

広報 第二十八号

さくら前線

ご挨拶

医師 小峯 知佳

こんにちは。12月に続いて3月も火曜日の外科外来を担当することになりました小峯と申します。

普段は群馬大学医学部附属病院の第一外科で診療を行っています。

私は前橋生まれの前橋育ちで、生粋の群馬っ子ですが、今まで吾妻の方にはあまり縁がありませんでした。

今回吾妻さくら病院で働きはじめ、中之条って良い所だなと思いました。温かい人が多く、景色もきれいです。

普段車で来ていますが、途中に見える景色にも気になると所があります。ここより山の方もどのようになっているのか気になります。

これを機会に吾妻の良い所をたくさん知れたらなと思います。みなさん是非教えて下さい。

診療についてですが、地域の皆さんの健康のために少しでも貢献出来たら幸いです。どうぞよろしくお願い申し上げます。

【生活習慣病ってなあに?】 第33回

今回から、心臓病について説明します。心臓病には、いくつか種類があります。

① 動脈硬化が原因となる虚血性心疾患。生活習慣病の一つ。狭心症や心筋梗塞など

② 脈の乱れを起こす病気。不整脈、心房細動、心室細動、房室ブロックなど

③ 生まれつき心臓に問題がある先天性心臓病。心房中隔欠損、肺動脈狭窄など。

④ 心筋の病気、心臓弁膜の病気、心膜の病気など
⑤ そのほかの病気。心肥大、精神的な原因から起こる心臓神経症など。

虚血性心疾患は、心臓に血液が行かなくなる病気で、心臓に血液が行かないというのは、心臓を動かしている筋肉、心筋に血液が行かないという意味です。

血液が行かないと血液をつうじて送られてきた酸素や栄養が来なくなると、酸欠や栄養不足が起き、細胞がダメになってしまいます。

心臓病は、突然の発作で倒れ、死んでしまうこともあり大変こわい病気です。

狭心症は、短い発作なので、静かに休めば治り、特效薬があります。

しかし、心筋梗塞は心臓の血管の詰まりがもつと長く続いて、この間、血液が流れないので、心筋の細胞が壊れて死んでいきます。心筋梗塞の発作で倒れても、すばやく心臓の専門医に運ばれればたいていは回復します。

虚血性心疾患は、日本にはもともと少なかったのですが、食生活や生活様式が西洋化してきたのに伴い、増えてきました。総患者数は、全国で約80万人。年間に19万人くらいが虚血性心疾患で亡くなっており癌に続いて第2位になっています(平成23年人口動態統計) 次回は、狭心症と心筋梗塞について説明します。

医療情報

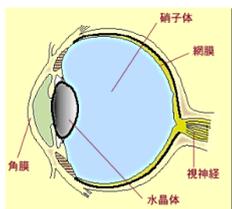
【糖尿病性網膜症】

気象庁の統計開始以来最大の大雪により、各地で孤立する状況が続いております(2/20現在)。

特に透析を行っている人には2日に1回の頻度で病院に行かねばならないので、事態はとても深刻といえます。透析を行う一因として糖尿病による慢性腎不全があります。糖尿病とは高血糖の状態が続いてしまうがために、血管特に毛細血管がダメージを受けてしまい、様々な器官に悪影響が出てしまう病気です。

網膜には栄養を補給する多くの血管が走行しています。高血糖状態が長く続くと、この血管がもろくなったり、一部が膨らみコブをつくり(動脈瘤)出血します。また、小さな血管が血栓でつまったり、つまつて血流が途絶えた部位に血流を補充するために新しい血管(新生血管)ができてきたりします。この新生血管は、急ごしらえのため非常に脆く、ちよつとしたことで出血を起こす原因ともなります。

これらが進行していくと、失明に繋がる危険性があります。





栄養課だより

「水分補給からの糖尿病？」
管理栄養士 斉藤恵子

ペットボトル症候群をご存じでしょうか。糖尿病の自覚のない人が、ペットボトル飲料（スポーツドリンク、清涼飲料水等の甘い飲み物）を多量摂取し続けると、血糖値が急激に上昇し、ケトアシドーシスを起こすとされています。甘い飲み物を大量に飲んだことで、体内が高血糖状態になり、血中で糖質をエネルギー利用できなくなったため、体内のたんぱく質や脂肪を糖質の代わりに利用し、そこから産生されるケトン体が体内を酸性に傾けます。

すると、本来は中性である身体が酸性に傾いたことにより、身体の機能が低下し、昏睡状態に陥ることがあります。これをケトアシドーシスといい、死亡に陥るケースもあり、十〜三十代の若者に多いとされていますが、近年の猛暑により発症者は増加しています。

清涼飲料水の糖質濃度は 10%といわれており、500 ml のペットボトルに 50 g の糖質が含まれています。（ステイックシュガー 3 g を 18 本分とお考えください）

対処法としては、①スポーツドリンクは薄めて飲む ②喉の渇きやすいスナック菓子と一緒に飲まない ③水分補給は水、無糖のお茶にする
昨夏も暑く、水分補給が話題になりましたが、特に血糖が高めの方は、お気をつけ下さい。

介護だより

【高齢者特有の疾患とは④】

今回は「高齢者特有の疾患・状態」の中から、感覚障害（視覚障害・聴覚障害・味覚障害）をもたらす疾患や状態をご説明します。

【感覚障害】（視覚障害・聴覚障害・味覚障害）

「視覚障害」は、視力障害と視野障害に大別されます。視力障害はとくに病気がなくても、加齢とともに縮瞳（瞳孔の縮み）、水晶体の透過率の低下（水晶体のにごり）、網膜から中枢までの機能低下などに伴い、徐々に視力は低下していきます。

白内障は無色透明だった水晶体が濁ってくることで発症します。原因として、一番多いのは加齢です。他に、アトピー、糖尿病、遺伝、放射線、薬の副作用など、複数の原因がわかっています。かすみ目に気づいたら、まず眼科を受診し、白内障だけなのか、ほかに病気がないかを調べてもらうことが大切です。

視野障害の代表的な病気が緑内障です。一般的には、眼圧が上昇することで視神経に負担がかかり、緑内障になります。眼圧がかなり高くなれば、吐き気、頭痛、眼痛などの症状が現れますが、早期では一般的に自覚症状に乏しく、進行した場合に視力低下や視野欠損を自覚します。また高齢者では眼圧が正常の緑内障になるタイプの割合が多いです。自覚症状に乏しいため、末期まで放置されてから眼科を受診するケースも多いので、ご注意ください。聴覚障害については次回に紹介します。

診療案内

診療科		月	火	水	木	金	土
内科 循環器科	午前	中澤※1 中田※2	中澤	中澤	中澤 (佐藤)	中澤	中澤
	午後						休診
外科 胃腸科 (整形・リハビリ科)	午前	藤井 (群大) ※3	小峯 (群大) ※3	笹口※4	富沢 (群大) ※3	休診	(群大) ※5
	午後			休診			休診
心療内科	午後	休診※2	休診	休診	休診	休診	休診

- ※1 第 1・2・4・5 月曜の診療となります。
- ※2 第 3 月曜日 (3/17) 午後の診療になります
- ※3 毎週月火木曜 13 時～14 時は回診のため、午後の外科外来の診療開始は 14 時以降となります。
- ※4 第 2・第 4 水曜日となります。肛門専門医。
- ※5 土曜日の外科は第 1・2・4・5 の午前となります。
- ◆ かかりつけ患者様の急病時はいつでも対応します。
- ◆ 外科休診日でも軽度のケガ等をご相談ください
- ◆ 3 月外科当番日は 9 日・23 日となります

外来受付時間：午前 8 時 45 分 から 12 時 00 分まで
/ 午後 13 時 00 分 から 17 時 00 分まで

休診日：土曜日午後、および日曜・祝祭日（当番医は救急対応）

発行：吾妻さくら病院 広報委員会

吾妻郡中之条町伊勢町 782-1
TEL: 0279-75-3011
FAX: 0279-75-3299
URL: <http://www.a-sakurahosp.com>

- ※ 佐藤真司 Dr の内科診療日は 3/13 (木) になります。
- ※ 3 月 17 日 (月) の内科 (心療内科) 診察は午後からとなります。
- ※ 毎週月曜日の外科外来は 10 時 30 分～となります。