かすみがうら

第221号
＜毎月１日発行＞
■ 発行所 ■
霞ヶ浦医療センター
かすみがうら編集局
〒300-8585
土浦市下高津2-7-14
Tel：029-822-5050
Fax：029-824-0494
E-Mail & WebSite
201-kasumi.main@mail.hosp.go.jp
https://kasumigaura.hosp.go.jp/

カンタンな話「Ｃ型肝炎」

＜肝胆膵疾患センター＞

Ｃ型肝炎ウイルスは一九八八年に発見され、調べてみると日本においては肝硬変、肝癌の八割以上がＣ型肝炎だつたと分かり衝撃が走りました。当時の治療はインターフエロンの注射でしたが、週三回の注射を半年続けても治るのは一割にも満たず、更には副作用が強い為、若くて肝機能の良い患者さんしか治療が出来ませんでした。二〇〇一年に飲み薬との併用で三割程度治るようになり、二〇〇四年に週一回の注射ですむインターフエロンが発売され、治療期間は半年から一年に延長する事でようやく五割くらいの患者さんが治るようになりました。そこからしばらく治療法は変わりませんでしたが、二〇一四年九月に遂に飲むだけで治る治療薬が発売され、九五パーセント以上の確率でウイルスを除去出来るようになりました。更に、殆どの患者さんが副作用無く治療が出来る為、今まで副作用の問題でインターフエロン治療が出来なかつた患者さん達が皆さん治療を受けられ、Ｃ型肝炎は約三〇年で不治の病から治る病気になりました。現在では、最短八週間で治療が終了します。

最後に、肝障害が無くてもＣ型肝炎ウイルスを持つている場合があります。茨城県では保健所で無料検査を実施していますので、気になる方は検査を受けられる事をお勧めします。また、Ｃ型肝炎治療は治療費の助成対象になりますので、Ｃ型肝炎を指摘された方がいらつしやいましたら当院にお気軽にご相談ください。

循環器内科の診療について

＜循環器内科医長＞
～丸山　秀和～

●循環器疾患とは

循環器内科は、循環器疾患の診断と治療及び発症予防を行う診療科です。循環器とは心臓と血管の総称であり、その代表的な疾患としては高血圧・不整脈・狭心症・心筋梗塞・心不全等があります。高齢化や高血圧、高コレステロール血症、糖尿病等の基礎疾患の増加により、血管が硬くなつたり狭くなつたりといつた動脈硬化による疾患も増加しています。動脈硬化によつて血液の循環が滞り、その臓器は機能が低下します。この為様々な循環器疾患が引き起こされます。またそれらの複数を併発する事も珍しくありません。これら心臓・血管系の疾患は癌に次いで日本人の死亡原因の第二位となつています。このように心臓病は最終的に重篤な状態となりますが、病気を正しく理解し、早期に適切な処置や治療をうけ、もしくは症状が出る前に予防すれば多くは進行させずに過ごせます。高血圧症、心電図異常、心雑音、心臓の拡大等を指摘された場合、または下記のような症状が新たに出現したり進行したりした場合には、当科にご相談ください。

循環器疾患の代表的な症状
・締め付けられるような胸の不快感
・首から肩にかけての痛み
・運動時の息切れ
・横になると息苦しくなる
・両脚のむくみ
・長時間歩くと足が痛くなり、休むと改善する
・失神
・片脚が熱つぽく腫れる
・長い時間続く動悸症状　等

●診療体制

毎日午前中に外来診療を行つています。入院では常勤医師が主治医となり、循環器内科全体で診療を行います。最新の知識に基づいた検査、治療を行います。他科、循環器専門看護師、リハビリテーション部、薬剤部、医療相談室や栄養課等の他部署と連携したチームとして、包括的な医療を提供していきます。外科手術が必要な場合は、当院の心臓血管外科外来医師を通じて筑波大学附属病院等への転医がスムーズに行えるようにしています。

●主な対象疾患

・高血圧症
・動脈硬化症
・冠動脈疾患（狭心症、心筋梗塞等）
・心臓弁膜症（大動脈弁狭窄症、僧帽弁逆流症等）
・心不全
・心筋症（肥大型心筋症、拡張型心筋症等）
・先天性心疾患
・不整脈（心房細動、心房粗動、心室頻拍、徐脈性不整脈等）
・大動脈瘤（腹部・胸部大動脈瘤、解離性大動脈瘤）
・末梢血管障害（下肢閉塞性動脈硬化症等）
・下肢静脈血栓症
・肺塞栓症
・肺高血圧症

●特殊検査

・心臓カテーテル検査
・冠血流評価（プレッシャーワイヤー）
・血管内超音波
・電気生理学的検査
・運動／薬物負荷心筋シンチグラム、肺血流シンチグラム等の心臓核医学検査
・冠動脈ＣＴ検査
・経胸壁心エコー
・経食道エコー
・トレッドミル運動負荷心電図
・二四時間ホルター心電図
・二四時間血圧計　等

●治療

適切な治療を行う為には、正確な診断が必須です。そして、診断結果に基づいて最適な治療法を選択します。当科では注射・内服といつた通常の内科治療に加え、病状にあわせて下記のような治療が行われます。治験にも積極的に参加し、より先端の治療法の知識を得られるように努めています。

循環器内科特有の治療法
・冠動脈カテーテルインターベンション（冠動脈形成術、ステント留置術等）
・下肢動脈に対するカテーテル血管形成術
・補助循環（大動脈バルーンパンピング）
・カルデイオバージョン（心房細動に対する通電による治療）
・心筋焼灼術（カテーテルアブレーション）
・体外式（一時的）ペースメーカ挿入術
・ペースメーカ植え込み　等

眼科の診療について

＜眼科医長＞
～高橋　幸輝～

当院眼科では、現在常勤医二名の診療体制で、眼に関する病気全般を診させて頂いています。体の病気と同じように、眼の病気も、薬（眼科の場合は点眼薬がメインです）で治療するもの、手術で治療するもの等様々です。眼科の手術は、眼の内側の手術である内眼手術と、眼の外側の手術である外眼手術に大きく分かれます。内眼手術・外眼手術にも色々な種類がありますが、当院では、内眼手術では白内障、外眼手術では眼瞼下垂症・眼瞼内反症・翼状片等の病気に対して手術を行う事が多いです。今回はこれらの病気と手術についてお話ししたいと思います。手術と言われると身構えてしまう方が多いかもしれませんが、これらの手術は、基本的に全て局所麻酔で行い、時間も短時間で終わる事が殆どですので、患者様のご負担も比較的軽いものとなつています。

●白内障

白内障は、眼の中にある水晶体という組織が濁る病気です。眼はカメラに似た構造をしており、レンズに相当する部分が水晶体です。カメラのレンズが汚れるときれいな写真を撮る事ができないのと同様に、水晶体が濁ると光が遮られてよく見えなくなります。白内障の症状は基本的には見えづらい事で、「かすむ」という症状が代表的ですが、「まぶしい」、「物が二重三重に見える」という症状も良く聞かれます。

治療は、点眼薬と手術がありますが、点眼薬は白内障の進行をほんの少し遅らせるだけで、見づらさを改善する事はできません。現在の白内障の手術は、眼の壁に二〜三ミリの小さな傷を作つて、そこから機械を眼の中に入れて、濁つた水晶体を超音波で少しずつ砕きながら吸い取つてきれいにして、最後に新しい人工のレンズを入れるという手術が行われています。この術式では、傷口も非常に小さいので通常は傷口を縫う必要がなく、術後の早い時期から良好な視力が期待できるなど多くのメリツトがあります。手術自体は、局所麻酔で一〇分程度の手術ですので、日帰り手術も広く行われています。当院では入院手術と日帰り手術のどちらも行つておりますので、患者様のご希望に合わせて選択して頂く事が可能です。

●眼瞼下垂症

眼瞼下垂症は、簡単に言うと眼瞼（まぶた）が下がる病気です。眼瞼が下がつてくると、視力低下や上方の視野が暗く感じる等の見え方の症状が出てくるだけでなく、何とか頑張つて眼瞼を上げようとしておでこの筋肉が過度の緊張状態となり、常に険しい表情になつてしまつたり、それに伴う疲労等の症状もみられます。

手術方法は、下垂の原因や重症度によつていくつかありますが、当科では眼瞼を上げる筋肉を強化する手術（眼瞼挙筋腱膜短縮術やミユラー筋タツキング術）、眼瞼のたるんだ皮膚を切り取る手術（眼瞼皮膚切除）をそれぞれ単独や組み合わせて手術を行つています。局所麻酔で片眼一五〜三〇分程度の手術で、基本的には日帰り手術で行つています。

●眼瞼内反症

眼瞼内反症は、逆さまつ毛の原因の一つです。逆さまつ毛は、睫毛乱生・睫毛内反・眼瞼内反に分かれますが、眼瞼内反では、下眼瞼が眼球側に折れ曲がる事により、生えてくる睫毛が全て眼球に当たつてしまいます。その為眼の表面に傷ができて非常にゴロゴロしたり、まつ毛の刺激によつて分泌物が増えて目ヤニが多くなつたりします。

手術方法は、眼瞼を支えている筋肉等の組織を縫い縮める手術を中心に行つています。局所麻酔で二〇〜三〇分程度の手術で、基本的には日帰り手術で行つています。

●翼状片

翼状片は、結膜（白目）から角膜（黒目）に向かって膜状の組織が伸びてくる病気で、加齢や紫外線等が原因と考えられており、ゆっくりですが徐々に大きくなっていきます。翼状片が大きくなると見た目に目立つようになるだけでなく、異物感が強くなったり、眼に入る光の通り道を邪魔をして視力低下を来すものもあります。

手術方法は、翼状片組織を切除し、その部分に再発予防の為に正常な結膜を一部移植します。局所麻酔で一五～三〇分程度の手術で、基本的には日帰り手術で行っています。

今回は現在当院で多く行っている手術とその原因疾患についてお話させて頂きましたが、その他にも眼の病気は沢山あります。何か眼の不調を感じたら、まず眼科で診察を受けて頂く事が大切です。眼科では、できるだけわかりやすい説明を行い、それぞれの患者様のライフスタイルにあわせた最適な治療を行っていく事をモットーにしておりますので、眼に関して何かご心配な事があればお気軽にご相談ください。

入院予定患者さんへ
ＰＣＲ検査のご案内

＜庶務係長＞

～尾形　優～

院内感染防止を目的として、当院への入院が決定した患者さん全員に対し、入院前に新型コロナウイルスのＰＣＲ検査を実施しています。

●検査費用は無料です。

●場所は地域医療研修センターで行います（写真参照）。こちらに直接お越しください。

●受付時間は、午後三時三〇分～午後五時までとなっております。

「唾液を採取する三〇分前までに「食事」、「歯磨き」、「喫煙」は済ませ、直前にうがい等も行わないようにお願い致します。

○検査結果が陽性（感染あり）だった場合

←**担当の医師が電話連絡致します。**

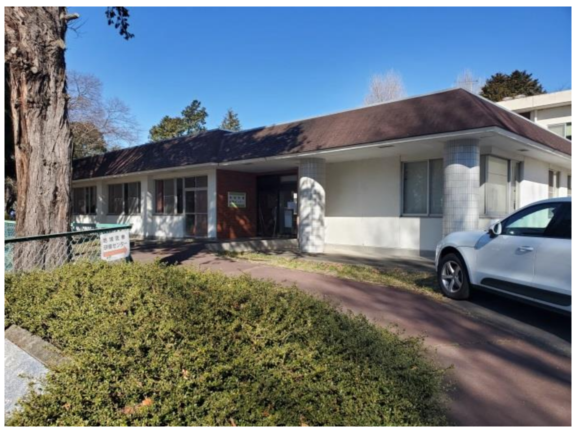
入院は延期となります。

○検査結果が陰性（感染なし）だった場合

←**電話連絡は致しません。**

予定通りの入院となりますので、入院時刻にお越しください。

お手数をお掛けしますが、ご協力のほど、よろしくお願い致します。


【地域医療研修センター　入口】

特別メニュー紹介
オムライス

＜栄養管理室長＞

～石井　民子～

●二月三日（水）
特別メニュー　昼食

・オムライス
・水菜サラダ
　胡麻ドレッシング
・ジュリエンヌスープ
・オレンジ

常に好きな洋食の上位にランキングしているオムライスの誕生には、二つの説があります。一つ目は明治時代後半、東京・銀座の「煉瓦亭」で作っていた賄いめしが評判となって正式メニューになったという説です。「ライスオムレツ」という名前で、挽肉、玉葱等の具材と炊きたての白いご飯を溶き卵に混ぜ合わせてオムレツの形に焼いたものでした。もう一つは、大正時代に大阪・心斎橋の「北極星」で、胃腸が弱くて毎日オムレツとご飯を頼んでいた常連客の為に店主がケチャップライスを薄焼き卵で包んだメニューを発案したという説です。当院で提供したオムライスは後者の作り方に準じたものです。

更にに昭和の中頃から半熟卵をご飯の上に乗せるスタイルのいわゆる「ふわとろオムライス」が現れました。「オムライス」の名称は、英語で薄焼き卵料理の「omelet」と米飯の「rice」を組み合わせたものと言われている事もあり、個人的な意見で申し訳ありませんが、チキンライスを薄焼き卵で包み、ケチャップをかけたこのオムライスの方が私は好きです。

虹を見ました

＜栄養管理室長＞

～石井　民子～

二月一五日、嵐のような強い雨の後、一六時過ぎに急速にお天気が回復してきました。

気が付けば、西からの夕日が差し込んで、大きな虹ができていました。

虹は世界的にも幸運のサインと言われています。

「No Rain, No Rainbow.」

（雨が降らないと、
　　虹はでない。）

転じて「困難な出来事の後には、きっと良い事がある。」という意味のハワイの諺もあります。

マスクで
自分は守れない

＜名誉院長＞

～西田　正人～

日本人の大多数がマスクをしているにも拘わらず、新型コロナウイルス感染は拡大しています。マスクを過信してはなりません。

そもそもマスクは、自分が感染している時に他人への感染を防ぐには有効ですが、自分を感染から守る効果は限定的とされています。手洗いも推奨されていますが、水と洗い場が必要で、自ずと回数は限られてきます。では、どうすれば良いのでしょう。

私は、こまめに手を消毒する事が有効だと思っています。

流行の初期に武漢で発生した院内感染時に、病棟のどこから最もウイルスが検出されるかを調査した報告によれば、最も検出頻度が高く、しかも一〇〇パーセント検出されたのは病棟のコンピューターのマウスだったのです。患者はマウスには触れません。息も唾液もマウスにはかかりません。つまり、院内感染は職員の手によって拡散していたのです。私はこの報告を読んで以来、手の消毒を徹底してきました。結果、感染が身の回りに迫っても、自分を守る事ができました。

例えばレストランでトイレに立った後、テーブルに戻ったらまず手を消毒する。ドアノブを介した感染防御です。

ウイルスが皮膚に付いただけでは感染しません。これが粘膜を介して体内に侵入して感染は成立します。日常生活の場で、粘膜が露出しているのは顔だけです。つまり、汚染された手から顔を守れば感染は防げる事になります。

飲食の前、顔に手をやる前に、小さな携帯用のアルコールで五秒間手を消毒しましょう。

勿論、三密を回避し、じっとしているに越した事はありません。何時、自分も感染しているか判りませんから、マスクは無駄では無いでしょう。しかし、最も危険なのは、マスクをしていれば大丈夫という油断なのです。

今マスクをしている人たち全員が、この手の消毒を励行できれば、二週間でこのコロナ禍は終息に向かうと私は思っています。

【糖尿病教室及び減塩教室のお知らせ】

各教室は、新型コロナウイルスの影響を考慮し、

当面の間、お休みさせていただきます。