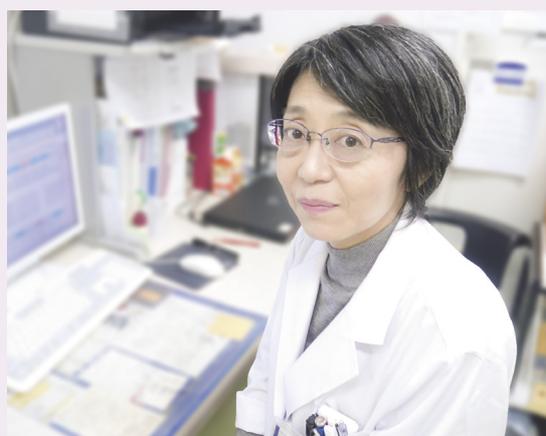


神鋼記念病院 Medical News 2020 3

特集 診療科紹介 眼科

当院眼科の外来では様々な疾患に対応していますが、高齢化社会の例に漏れず、白内障、緑内障、ドライアイなど加齢に伴って生じる疾患が多くを占めています。一般的に我々眼科医は人生 100 年時代を見越して、どんな疾患であれ患者さんの目が 100 歳まで見えるということを目的に治療しています。

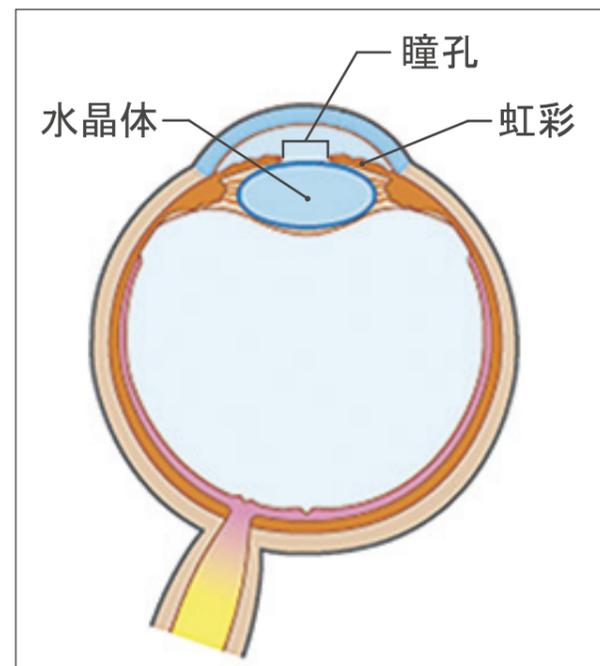
特に白内障は加齢に伴って必ずかかる病気ということで、多くの患者さんが治療をされています。白髪のようなもの、たとえば理解しやすいでしょうか。症状としては、全体的に白っぽくかすむ、日差しがきつかったり逆光があるとまぶしくて見えない、などがあります。当科で行なっている手術もほとんどは白内障手術です。



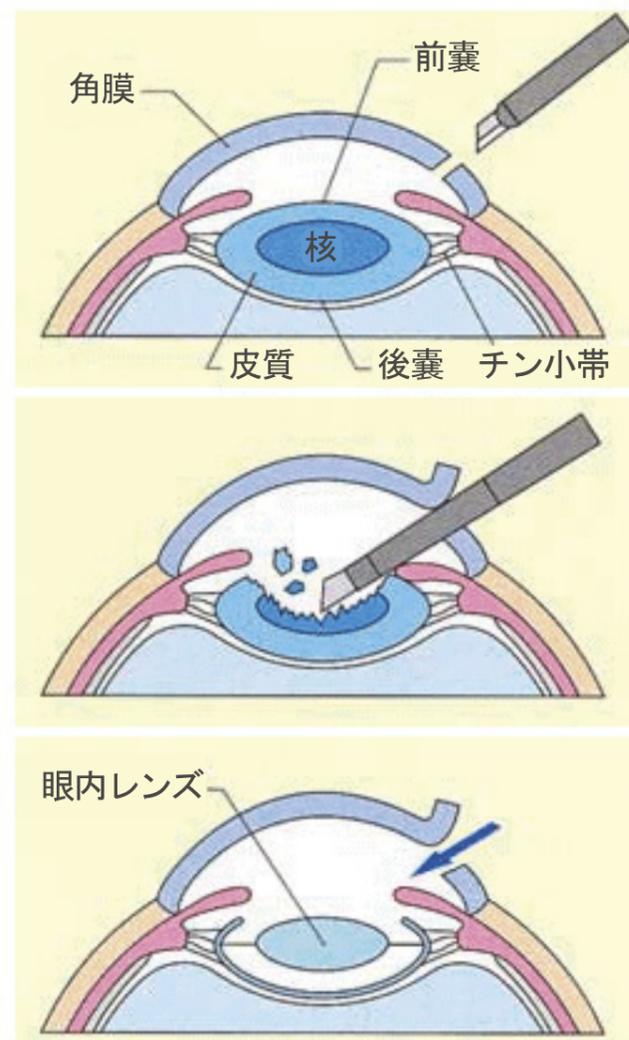
眼科 科長 沼田 愛

徳島大学を平成 6 年に卒業。
日本眼科学会、日本眼科手術学会に所属。
日本眼科学会認定眼科専門医などの資格を持つ。

そもそも白内障とはどういうことかご存じでしょうか。下図のように眼球の模式図で見ると、虹彩（茶目）の奥にある水晶体が混濁することを白内障と言います。その水晶体は赤ちゃんの時は無色透明ですが、加齢に従って徐々に代謝産物がたまっていき白っぽく濁ってくるのです。濁り方には個人差があり、急激に進行してまたたく間に真っ白になる方もあります。栄養や衛生状態の悪かった昔の日本人には、そのような急激に真っ白になるタイプが多かったようで、瞳孔（茶目の真ん中）が白くなってしまうことを「白そこひ」と呼び、それが時代を経て白内障という正式な病名となりました。現代の私たちは栄養状態も良く、そこまで急激な白内障はそれほど多くありません。眼の中のレンズがくもってしまうので、眼鏡を替えても見えるようにはなりません。また水晶体の濁りをきれいに取り去る点眼というのは存在しません。現在の白内障点眼というのは、進行のスピードを少し遅くする効果が確認されているものです。



■超音波水晶体乳化吸引術



眼球を切開し、水晶体の前嚢を切り取る。



水晶体の核と皮質を超音波で碎き、吸引して取り出す。後嚢とチン小帯は残す。



残った後嚢の中に、眼内レンズを挿入する。

白内障は点眼では完治しないため、日常生活に支障が出るほど見えにくくなった場合は手術を行ないます。現在の白内障手術はかなり洗練されたもので、術式は固定され、全国どこの病院でも同じ手術方式で行なわれています。超音波水晶体乳化吸引術というものです。具体的には、白目と黒目の境目を2 mm ほど切開し、水晶体の前面を丸く切り取ります。その丸い穴から中身である濁った水晶体を、超音波で碎きながら吸引します。そうして空っぽ

になった水晶体の中身の代わりに、人工レンズを中に入れたら手術は終了です。人工レンズにはコンタクトレンズのように度数がついて、近視にするのかどうか元々の視力に合わせて決めておきます。眼内レンズの中には多焦点レンズと単焦点レンズがあって、現在保険適用があるのは単焦点レンズだけです。多焦点にすれば遠くも近くも見えるだろうと考えがちですが、わずか直径6～7mmのレンズの中に遠用部分と近用部分

があり、それをさらに小さな2～3mmの瞳孔径の部分で調整して見ないといけないため、現実的にはなかなかどちらも見えるという効果は得られにくいようです。

手術時間は10～15分程度で、術後すぐに歩いてもかまいませんし、飲食も直後から可能ですので日帰り手術の方が増えています。通院が大変な方は2～3日入院していただきます。

見えにくいことに気づきながら、「多分白内障なので、もう少し進んだら病院へ行って手術をして治してもらおう」とか「多分白内障だと思うが手術は怖いので眼科は行きたくない」と思って受診を先延ばしにして、手の施しようのない状態になってから受診される方もたまにあります。見えにくいイコール白内障というのは安易な考えで、中には緑内障や黄斑変性症、糖尿病からの眼底出血など、失明につながる病気で見えにくくなっているのに受診せず、手遅れになる場合もあるのです。少しでも見えにくいと思ったら自己判断せずに、まずはかかりつけの眼科を受診し、どうして見えにくいのか原因を調べてもらうことをおすすめします。



Contents

- 特集 診療科紹介：眼科
- インフォメーション
- ヘルシーレシピ

■神鋼記念病院理念

公益性を重んじ、質の高い医療を通して皆様に愛される病院を目指します。

■基本方針

1. 快適な医療環境と医療設備を整え、安全で質の高い医療を提供します。
2. 患者さんの人格や価値観を尊重し、プライバシーを守ることを約束します。
3. 断らない救急医療を目指し、地域社会の信頼と期待に応えます。
4. 地域の医療機関や行政との連携を密にし、切れ目のない医療サービスの提供に努めます。
5. 高い医療技術を持った人間性豊かなスタッフを育成します。

社会医療法人神鋼記念会 神鋼記念病院

〒651-0072 神戸市中央区脇浜町 1-4-47

TEL:078-261-6711 (代表)

FAX:078-261-6726

URL:<https://shinkohp.jp>

発行責任者：理事長 山本 正之

編集責任者：神鋼記念病院広報委員長

山神 和彦

講演会などの
詳しい情報はこちらから!!

神鋼記念病院

🔍 検索

<https://shinkohp.jp>

第82回 糖尿病教室のご案内

日時 2020年3月17日(火) 14:00～15:00 (開場 13:30)

会場 神鋼記念病院呼吸センター・管理棟 5階 大会議室

演題① 糖尿病と動脈硬化・癌

演者 神鋼記念病院 糖尿病代謝内科 竹田 章彦 先生

演題② 糖尿病と医療費

演者 神鋼記念病院 医事室 財田 佳奈 先生

参加料 無料

参加方法 申込みは不要です。直接会場にお越しください。

Healthy Recipe

桜エビの炊き込みご飯

栄養室 管理栄養士 吉井 しほ



作り方

1. 米を洗い、通常に炊く場合と同様の水加減で準備する。
2. 枝豆は、さやから出しておく。
3. 桜エビと枝豆、おろし生姜、白だしを入れて炊飯する。
4. 炊きあがったら、軽く混ぜる。

材料 (2人分)

- ・米 150g (1合)
- ・桜エビ(素干し) 10g (大匙2杯)
- ・枝豆(冷凍) 50g (さやつき100g)
- ・おろし生姜 6g (小匙1杯)
- ・白だし 20ml (大さじ1+小さじ1)

【栄養量 1人分】

323kcal たんぱく質 11.1g 脂質 2.7g
炭水化物 61.4g 塩分 1.2g

3月に旬を迎える桜エビを使って、「春」が感じられる炊き込みご飯を紹介します。

材料を準備して、炊飯器で炊くだけのお手軽レシピです。枝豆も一緒に炊くことで彩りが良くなり、お花見弁当の一品にもおすすめです。

お好み焼きや焼きそばでおなじみの桜エビは、そのまま食べるのでカルシウムが豊富に含まれており、ビタミンDを多く含む鮭やカレイのムニエルなどを組み合わせるとカルシウムが効率よく吸収されます。