントは変わってきます。様々な状態の患者さんに対応し、正確な診断につながるように正確な検査をする — それが私達の仕事の基本です。

未来ある子供達に、少しでも視力を出してあげたい

視能訓練士には、患者さんの治療に直接的に関わる役割もあり、その一つが視能矯正です。矯正用メガネを掛け、ピントを合わせた像を脳に送ることで視機能の発達を促していきます。他にも、アイパッチを使って片目だけで見る訓練等もあり、経過観察と適切なメガネの調整や訓練指導などを行います。この間数年に渡り、子供さんの成長と共に経過を見ていくことになりますが、思いはどこまで視力を出してあげられるか。治療時期が遅く、願った成果が出ない時はやはり辛いですね。出来るだけ早く治療を受けていただけることを願って止みません。

また、視能訓練士の仕事には、視力低下された方への補助器具の使い方指導など「ロービジョンケア」の分野があります。まだまだ勉強中ですが、研鑽を積んでこの分野でもお役に立てるようになれればと思います。

■ 栄養管理室より　「栄養食事指導」

「栄養管理室」はどんな仕事をしているかご存知ですか？
病院食の栄養計算をして献立を作ったり、料理を作ったりするところ？————正解です。
でもそれだけではありません。もう一つの重要なお仕事『栄養食事指導』についてご紹介します。

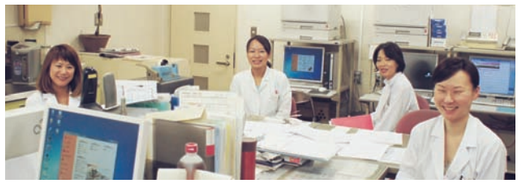
栄養・食事は、注射やお薬と同じように治療の一つです

病気は薬や手術で治すものだけではありません。栄養や食事は、病気の進行を防いだり、治療や予後の状況に大きな影響を与え、治療の基礎的な役割を担っています。特に、生活習慣病や消化器疾患・腎臓疾患などの疾病管理には、「食事療法」が重要になります。

栄養管理室の管理栄養士の仕事は、栄養に対する関心を高め、食事療法の必要性を理解・納得していただくこと。これが『栄養食事指導』です。また病院食では、食事内容の意味を理解し、提供した食事を喜んで食べていただけるようにすること。病棟訪問やアンケート調査を行い患者さんの意見を伺いながら、調理スタッフとともに工夫を続けています。

『栄養食事指導』は入院患者だけでなく、外来患者にも行っています

高齢化による生活習慣病患者の増加などにより、栄養食事指導の重要性がますます高まっています。栄養食事指導は、入院患者さんだけでなく、糖尿病や腎臓病などで通院されている方にも行っています。外来の待ち時間を使うなどの工夫をして、少しでも多くの方に受けていただけるようにしています。



外来栄養指導

他院に通院の方でも「外来栄養指導」として、毎週金曜日に個別栄養管理指導を行っております。
かかりつけ医から当院への事前予約が必要ですので、ご希望の方は、かかりつけ医にご相談ください。

ヘルシーレシピ

1人分 240 kcal ／ タンパク質 17g ／ 脂質 9.4g ／ 糖質 21g ／ 塩分 1.7g

◎ 材料（２人分）◎

- ·木綿豆腐·····　1/2 丁
- ·キャベツ（千切り）　200g
- ·青ねぎ（小口切り）　20g
- ·かつおぶし·····　適量

【A】
- さくらえび···　大さじ２
- 卵白のみ·····　２個
- 片栗粉·····　大さじ２
- だしの素·····　小さじ 1/2

- ·青のり·····　少々
- · お好み焼きソース　40g
- ·サラダ油·····　少々

しっとり生地にたっぷりキャベツ！

豆腐お好み焼き

◎ 作り方 ◎

1. 豆腐はキッチンペーパーで包み、上から手で押して水気を切り、ボールに入れて泡立て器でよく潰します。
2. ①のボールにキャベツ、青ねぎ（半量）、かつおぶし（半量）、【A】を入れてよく混ぜます。
3. フライパンに油を入れて、中火で焼き色がつくまで焼き、ひっくり返してからフタをして３分間蒸し焼きにします。
4. 火が通ったらフタを取り、強火でカリッと焼き上げます。
5. お皿に盛って、ソースを塗り、青のり、残りのかつおぶし、青ねぎをかけて出来上がり。

ヘルシーおいしいポイント

- 小麦粉の代わりに豆腐を使用し、キャベツでボリュームを出しているので低カロリーです
- 焼いている時にフライ返しで上から押すと、ふわふわがダメになるのでじっと我慢を！
- マヨネーズをかけてもおいしいですが、カロリーが上がるのでご注意を！

■医師のご紹介

◆「乳がん」と闘う女性のために、女性の立場でできる診療を

乳腺外科　副医長
西前 綾香

患者さんが何でも気軽に相談できるお医者さんに

私が乳腺外科の医師の道を選んだのは、女性として「女性医師だったら嬉しい」と思う診療科だったからです。女性の立場で、患者さんとともに「乳がん」と向き合いたい・・・。乳がんは他のがんと比べ発症年齢が低く、小さなお子さんを持つ方もいらっしゃいます。ご家族への想いやお子さんへの想いは、同じ女性として身につまされるものがあります。

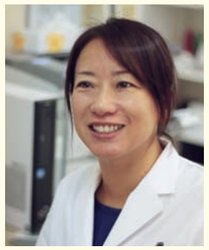
治療だけでなく、患者さんひとり一人の背景も含め「乳がん」と向き合うために、私が目指すのは「何でも相談できる医者」であること。患者さんに信頼され、想いを引き出し受け止められる医者であり人であることです。

患者さんの状況を理解し、チームで乳がん患者さんをケアする

当院の「乳がんセンター」では、乳がん健診から手術･乳房再建まで行うことができる他､「リンパ浮腫外来」や「乳がん相談」などもあり、術後や精神面のケアにも力を入れています。

看護師が患者さんの状況をよく理解していますし、チームワークも良く、医師・看護師・薬剤師など様々な職種がそれぞれの専門性を発揮しながら治療を行っていますので、当院の「乳がんセンター」は、医師としてとても働きやすいですね。このチームの中で私の役割をしっかりと果たせるよう、頑張りたいと思います。

◆「おしり」の悩み、恥ずかしいから･･･と放置しないで！



肛門外来　非常勤医師
南 有紀子

女性にとって「痔」はとっても身近な病気

ホルモンの影響や妊娠・出産、身体の冷えなど、女性には「痔」になりやすい要因がたくさんあります。痔の悩みを抱えながらも、『恥ずかしいから」と受診を躊躇され、随分悪化してから我慢できずに受診される方も多いですね。

痔と診断されても、多くの場合は薬や生活習慣で改善することができます。また手術が必要な場合も、短時間の手術で入院日数も少なくて済むようになってきました。重要なのは、手術が必要な状態になる前に、早期に診断を受けて治療を開始すること。我慢せず、できるだけ早く受診して、日常の苦痛や不快感から開放されることをお薦めします。

痔だから・・・との油断が、重大な病気を見逃すことも

おしりから出血するのは痔だけではありません。一番注意しなければならないのは「大腸がん」です。大腸がんは、食事の欧米化などにより増え続けているがんのひとつ。排便時の出血が発見のポイントになりますが、「痔の出血だから」との思い込みで大腸がんの発見を遅らせることもあり、実際に痔の検査から大腸がんが発見されるケースも少なくありません。当院には「消化器センター」もあり、必要な場合には下部内視鏡検査も受けていただけます。

肛門外来
完全予約制

受診は、院内紹介あるいは
医療機関からの紹介状が必要です。
受診を希望される方は、かかりつけ医にご相談を！

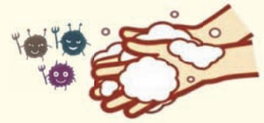
●毎週 第２水曜日　午前
担当：南 有紀子　医師
●毎週 第１木曜日　午前
担当：宮崎 道彦　医師

医療機関の皆様へ

痔核・痔ろう・裂肛・直腸脱などの代表的な肛門疾患に加えて、難治性のものや診断が付かず治療方針が決定し難いケースなどご紹介いただければ、専門医の立場から適切に対応いたします。外来手術も行います。

■ 第 45 回　市立貝塚病院 市民公開講座

【テーマ】 感染対策を学ぶ！　あなたの手洗い・マスク大丈夫？



平成 26 年
11 月 19 日
（水）

【日　時】 11 月 19 日（水）13：30 ～ 15：00
【講　師】 感染管理認定看護師　水本　雄二
【場　所】 市立貝塚病院　７階講義室
【費　用】 無料（定員 70 名　要予約）
【申込・問い合せ】 市立貝塚病院 地域医療連携室　☎ 072-422-5865（内線：236）
※１階総合案内でも受け付けております

■『病院祭』の開催日が 11 月 15 日（土）に決定

地域の皆様や患者さんに信頼され、親しまれる病院づくりを目標に、第 18 回目を迎える病院祭です。

只今、地域の皆様に楽しんでいただけるイベントを計画しています。今年も皆様のご参加をお待ちしています。ぜひお越しください！！

■非紹介患者初診加算料改定のお知らせ

貝塚病院では初診時に診療所などからの紹介状をお持ちでない場合、「非紹介患者初診加算料」を頂いております。非紹介患者初診加算料とは、大きな病院とかかりつけ医（地域の医院や診療所など）との機能分担を推進するため、健康保険法により設けられた制度です。かかりつけ医との連携をより推進するため、非紹介患者初診加算料を 10 月 1 日から次のとおり改定します。なお、公費の医療券をお持ちの方や時間外に来院された方などは対象外です。

◎改定後の料金 2,160 円（現行 1,080 円）【問い合せ】市立貝塚病院 医事課　☎ 072-422-5865

地域連携ニュース

■第４回 こすもす懇話会のご報告

平成 26 年６月７日、スターゲイトホテル関西エアポートにて「第４回こすもす懇話会」を開催しました。こすもす懇話会は地域の医療環境の充実をめざし、市立貝塚病院と貝塚市医師会・歯科医師会・薬剤師会の先生方をはじめ、近隣地域の医療機関の方々との交流を深める機会として開催しております。

一般講演は、地域医療機関紹介患者の症例検討として、婦人科、整形外科、内科から発表させていただきました。特別講演は、辻仲院長が「根拠に基づいた周術期管理」と題して講演しました。今回も質疑応答が多数あり、また意見交換会でも活発に情報交換ができ有意義な時間となりました。

ご多忙な中、ご参加いただいた地域の先生方におかれましては、この場をおかりしてお礼申し上げます。

■ 症例カンファレンスのお知らせ（対象：医師・医療従事者）

各診療科で、症例カンファレンスを定期的に行っています。皆様の参加をお待ちしております。
【問い合せ】 市立貝塚病院 地域医療連携室　☎ 072-438-5522

内　科	／月曜日（毎週） 16：00 ～ 17：00	産 婦 人 科	／火曜日（毎週） 17：00 ～ 18：00
外　科	／火曜日（毎週） 14：00 ～ 15：00	泌 尿 器 科	／火曜日（毎週） 7：00 ～ 9：00
整形外科	／水曜日（毎週） 17：00 ～ 18：00		木曜日（毎週） 17：00 ～ 18：30
小 児 科	／木曜日（毎週） 8：00 ～ 9：00	貝塚乳腺フォーラム	／金曜日（月１回） 18：00 ～ 21：00