

かし和

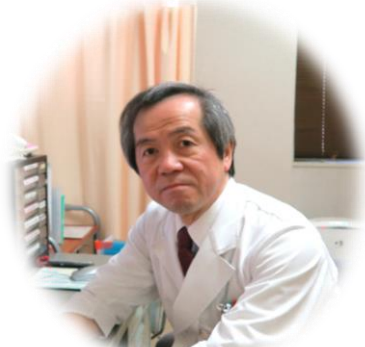


2020年5月
〈第29号〉
柏市立柏病院
【住所】柏市布施1-3
【電話】04-7134-2000

繰り返す感染症

私が医学生だった頃、細菌学は退屈な授業でした。感染症は医学の発達で遠からず制御されるだろうというおごった気持ちがあったからです。予想は外れ、抗生剤が効かない細菌や新たなウイルスは今も猛威をふるっています。しかし1918年スペインかぜ(当時の新型インフルエンザ)で5000万人以上の死者が全世界で出た頃と比べると、現在は様々な治療法があり、食糧の備蓄はある、交信手段はある、など社会は大いに進歩しています。

希望をもって危機に臨みたいものです。



病院長 野坂 俊壽

* 新任医師紹介* 【2020年4月1日付着任】

今年度より新しく着任した常勤医師をご紹介します。

それぞれの医師に、① 出身地 ② 出身大学 ③ 趣味・特技 ④ 子供の頃の夢 ⑤ 診療に心がけていること・大切に思っていること を聞いてみました。

峰岸 真史 (みねぎしまさふみ) 【外科】

- ① 東京都 ② 筑波大学
- ③ ドライブ ④ 小説家
- ⑤ 患者さんの気持ちを一番に考えながら最善の診療を尽くしていきます。

No Image

北川 恭太 (きたがわきょうた) 【整形外科】

- ① 富山県 ② 千葉大学
- ③ 高身長 ④ ゲーマー
- ⑤ 合併症を少なく。

No Image

新村 卓也 (しんむらたくや) 【呼吸器内科】

- ① 福岡県 ② 鹿児島大学
- ③ 将棋 ④ 宇宙飛行士
- ⑤ 丁寧な診療を心掛けていきます。

No Image

戸田 晶子 (とだしょうこ) 【消化器内科】

- ① 静岡県 ② 浜松医科大学
- ⑤ 丁寧な診療で患者さんに安心してもらえるように努めていきます。

No Image

村田 彩 (むらたさやか) 【消化器内科】

- ① 東京都 ② 聖マリアンナ医科大学
- ④ サッカー選手・医師
- ⑤ わかりやすい説明、患者さんやご家族に寄り添う診療を心掛けていきます。

No Image

上野 弘貴 (うえのひろき) 【循環器内科】

- ① 兵庫県 ② 名古屋市立大学
- ③ グルメ・バレーボール
- ④ 料理人 ⑤ 患者さん個々のニーズを意識して、できるだけ応えられるようにしていきます。

No Image

村田 真麻 (むらたまあさ) 【内分泌代謝内科】

- ① 栃木県 ② 山形大学
- ③ バドミントン ④ パティシエ
- ⑤ 患者さんに寄り添った診療を心掛けたいと思います。

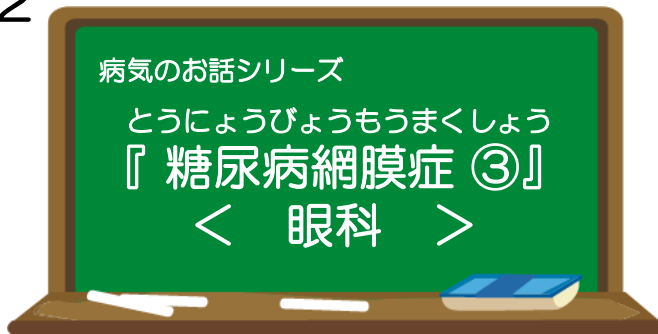
No Image

林 真菜 (はやしまな) 【眼科】

- ① 山梨県 ② 山梨大学
- ③ 旅行
- ⑤ 一人一人の患者さんへ丁寧な診療を心がけたいです。

No Image

4面に続きます!



いよいよ、病気のお話しシリーズ<眼科>第3回目は、糖尿病網膜症の「治療」についてご紹介します。

糖尿病網膜症は完全に治すことのできない病気です。治療は、症状の悪化を防ぐために行われるもので、内科的治療と眼科的治療があります。



内科的治療

血糖コントロールがまず大切です。糖尿病と高血圧症を合わせもっている人は、網膜症の進行スピードが速いため、高血圧症の方は血圧コントロールも行います。良好な血糖コントロールが網膜症の経過に良い影響を及ぼすようになるのは、3年を経過してからと報告されています。**すぐに結果が表れなくても根気よく続けていくことが大切です。**

眼科的治療

網膜症の進行を予防するためのレーザー網膜光凝固術、目の中に直接薬剤を注射するテノン嚢下注射と硝子体注射、そして、最終手段としての硝子体手術があります。

レーザー網膜光凝固術

方法：網膜の血流の悪い部分にレーザーを照射して焼き固め、新生血管の発生を防ぐ治療です。

進行の段階によって、数回に分けて治療します。

目的：この治療で視力が回復するわけではなく、元の状態に戻るわけではありません。**網膜症の進行を阻止し、これ以上悪くならないようにするための治療です。**

テノン嚢下注射

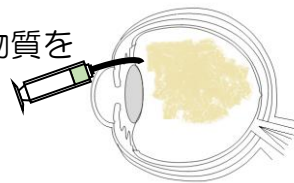
方法：点眼麻酔をして、眼に沿って針を奥に進めて、長時間作用するステロイド薬をテノン嚢下という場所に注入します。

目的：網膜症のどの段階でも起こる可能性がある**黄斑浮腫**に対する治療です。

硝子体注射

方法：点眼麻酔をした後、新生血管の発生をうながしてしまう悪い物質を抑える薬（抗VEGF抗体）を目の中に直接注射します。

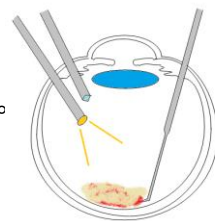
目的：黄斑浮腫の原因となる血管からの漏出を抑えたり、**新生血管の増殖や成長を抑制**するために行います。



硝子体手術

方法：局所麻酔をした後、目の中に直接、手術器具を入れて、硝子体内の出血や増殖膜を取り除いたり、剥がれた網膜を元に戻したりします。

目的：新生血管が破れて硝子体に出血をおこす**硝子体出血**や、増殖膜により網膜が眼底から剥がれる**網膜剥離**を治療します。



糖尿病網膜症の恐ろしいところは、初期段階ではほとんど自覚症状がなく、最悪の場合、失明にいたることです。「**見えているから**」と油断していると**取り返しのつかないこと**になります。**現状を維持すること、進行を止めること、再び悪化することを防ぐことが大切です。**

内科での血糖コントロールや血圧のコントロールをきちんと行い、大切な目のために、眼科にも定期的に受診するようにしましょう。





4～5月が旬の竹の子はカリウムを豊富に含んでおり、むくみ解消や血圧の改善に効果的です。また食物繊維も豊富で、腸内をきれいにしてくれます。

竹の子は灰汁（アク）が強いので、食べ過ぎは吹き出ものやアレルギーに似た症状を起こすことがあります。注意が必要です。

旬を過ぎたあとでも、市販の水煮の竹の子を代用して美味しく作る事が出来ます。今回は当院の献立より『竹の子の炊き込みご飯』をご紹介します。

＜材料＞（4人分）

精白米	360g (2合)	
水	400g (Aの残り汁と合わせて)	
竹の子	80g	
桜海老の素干し	16g	
グリーンピース	20g	
酒	大さじ2	} 調味料A
醤油	小さじ2	
塩	0.8g	
出汁	120ml	



竹の子の炊き込みご飯

＜一人分の栄養素＞

エネルギー：353kcal
たんぱく質：9.1g
脂質：1g
塩分：0.6g



～作り方～

- ① 竹の子のアク抜きをする
- ② 竹の子を短冊に切る
- ③ グリーンピースを下茹でする
- ④ 竹の子を調味料Aで煮る
- ⑤ ④を具と残り汁を分け、残り汁と水を合わせて400gになるように計量する
- ⑥ お米と⑤の水を炊飯器に入れて炊く
- ⑦ 炊きあがったものに、⑤の竹の子、桜海老、グリーンピースを混ぜる

糖尿病を知り隊！ 第12回

～サルコペニア・フレイル予防と健康寿命を延ばすコツ～

体力の衰えや食の細さを感じる事はありませんか？

これらの症状が続くと介護の必要な状態になる可能性があります。最近よく耳にする**サルコペニア・フレイル**について取り上げます。

サルコペニアは、「サルコ」は筋肉、「ペニア」は減るという意味で、年をとるにつれて筋力が衰える現象です。筋肉には血糖値の調整を行う働きがあり、特に糖尿病の方では、筋肉の減少は血糖コントロールが悪くなる要因の一つです。

フレイル（虚弱）は、健康な方と介護が必要な方の中間の状態を指します。

この時には筋力や認知機能等の低下が見られますが、予防や治療を行うことで要介護状態に進まないようにすることができます。

サルコペニア・フレイルにならないためには…「食事」と「運動」が重要です！



サルコペニア・フレイルを予防して健康寿命を延ばしましょう！

新任医師紹介

つづき

- ① 出身地
- ② 出身大学
- ③ 趣味・特技
- ④ 子供の頃の夢
- ⑤ 診療に心がけていること・大切に思っていること

奥津 美夏 (おくつ みか) 【小児科】



- ① 東京都
- ② 埼玉医科大学
- ③ 芸術鑑賞
- ④ 保育士
- ⑤ 患者さんや御家族に寄り添いながら、丁寧な診療を心掛けたいと思います。

青木 美智 (あおき みち) 【研修医2年】



- ① 京都府
- ② 滋賀医科大学
- ③ 合気道・絵を描くこと
- ④ ケーキ屋さん
- ⑤ 患者さんに寄り添った診療を目指します。

本橋 翔平 (もとはし しょうへい) 【研修医2年】



- ① 埼玉県
- ② 東京医科歯科大学
- ③ 旅行・釣り
- ④ 医師
- ⑤ 患者さんに向き合い、気持ちに寄り添えるように心掛けていきます。

井浦 亜有子 (いうら あゆこ) 【研修医】



- ① 東京都
- ② 東京医科歯科大学
- ③ 読書・散歩
- ④ ケーキ屋さん
- ⑤ 患者さんに常に誠意を持って丁寧な態度で接することを心掛けます。

長田 菜穂 (おさだ なほ) 【研修医】



- ① 東京都
- ② 群馬大学
- ⑤ 患者さんの気持ちに寄り添うことを心掛けていきたいです。

万代 昂秀 (まんだい たかひで) 【研修医】



- ① 三重県
- ② 東京医科歯科大学
- ③ プログラミング
- ④ 研究者
- ⑤ 患者さんのお話をよく聞き、丁寧に寄り添うことを心掛けます。

患者さんへご案内

初診受付時間について(整形外科を除く)

受付時間: (月) ~ (土)

午前 **8:30** ~ 午前 **11:00**



小児科は午後の受付も行っておりますので受付窓口までお越しください。

急患の方、紹介状をお持ちの方は、受付までお越しください。



予約センターのご案内

ご予約の変更・ご相談

紹介状をお持ちの方は

04-7134-2121

までご連絡下さい。

お問合せ時間

平日 10:00 ~ 16:00

土曜 10:00 ~ 12:00

退任された先生方

野村 莉紗

【小児科】

山岸 浩史

【内分泌代謝内科】

梶原 将也

【整形外科】

吉野 真穂

【外科】

相川 恵里花

【消化器内科】

今井 英雄

【整形外科】

西成田 悠

【消化器内科】

東 岳志

【眼科】

木村 弥生

【循環器内科】

ありがとうございました！！

