

ふれあい通信 平成26年8月号



発行：国保坂下病院広報委員会 TEL 0573-75-3118

ホームページアドレス <http://sakashita-hp.jp/>

「ふれあい通信」は坂下病院ホームページでも御覧いただけます

連載こくほ四方山話

病院長 高山 哲夫

(108 基準値が変わった)



「若者から得られたデータ、をそのまま高齢者に当てはめるのは如何なものか？」以前にこんな問題を投げかけました。健康度をチェックする時に基準となる基準値（いわゆる正常値）は、健康な20代の若い方々から得られたデータを基にしています。人生の途上で一番輝いているこの年代の方に比べ、高齢者では値に異常が出ることは当たり前と言っても良いでしょう。高齢者には高齢者の基準値があっても良い。でも、どこからも高齢者に適応できる基準値が出て来ませんでした。

ところが、最近、人間ドック学会が基準値を変更しました。例えば血圧は、従来129/84であったものが147/94に。肥満度(BMI)は25だったものが男性27.7、女性26.1に。総コレステロールは一律199でしたが、男性が254、女性が30/44歳が238、45/64歳が273、65/80歳が280に。悪玉コレステロールは、男性が17

8、女性30/44歳が152、45/64歳が178、65/80歳が190となりました。糖尿病に関係のあるグリコヘモグロビン(A1C)は6.0に、腎機能を見るクレアチニンは1.2となつています。年齢変化を加味した変更には、私も異論はありません。ただ「従来の基準値では異常と判定される方が多くなる。病人を多く作ってしまう。」と云う考え方はいかなものかと思えます。

このような人間ドック学会の発表に対し、高血圧学会は異論を唱えています。高血圧学会は「高血圧治療ガイドライン」を作っています。また、世界の趨勢も「血圧はできるだけ低い方が良い」が主流です。このような反論のためでしょうか、人間ドック学会は新基準の発表はしたもの「数年の経過観察、検討を加え変更していく。」との見解を示したようです。

医療機関を受診される皆さんは、本来は「頭が痛い」「熱が出た」「喉が渴いて尿が頻回に出る」などの症状で受診されます。その結果「血圧が高いですよ」とか「糖尿病です

よ」などの診断を受け、治療を受けることとなります。でも、予防医学の考えが進み「症状が出現する前に身体の異常をチェックし重症化を防ごう」と云う考えから、健診、ドックが行われるようになりました。

将来起こりうる病気のチェックであり、異常を指摘されたからと言ってすぐに内服治療をするのではなく、生活習慣の改善を行うと云う方向もある訳であり、その意味では「病人が多くなるから基準値を緩くする」と云うドック学会の考え方は間違いですね。



「高山院長 講演会」のお知らせ

平成26年9月27日(土)坂下病院院長の高山哲夫先生の講演会が開催されます。

〈テーマ〉

「糖尿病をめぐる話題提供と

927(くにな)らない健康づくり」
誰でも参加できる講演会です。参加費無料です。皆様の多数のご参加をお待ちしています。

- ・日時：平成26年9月27日(土曜日)
- ・開始：13時30分(開場12時30分)
- ・場所：中央公民館ホール
- ・入場料：無料
- ・参加対象者：だれでも

医師のひとりごと

眼科 木下慎介

眼科の木下です。今回は白内障手術についての話題です。

現在、白内障手術は「超音波乳化吸引術」という術式が標準術式となっております。具体的には、白内障手術装置を使用して、超音波で白内障を破碎して(乳化して)吸引するという手術です。そのため、白内障手術装置の性能も手術の結果を左右する要因となるわけです。その白内障手術装置ですが、今回、世界最新の白内障手術装置の一つであるポシユロム社の Stellaris (ステラリス)を導入致しました！

岐阜県では、白内障手術装置としては当院が第一号の導入先となるそうです。ちなみにステラリスの名前は、「星」を意味する star (スター)と「北極星」を意味する Polaris (ポラリス)からの造語です。キラキラでございます。

このステラリスは非常に素晴らしい白内障手術装置で、現時点では圧倒的に優れていると確信しております！少し専門的ですが利点を挙げてお話しします。

を挙げるとすれば・・・

1. 超音波乳化吸引術では、眼内へ(正確には前房と水晶体嚢)水を流し、砕いた白内障を水と一緒に吸引するのですが、流入する水の量と吸引する水の量のバランスが非常に重要で、このバランスの均衡が崩れると、手術中の眼内の状態が不安定になります。しかしながら、ステラリスはバランスが崩れないような工夫がされており、非常に安定した手術が可能になりますので、結果として手術の安全性が高くなります。
2. 白内障を破碎する超音波ですが、ステラリスには超音波を出す装置(ピエゾ素子)が6個搭載されておりまして！ちなみに他社の白内障手術装置は4個しか搭載されておりません。車に例えるなら、6気筒エンジンと4気筒エンジンの違いと同じで、6つの超音波装置を搭載したステラリスでは、滑らかな超音波が出る

ため、穏やかな白内障の破碎が可能になります。

まだまだ、利点があるので、これ以上はかなり専門的にするので割愛させていただきます。しかしながら、ステラリスを導入して、安定した安全な手術が可能になった一番の利点は、術者(私)のストレスが激減したことも申しません。

現在、白内障手術は「見える質」にもこだわる時代になって来ています。当科も時代に遅れることなく、白内障の診察はもちろん、白内障手術に関して様々な提案が可能となっておりますので、何かありましたらご相談いただければと思います。



看護部便り

「看護一日体験」

南木曾中学校の2年生5名が、当院で職場体験をしました。

病院で働く人の職種は沢山あります。患者さんが入院して、退院するまでには、沢山の人がチームで関わっています。そのことを体験してもらうことができました。

療養病棟では、七夕の行事を行いました。中学生の皆さんに飾り付けを手伝ってもらいました。患者さんと笑顔で楽しく行うことができました。



「ギタ・マンコンサート」が 開催されました。

7月15日(火曜日)午後2時から、坂下病院エントランスホールにて、「夏のコンサート」が開催されました。演奏は、坂下高校ギターマンドリン部の十五名の皆さんでした。坂下高校ギターマンドリン部は、輝かしい実績をもつ伝統のある部です。毎年一回、当院での演奏会をお願いしています。



こんにちはは栄養科です

「意外と多い!？」

ジュースのカロリー

暑い夏になると、冷たくておいしいジュースをたくさん飲んでしまいがちです。

今回は飲み物(200g)・コップ1杯分相当)のカロリーを砂糖(ステイックシュガー)1本3gのカロリーに置き換えたものを紹介します。

- ★ウーロン茶…0本
- ★コーヒードリンク(缶コーヒードリンク等) …約6本
- ★リンゴジュース…約7本
- ★炭酸飲料(コーラ) …約8本
- ★ミルクココア…約9本
- ★ヨーグルトドリンクタイプ …約11本

飲み物は液体なのでたくさん飲めてしまいますが、実は意外とエネルギーがあることがわかります。特に気にせず1日に何本も缶コーヒーやペットボトルのジュースなどを飲んでいる人は、知らず知らずのうちにカロリーをとり過

ぎていることも考えられます。

「さつき缶コーヒードリンクを飲んだから、今はお茶にしておこうかな」などと意識することが大切です。



連載 四季の画

坂下病院 花暦

今月の花…(アジサイ)



アジサイ(紫陽花)は、アジサイ科アジサイ属の落葉低木の一種。広義にはアジサイ属植物の一部の総称。狭義には品種の一つを指し、他と区別するためにホンアジサイと呼ばれることもある。



6月から7月にかけて開花し、白、青、紫または赤色の大きく発達した装飾花をもつ。日本、ヨーロッパ、アメリカなどで観賞用に広く栽培され、多くの品種が作り出されている。原産国は日本で、ヨーロッパで品種改良されたものはセイヨウアジサイと呼ばれる。



季節の画を提供してくださる三浦貞夫さんは木曾郡南木曾町立在住。現在もリハビリをしながら絵を描き続けており、その作品はリハビリ室前の廊下にも掲示しています。

職員募集！ 看護師・准看護師

坂下病院で勤務していただける方を募集しています。

看護力が、この地域の住民の皆様を支えます。

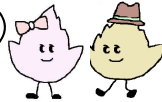
- ・60歳未満の方、性別は問いません。
- ・勤務時間など相談に応じます。

ご連絡をお待ちしています。

連絡先：0573-75-3118（内線210）

松本看護部長
吉村副看護部長

お待ちしております



＊ 坂下老人保健施設でも、看護師、准看護師、介護職員の募集を行っています。

☆ お 知 ら せ ☆

催し物	日 時・場 所	内 容
糖尿病食試食会	8月4日(月) 8月21日(木) 午前11時～3階食堂	予約：坂下病院栄養科(内線164) お電話でおねがいします。 会費：310円(食材費)
ふれあい健康塾	来年より開催予定です。	

☆坂下病院各科診療表 診療状況により予約時間どおりには受診できない場合があります。予めご了承ください。
(平成26年8月現在) 予約変更などのお問合せは、平日午後2時以降に各科受付窓口へお願い致します。

診療科目	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
内科	第一(予約)	高山	酒井	高山(午前)	高山(午前)	酒井
	第二(予約)		近藤【呼吸器】	伊藤	高塚	田口【呼吸器】午後
	第三(予約)	信太(午前)	村瀬	信太		高塚(午前)
	新患外来	酒井	高塚	告野	信太	高山
	午前内科		大野【神経内】第3			佐橋【神経内】第1.3
	午後診療特殊			井上【漢方】第2.4 13:00～ 青木【腎臓】隔週		渡邊【腎臓】隔週
	午後診療	高塚	高塚	告野	酒井	信太
外科	第一	横井	保坂【血管外科】			成田(第2) 田畑(第4)
	第二	近藤	近藤	近藤	近藤	水野
整形	第一	小嶋【リウマチ】	草野	小澤	草野	草野
	第二	矢野	赤根	矢野	矢野	山下
小児科	杉本	杉本	杉本	杉本	杉本	杉本
眼科	木下 受付11:00まで	木下	木下 受付11:00まで	木下	木下	木下
泌尿器科	渡邊			山田 第1.3.5 青木 第2.4	深津	
耳鼻咽喉科	小川	西村	清水	矢野原	稲川	
皮膚科			伊能 第1.3.5 松本 第2.4			
脳神経外科				大須賀 14:00～		
婦人科				浅井 第1.3	萬羽(午前)	