



第166号
2021.1月号

医療法人 済衆館 済衆館病院

〒481-0004 北名古屋市鹿田西村前111番地
TEL.0568-21-0811(代表)
FAX.0568-22-7494

e-mail: saishukan@rio.odn.ne.jp
https://saishukan.com

発行/済衆館病院広報委員会

マンスリー 済衆館だより

裏面: 現代社会での近視 その1

謹賀新年

院長 川崎 晋吾

新年明けましておめでとうございます。旧年中に御厚情を賜りました地域の皆様、そして職員の皆様に深く御礼申し上げます。

昨年は2月頃より当院でも新型コロナウイルス感染症対策が始まりました。そんな中で2名の入院患者様が新型コロナウイルス感染症と診断され、それぞれ他院に転送となりました。また、懸命に患者対応に当たった医療スタッフ3名が残念ながら二次感染しました。その後、患者様・当院スタッフ全員が無事回復されました。心より安堵しております。当院は理事長の英断にて4/18から4/30までの13日間、一般外来・救急外来診療停止、新規入院受け入れを停止し、その間に徹底

的な検証と感染対策の抜本的見直しを行いました。今振り返りますと、この院内ロックダウンにて全職員の新型コロナウイルスという大きな障害に対峙する覚悟が醸成され、団結感が芽生えたと思います。

その後も、感染対策・経営対策は継続的に施行を余儀なくされております。その対策として、発熱外来プレハブ施設設置、救急外来・病棟のゾーニングの整備や陰圧室の整備、PCR-LAMP法検査院内導入など講じて参りました。また、10/1病床稼働をより効率化する対策として、回復期リハビリテーション病棟の一部を介護医療院38床として開設しました。

この年末年始も一向に新型コロナウイルスの収束気配がありません。しかし、地域住民の皆様が今後もコロナ禍のなかでも安心して医療を受けていただけるような病院をめざし、全職員が一丸となって頑張っております。

どうか地域の皆様方ならびに近隣の開業医の先生方や在宅医療に関わる皆様方におかれましては、今後とも変わらぬご支援、ご鞭撻を宜しくお願い致します。

外来診療担当医表(1月)

		月	火	水	木	金	土
内科	午前	横崎 消化器	渡辺 消化器	森 糖尿病・膠原病	柴田 循環器	吉田(勝) 循環器	柳澤 呼吸器
		今村(亜) 循環器	橋本 呼吸器	今村(亜) 循環器	渡辺 消化器	戸部 循環器	多田 第2・3・5 腎臓・リウマチ・膠原病
		森 糖尿病・膠原病	榊原 循環器	吉田(勝) 循環器	名倉 脳神経機能外科	伊藤(隆) 脳神経	末澤 消化器
		岡城 循環器	鈴木(重雄) 消化器	横崎 消化器	岡城 循環器	橋本 呼吸器	武田 第3・4・5 脳神経
		平山 脳神経	伊藤(隆) 脳神経	末澤 消化器	吉田(由) 糖尿病内分沁	栗木 消化器・肝臓	担当医
			吉田(由) 糖尿病内分沁	多田 腎臓・リウマチ・膠原病		吉田(由) 糖尿病内分沁	
外科	午前	川崎	今村(康) 外科・総合診療科	安藤	今村(達)	今村(康) 外科・総合診療科	勝野 10:30~
			神谷	河合(純) 第1・2・3	川崎	安藤	河合(純)
眼科	午前	半田	半田	半田	半田	半田	半田
	午後 受付時間	半田 13:30~15:30		担当医 13:30~15:30		半田 13:30~15:30	
小児科	午前	植	植	植	臼井	植	植
	午後	植 15:00~16:00	植 15:00~16:00			植 15:00~16:00	
皮膚科	午前				休診		
整形外科	午前	中里	松本	相羽	中里	中里	松本
		松尾(英)	岩瀬		松尾(英)	栗本 9:30~	佐伯 第3・5 早川 第2・4
歯科・口腔外科	午前	梅村/吉崎	梅村	梅村/長谷川	梅村	梅村/阿曾	
美容皮膚科	五島	火曜日 14:00~16:00 予約制		新年、気持ちもお肌もワントーン明るくしませんか? お気軽にご相談ください。			

専門外来

◆ 内科

月	火	水	木	金	土
糖尿病内分沁 和田 9:00~12:00	循環器 水谷(浩) 13:00~15:00	糖尿病内分沁 上田 13:00~15:00	禁煙外来 橋本 14:00~	老年内科(物忘れ) 遠藤 予約制 14:00~16:00	
消化器・肝臓 栗木(第3・4) 13:30~15:30		呼吸器 柳澤 予約制 14:30~15:30	消化器・肝臓 栗木 14:30~15:30		
IBD/便秘外来 渡辺 予約制 14:00~16:00		老年内科(物忘れ) 遠藤 予約制 14:00~16:00	腎臓・リウマチ・膠原病 多田 13:30~		

★外来は、原則として予約とさせていただきます。
★受付時間 午前8:30~11:30
★診察時間 午前9:00~12:00
★都合により担当医師が変更となる場合があります。
★急患の場合はお電話ください。
TEL.0568-21-0811(代表) 時間外・休日にも診察致します。

◆ 外科

月	火	水	木	金	土
乳腺外科 稲石 予約制 9:00~10:30	脳神経外科 飯塚 予約制 14:30~16:00	乳腺外科 佐藤 (第1・4) 予約制 14:00~16:00	泌尿器 遠山 14:00~14:30	脳神経外科 飯塚 (第2・4・5) 14:00~16:00	形成外科 担当医 9:00~10:00
緩和ケア 秋山 13:30~16:00		泌尿器 河合(昭) 14:00~16:00	脳神経外科 担当医(第1) 14:00~16:30	脳神経外科 飯塚(第3) 14:30~16:30	脳神経外科 担当医 (第3) 14:00~16:00
内分沁外科 日比(八)(第1) 予約制 15:00~16:00	小児外科 勝野 13:00~16:00	脳神経・脊髄外科 担当医 14:00~16:00	脳神経外科 飯塚(第2・4) 14:00~16:00	泌尿器 担当医 一部予約制 14:00~	脊髄外科 担当医 (第2・4) 9:00~11:30
内分沁外科 酒井(第3) 予約制 15:00~16:00		脳神経外科 吉田(純) 予約制 15:00~16:00	血管外科 今枝 14:00~16:00	泌尿器 鈴木(晶) (第2・4) 9:00~12:00	

現代社会での近視

その1

今回は近視について説明したいと思います。みなさんは近視というとどんなイメージがあるでしょうか。『目が悪い』、『眼鏡やコンタクトレンズが必要』、『小学生くらいから目が悪くなった』、『レーシックで治ららしい』など、いろんなことを思い浮かべるとと思います。近視とは何か、近視の原因、くらしの変化の影響、最新の近視進行を抑える治療などについてお話していきます。

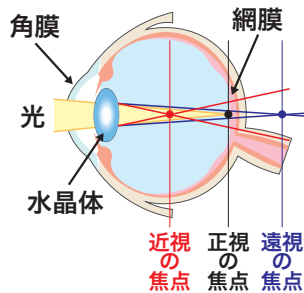
近視とは

まず近視とは何か。少し難しくなりますが、人間の目はカメラと同じような構造になっています。カメラのレンズに相当するものを水晶体、フィルムに相当するものを網膜といいます。カメラで写真を撮るときはレンズが前後に動いてピントを合わせますが、人間の目では水晶体がその厚みを増すことにより、無意識のうちにピントを合わせてものを鮮明にみえています。この働きを調節といいます。

調節をしない状態で遠くを見たとき、網膜にきちんとピントが合う屈折状態の人を正視といいます。正視の人は遠くがよく見えるわけですが、実際には網膜にピントがきちんと合う人は少なく、多くの人は網膜の前後でピントが合っています。

網膜の前にピントが合う屈折状態の人を近視といい、逆に網膜の後ろにピントがくる人を遠視といいます。遠視の人は調節により裸眼視力が良好なことが多いですが、老眼を感じやすいことがあり目の疲れがでやすくなります。近視の人は遠くがぼやけますが、見るものを近づければ網膜にピントが合うため近くのものはよく見えます。また遠視も近視も眼鏡やコンタクトレンズによる矯正で網膜にピントを合わせることでよく見えるようになります。

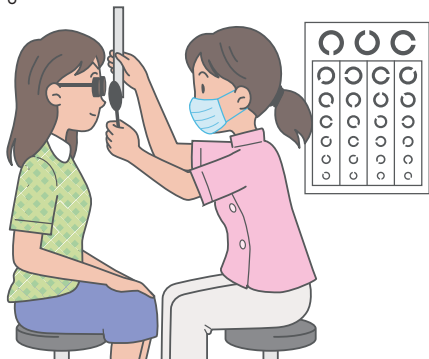
遠視や近視に大きく関わるのは眼軸長という目の前後方向の長さです。簡単に言うと目が前後方向に長い(眼軸長が長い)人は近視になります。眼軸長は成長と共に伸びていきます。生まれたばかりの赤ちゃんは遠視の状態が多いですが、成長に伴い眼軸長が伸び遠視が軽減し近視方向に変化していきます。その後も遠視は徐々に軽減し、就学時(6歳頃)には多くの場合正視に近い範囲内となります。発展途上国では成人に至るまで多くの人が正視に近い範囲にとどまりますが、先進国では就学後頃から高頻度で近視が発症しその後一定期間にわたって近視の進行が持続します。通常は10代後半には近視の進行は止まります。しかし一部に近視の進行が成人後も続く例が報告されています。



強すぎる近視は病気の原因に

近視だけでは病気ではありませんが、眼鏡の度数で-8.0D(どきんがん)を超えるような強い近視は、目の奥の網膜・脈絡膜や視神経に病的な変化を生じ、眼鏡などで近視を矯正しても正常な視力がでない病的近視を起こしやすくなります。

最近、この病的近視が増加し働き盛りの失明(中途失明)の原因として重要となってきています。眼軸長が伸びることにより近視性黄斑変性、緑内障、視神経症、網膜剥離などの病気も起こりやすくなってしまいます。



近視の原因

近視の原因となる眼軸伸長は遺伝によるものと環境によるものがあります。近視の原因が遺伝だけであれば急激な数の変化はないはずですが、最近約50年間で東アジアを中心に世界中で近視が増加しています。急増の原因としてはくらしの変化(環境)が影響していると考えられています。

多数の子供を対象とした調査で近視進行に影響を与えた項目として、【近い読書距離】、【連続近業(ものを近くでみる作業)】、【高い教育レベル】、【長時間の塾】がありました。逆に近視進行を抑制するのは【長い屋外活動時間】でした。6歳を過ぎると近視が増加していることから学校教育における視覚的な負担が近視化の原因とも考えられています。また、テレビ視聴と近視の関係も調査されています。テレビ視聴が主な遊びであった子供はそうでない子供とくらべて小学生時の視力が悪くなったとの結果がでています。

つまりイメージ通りかもしれませんが、外でよく遊ぶ子は近視になりにくく、テレビをよく見る子やよく勉強する子は近視になりやすいことが研究で分かっています。

くらしの変化と近視

次にくらしの変化と近視の関係についてお話します。最近50年間で近視が増加していると述べましたが、この時期は日本で子供の戸外遊び時間が減り、室内あそび時間がうまわった頃と一致しています。日本の子供の戸外遊び時間は1955年では男子3.2時間、女子2.3時間でしたが、1975年では男子1.8時間、女子1.0時間、1995年では37分(男女合わせたデータ)と大きく減少しており、近視人口の増加と関係性が指摘されています。

そして2007年にスマートフォンが登場しました。テレビやゲームの影響で戸外遊び時間が減っているのに加え、スマートフォンはより近くで画面を見ることとなり、更に長時間見続けることが多いです。そのためスマートフォンの登場が近視増加に拍車をかける可能性があります。

実際、最近の研究で2019年の裸眼視力1.0未満の小学生は過去最悪の34%となりスマートフォンの影響があると分析されています。また長時間のスマートフォン使用後に寄り目が治らなくなるスマホ内斜視という新しい病気もでてきています。

…つづく 次回は、近視進行予防のための生活改善などについてお話します。

眼科部長 半田 恒明

小林一茶作
おらが春
中くらのなり
めでたさも



➡ 次号は「現代社会での近視 その2」です

●1月1日(金) 元旦 ●1月1日(金)~2月28日(日)「はたちの献血」キャンペーン

●1月7日(木) 七草 ●1月11日(月) 鏡開き 成人の日 ●1月20日(水) 大寒

今年はコロナ渦で新年を迎えることとなってしまいました。