

病院の理念 ◎地域住民を愛し、地域の歴史を愛し、地域を愛する病院
◎地域包括ケアシステムの拠点として、常に最良の医療を提供する病院

緑内障とOCT



眼科 **塩出 雄亮**

(岡山大学病院眼科 助教、医局長)

皆様こんにちは。私は金曜日の眼科診療を担当させていただいております。今回は緑内障(りよくないしょう)について解説いたします。

緑内障とは視神経という眼と脳を繋ぐ神経器官に障害が起こり、視野(見える範囲)が狭くなる病気です。治療が遅れると失明に至ることもあります。症状は、少しずつ見える範囲が狭くなっていきます。しかし、その進行はゆっくりで、両方の眼の症状が同時に進行することは稀ですので、病気がかなり進行するまで自覚症状はほとんどありません。

緑内障は中高年の方に起こる代表的な病気のひとつです。40歳以上では、20人に1人が緑内障に罹患していると言われています。

当院の眼科では、緑内障かどうかを調べるためにさまざまな検査を行うことができます。

- ・視力検査 ・眼圧検査 ・眼底検査
- ・視野検査 ・光干渉断層計(OCT)

このうち視野検査はとても重要で、見える範囲を調べるための検査です。視野検査は図1のように行います。片眼ずつ検査をしますので、片眼を隠します。患者様に視野計の器械に顎

図1:視野検査の方法



を載せてもらい、検査する方の目でまっすぐに見てもらいます。視野計のいろいろな場所から、様々な強さの光が出てきますので、見えたとところでボタンを押してもらいます。検査時間は、片眼でおよそ5分から15分です。視野検査(右眼)の結果を図2に示します。正常でも中心から外側15度に「盲点」という見えないところがあります。盲点以外に黒いところが表示されているのは視野が欠けているところを示しています。図2のような視野検査の結果になると、緑内障の可能性があります。不思議なことに、視野検査で図2のような視野異常を認めていてもご自分では気づきにくいものです。早期のうちには自覚症状がほとんどないのが緑内障の怖いところです。40歳以上の方は症状がなくても定期的に視野検査を受けていただくことをおすすめしています(図3)。

図2:視野検査の結果

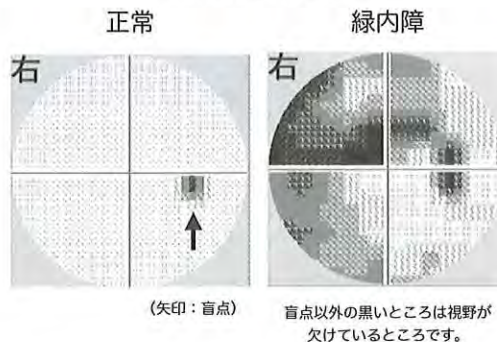


図3:当院の看護師も視野検査を受けました



一方、患者様からは視野検査が難しいという意見を時々伺います。「今日は途中で眠くなってしまってきちんとボタンが押せなかった」「途中で頭が器械から離れてしまっていた」「よく見えなかったけど、これぐらいのタイミングかなと思って押してしまった」などと言われることがあります。当院では患者様に声掛けを行いながら、姿勢に注意して視野検査を丁寧に行っていますが、その日の患者様の体調などによっては正しい結果が得られないことがあるようです。

そこで、光干渉断層計（OCT）の検査も活用するようにしています。OCT 検査は、近赤外光を用いて眼の中の網膜の状態を正確に検査することができる器械です。患者様に器械の中の光をまっすぐに見てもらいます（図 4）。検査時間は片眼で 5 秒程度とあっという間で

す。緑内障では網膜の「神経線維層」が薄くなるということが知られており、神経線維層が障害されている範囲の広さは緑内障の進行と関連します。OCT 検査では神経線維層の薄い部位をわかりやすく表示することができます（図 5）。OCT 検査はその日の体調に影響されませんし、長時間同じ姿勢を保つ必要がありません。

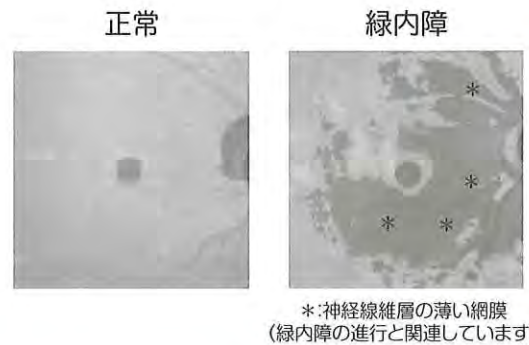
当院では、視野検査とOCT検査の両方によって、緑内障の診断と経過観察を行っています。

緑内障の治療については、すでに狭くなった視野を回復させることはできません。しかし、眼圧を下げることにより緑内障が進行しにくくなります。できるだけ早期に緑内障を発見し、点眼薬などにより眼圧を下げ続けることが大切です。点眼薬を使用しても進行する場合には、岡山大学病院などでの緑内障手術をすすめています。

図4:光干渉断層計（OCT）の方法



図5:光干渉断層計（OCT）の結果



地域医療連携室のご案内

こんな時にご相談ください

- * 入院中のご心配なこと
- * 退院後の生活に不安がある
- * 入院費の支払いが心配など



退院支援看護師
医療ソーシャルワーカーが
ご相談にのります！



安心して退院していただくために
ご家族様も含め、関係者でカンファレンス
(話し合い) を必要時に開催しています。

★ご希望の方は、地域医療連携室にお申し出ください★
相談時間 平日8時30分～17時15分まで。
相談は無料でお受けし、秘密は厳守いたします。





副院長 まつむら たかし
松村 隆

「日帰り登山を楽しんでいます。」



最近の楽しみの一つに東北の山に登ることがあります。日帰り登山といっても、家族旅行もかねて麓近くにある温泉宿や、民宿に一泊することが多く、食事やサービスなどにも関心があり、旅行重視の家族はネット検索に余念がありません。私は、たとえば、年ごとに体力の衰えを自覚していて、膝関節のクッションが減ってアキレス腱炎を発症し、さらにここ数年は時々坐骨神経痛が出るようになりました。従って私の目標は体力に応じた無理のない山を選び、服や荷物を吟味して装備を軽くし、無事帰宅することです。具体的に言うと、季節や天候のこと、山の見どころなども重視しますが、とにかく、見晴らしの良い頂上でおいしいおにぎりを食べて、早めに無事に下山することに重点を置いて計画を立てます。したがって日帰りで行くといっても、登山というより、温泉に入るついでに、ハイキングを兼ねているといったほうが適切です。

山登りを始めるきっかけは人それぞれ異なると思います。私の場合は、大学で山岳部やワングルなど山好きの友人達が、山登りを教えてくれました。

卒業の年に長野県の白馬岳から尾根を縦走し、“不帰の峰”を経由して、“地獄合”へ下りてゆくコース（生きて帰れそうな気がしないルート）で、富山県側に下山し、宇奈月温泉に泊まった山歩きを思い出します。丹沢山系、北アルプス白馬岳、南アルプス北岳など、それほど経験は多くないのですが、知らない世界に招待してくれた友人に感謝しています。私が山歩きを好きになるきっかけとなる不思議な体験したのは、八ヶ岳の湿原を歩いていた静かな朝のことでした。

数人で黙って隊列を組んで歩いていましたが、なぜか急に楽しくなって私は並んで歩くのをやめて、先頭を走り始めました。朝日が昇ったためか霧が晴れて周りが急に明るくなったことを覚えています。思春期の頃の私は内向的で、“心の防御の鎧”を着て、いつも疲れたように閉じこもっていました。その心に突然変化が訪れました。空気が、色彩が、匂いが、だれにも邪魔されず、いかなる加工もされず、つまらぬ修飾もなく、直接皮膚に触れてきたのです。大きく息をすると冷たく、湿った空気が鼻腔から肺に吸い込まれ、今まで見えていなかった風景や澄んだ青空が目飛び込んできて、私の衰えた感覚器を刺激し、脳に伝え始めたのです。

教師や親兄弟から教えられた重く、抗い難い、「押し付けられた教科書的価値観」から解き放たれた、自分を取り戻した瞬間であった、と今はそう思っています。

さて、話は日帰り登山に戻ります。暗いうちに車に荷物を積み込んで、登山口に向かいます。昔と違って飲み物や非常食の準備に苦労しません。ペットボトルのお茶やおにぎり、お菓子は、通りがかりのコンビニで容易に手に入るからです。記念撮影のためのカメラも、私にはスマホで十分です。便利になったものです。

5年前、建部町に移住してきました。最初に登ったのは大山でした。難易度は「初心者向き」と書かれていたこともあり、のんきに構えていましたが、それは甘い考えでした。登ったことのある人はご存知と思いますが、道は険しく、景色の変化に乏しく、木の根っこで出来上がった永遠に続く階段の一段一段が、短足の私を苦しめました。「ちっとも景色が変わらないではないか。」と愚痴っていたら、登山客が笑っていたところを見ると、皆同じ気持ちだったと思います。それでも無事に頂上に到着、お昼ご飯と小休止ののち、痛む膝をいたわりつつ下山して皆生温泉に一泊。温泉と夕食を堪能し、充実した時間と、計画をやり遂げたという達成感を味わうことができました。

大山を皮切りに、春や秋に暇を見つけて、東北の那岐山、県森林公園、蒜山三山、毛無山などを歩き、時には少し物足りなさを感じることもありましたが、雨上がりに靴が滑ったり、尻餅を着いたり、岩場の整備された鎖にしがみつこうような場所もあって、風景もさることながら足元の土や植物など、それぞれの山の違いを楽しむことができました。

山歩きは、いままで馴染みがない人でも、自分の体力に応じてできる、お勧めできる全身運動だと思っています。さらに言えば、山に登るということは、日常から距離を置いて、生活や人間関係で疲れた心を開放し、自然の中で自分を見つめる良いチャンスであると、私は思っています。


これからも無理をしないで続けたい、と思っていますが、もっと範囲を広げてチャレンジしたいと、年甲斐もなく心ひそかに決心しています。

● 病院組合のご紹介 ●

「岡山市久米南町組合立国民健康保険福渡病院」は、戦後間もない昭和24年に開設し、久米南町と岡山市が共同で設立している一部事務組合「岡山市久米南町国民健康保険病院組合」が運営する公立病院です。

現在の病床数は52床（一般32床、地域包括ケア20床）で「岡山市久米南町組合立訪問看護ステーション」を併設しています。

岡山市久米南町国民健康保険病院組合		
管理者	岡山市長	大森 雅夫
副管理者	久米南町長	片山 篤
常任副管理者	岡山市保健福祉局次長	藤井 勝
会計管理者	岡山市北区役所建部支所長	二宮 誠

岡山市久米南町組合立国民健康保険福渡病院		
院長	堀内 武志	
副院長	松村 隆	
看護部長	景山 仁美	
事務長	黒瀬 英昭	

岡山市久米南町組合立訪問看護ステーション	
所長	赤松 晴美

組合議会(10名)	
議長	森田 卓司
副議長	河原 重義
議員	立石 祐一
//	近藤 賢司
//	小坂 守
//	政廣 幹夫
//	入野 誠
//	垣本 廣司
//	水畑 眞一
//	高橋 雄大

監査委員	
小坂 守	延江 泰男



診療予定表 (令和4年8月現在)

【受付時間】 午前8:30~11:30 午後1:30~4:00
 (内科：水・金曜日の午後の受付は午後1:30~5:00)
 【診療時間】 午前9:00~ 午後2:00~

	月		火		水		木		金		土
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前のみ
内科	堀内	竹井	1診 岩崎 2診 浜原	予約(原則) 堀内	堀内	担当医(済生会)	担当医(岡山市民)	菊池	瀧上	担当医(岡山市民)	堀内(第1・3・5)
整形外科	松村 予約 川田	松村	松村	松村(15:00~)	松村	松村 予約 三谷(第4)	松村	松村(15:00~) 予約 山田	松村	岡大担当医(第1・3・5)	
眼科					赤塚(15:00まで)				塩出(15:00まで)		
循環器科	時岡(第1・3)										時岡(第1)
心臓血管外科		川大担当医(第2・4)									
心療科											予約 寺田(第3)
泌尿器科											予約 担当医(岡山市民)(第1・3・5)

※第1・3・5土曜日は外来診療を行っています。
 ※堀内医師は予約併用となっています。
 ※急患の方はこの限りではありません。
 ※医師の都合で診療日が変わる場合があります。

内科専門分野 堀内(呼吸器) 竹井・菊池(消化器) 岩崎(肝臓) 浜原(糖尿病) 瀧上(腎臓)



JR津山線
 「福渡駅」下車徒歩10分
 車の方
 岡山市・津山市中心市街地から約50分
 御津・建部コミュニティバス
 「福渡病院」または「旭水荘前」下車

職員募集

「医師、薬剤師、看護師、訪問看護師、看護助手」を募集しています。ご連絡をお待ちしています。

担当 事務局 黒瀬・弘末 TEL 086-722-0525

令和4年 8月発行
 編集・発行責任者 黒瀬 英昭
 〒709-3111 岡山市北区建部町福渡1000番地 岡山市久米南町組合立国民健康保険福渡病院
 TEL 086-722-0525 FAX 086-722-0038
 ホームページ <http://www.fukuwatari-hp.jp/> メールアドレス fukuhos6@po10.oninet.ne.jp