

地域健康情報誌 [テ・ア・テ]

Vol.26

Te・A・Te

特集

白内障

とは？

2018

春

社会医療法人大雄会



白内障とは？



白内障と聞くと、お年寄りの年齢になって発症するイメージですが、早ければ40歳代から発症する人もいます。加齢性による白内障の場合、40歳代では全体の40%、50歳代で約65%となり、80歳代になるとほぼ100%の人がかかっている状態にあると報告されています。

今号は白内障について皆さんに理解を深めていただきたいと思います。

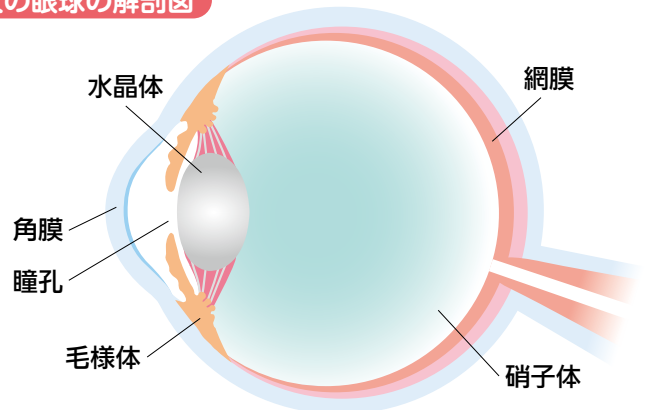


社会医療法人 大雄会 副理事長
大雄会クリニック院長 **伊藤 康雄** 医師

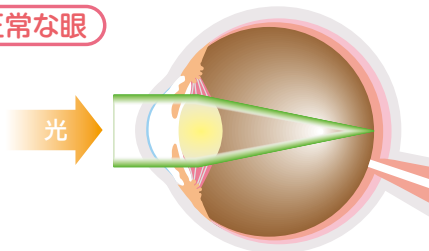
白内障とは

白内障とは、眼の中のレンズの役割をする**水晶体が濁ってしまう病気**です。そのため、進行すると外からの光が眼の中に十分に入らなくなり、物がかすんで見えたり、視力が低下したりします。また、水晶体の濁り方によっては水晶体内で光が乱反射し、眩しく見える場合もあります。

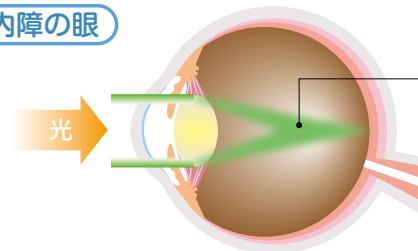
人の眼球の解剖図



正常な眼



白内障の眼



水晶体が濁ると光がうまく通過できなくなります。

チェックPoint!

- 霧がかかったようなモヤが見えたり、視界がボケる
- 夜間、強い光を見た時にまぶしく見える(昼間よりも)
- 視力検査で急に視力が落ちた、目が疲れやすくなった

上記の症状に該当する方は、眼科の受診をお勧めします。

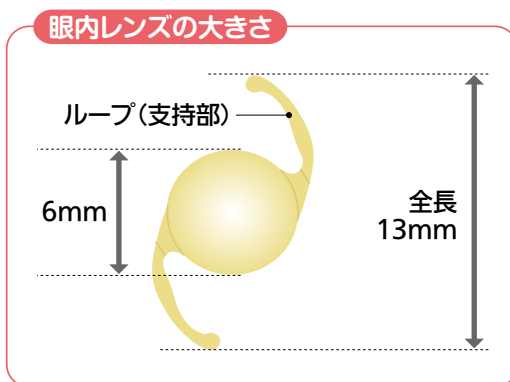


白内障の治療

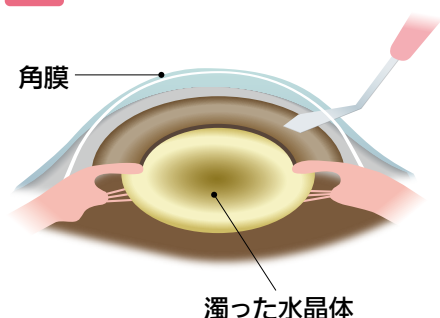
白内障の進行を予防する点眼はありますが、進行を遅らせるだけで、改善はしません。進行した場合、手術で治療することが出来ますので、定期的な通院をして、適切な時期に手術を行うことが有効な治療になります。

白内障の手術

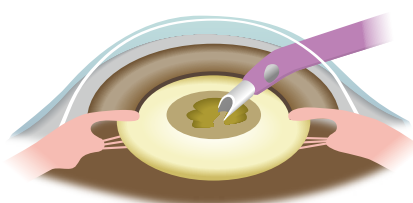
白内障の手術は濁った水晶体を取り除き、その代りに人工の水晶体(眼内レンズ)を挿入します。麻酔は多くの場合、眼のみの局所麻酔で、手術時間は10分程度ですが、高度に進行している方や、緑内障、ぶどう膜炎などを合併している場合は長くなることがあります。



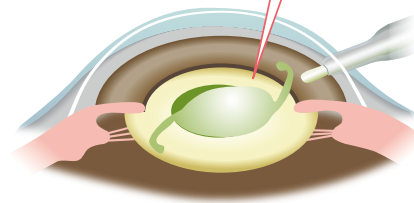
1 角膜を切開します



2 濁った水晶体を砕いて吸い出します



3 眼内レンズを挿入します



※当院では年間約1,200件の白内障手術症例があり、糖尿病や緑内障などを合併していたり、手術が難しい白内障症例を近医より多数ご紹介いただいております。また、先進医療の認定を受けているため、遠くにも近くにもピントが合わせられる多焦点眼内レンズを用いた白内障手術にも対応しています。

眼内レンズについて

P.4へ

病院大図鑑①へ

最後に



白内障で片眼が若干見えなくなってきたり、日常生活がなんとかこなせてしまいます。また痛みも伴わないため白内障になっても長期間放置してしまう方が多くみられます。運転等、職業柄視力を重視される場合は、なるべく早い手術が必要な場合もあります。見えづらくなった等、見え方に違和感を感じた場合は、自己判断をせず速やかに眼科医に相談しましょう。



教えて! Doctor ドクター

テーマに関する素朴な疑問に
眼科の専門医がお答えします

Q & A

監修: 社会医療法人 大雄会
副理事長
大雄会クリニック院長
伊藤 康雄 医師

白内障 編



Q 白内障は薬で治療することはできますか?

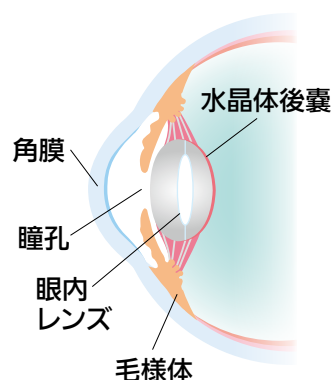
A 白内障に対する点眼薬は数種類あります。しかし、これらの薬は白内障を治すものではなく、進行を遅らせる目的で使うものです。白内障でいったん濁ってしまった水晶体を透明に戻すには、手術で濁りを取るしかありません。

Q 白内障の原因は加齢性の他に何がありますか?

A 白内障の9割は加齢によるものと言われています。後天性(生まれつきでない)のものでは、糖尿病やアトピーなどによるものや、他の病気の治療で用いた薬が原因で起こる白内障、目に物などがぶつかった時や、ケガをした時に起こる外傷性の白内障があります。その他に生まれつき水晶体が濁っている先天性白内障もあります。

Q 白内障の手術後、見えづらくなることはありますか?

A 後発白内障といい、眼内レンズを納めている袋の部分(水晶体後囊)が白内障の手術後数ヶ月～数年経って濁ってくる場合があります。症状としては、白内障と同じように物がかすんで見え、視力低下をきたします。術後5年で約20%の患者さんに発症するといわれています。治療はレーザーを用いて濁りを除去します。



眼内レンズについて

白内障手術時に眼内に入れるレンズの種類は単焦点用と多焦点用の大きく分けて2種類あります。また、複数の距離にピントが合う多焦点眼内レンズにもさまざまな種類があり、おもに近方(30~50cm)や中間距離(50cm~3m)の見え方に違いがあります。

各レンズにはメリットとデメリットがありますので、主治医とよく相談しレンズを決めましょう。

..... 各レンズのメリットとデメリット

単焦点眼内レンズ

多焦点眼内レンズ

適す方

- 鮮明な像が見たい方
- 夜間に運転をされる方

- 眼鏡への依存度を減らしたい方
- ある程度不鮮明な像でも受け入れられる方

長所

- 適宜眼鏡を用いることで、鮮明に見ることが出来る
- 保険が適応される

- 眼鏡がなくても、遠くも近くもある程度見えるようになる
- 眼鏡の依存度が減る

短所

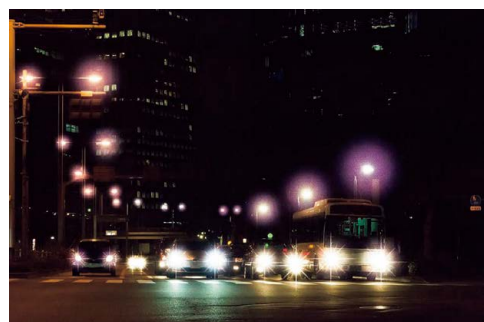
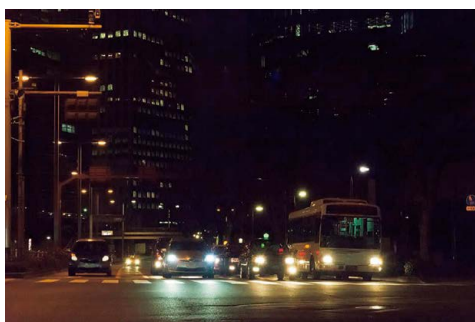
- 裸眼では、遠方が近方のどちらかが見にくくなるため、眼鏡装用が必要になる

- 見え方がやや不鮮明に感じることがある
- 夜間にライトを見るとにじんで見えることがある(ハロー・グレア)
- 保険が適応されない(先進医療)

見え方(例)



遠方に視点が合っている例



光のまわりに輪がかかったり、光がキラつきまぶしかったりします

※多焦点眼内レンズを用いた水晶体再建術は、2008年7月に厚生労働省より先進医療として承認されました。当院は2017年11月より「多焦点レンズを用いた白内障手術」において『先進医療実施医療機関』に認定されています。詳しくは厚生労働省のHPをご覧ください。



普段の生活の中でよく見る距離を考え、ライフスタイルに合ったレンズを選ぶ必要があります。

視能訓練士 吉田 唱輝

2018 春号 ティ・ア・テ

分娩予約
受付中

2018年5月 大雄会 産科は 総合大雄会病院に移転します

総合病院だからこそ実現できる、安心とくつろぎのための充実の新機能で地域の妊婦さまをしっかりと支えていきます。

ハイリスクな妊婦さんや緊急な場合にも
24時間365日体制で即対応します

もしもの時に担当医師だけでなく、
麻酔科医や小児科医などの連携により
迅速に対応します

里帰り出産についても
こころの準備が整えられるよう
万全のサポート体制で寄り添います



女性医師含め
複数の医師による診察



産科外来受付・待合



助産婦が産前から
産後までサポートします



専任シェフによる新メニュー



個室・母子同室

4/22 (日) 10:00~14:00 外来・病棟の内覧会を開催します

里帰り出産OK

助産師相談・母親教室・母乳相談 お気軽にお電話ください

TEL 0586-26-2030

詳しくは
WEBへ

だいゆうかい さんか

検索

<http://www.daiyukai.or.jp/sanka/>



名鉄一宮駅バスターミナル「4番のりば」からバスで8分



さくらゆうゆう保育園 開園のご案内

～人や地球を愛し、大切にできる子どもを育てる～

さくらゆうゆう保育園は大雄会が運営する保育園で、より働きやすい環境づくりと待機児童の解消を目的としており、2018年3月に開園いたしました。一般の方も預けられる枠として15名を募集いたします(入園は5月1日より可能)。入園ご希望の方は「さくらゆうゆう保育園」までご連絡ください。



さくらゆうゆう保育園 〒491-0036 一宮市桜2丁目5番地1 TEL 0586-80-0105 担当：藤田

大雄会 ルーセントクリニックからのお知らせ

太っているのは、いろいろな病気になりやすい

食べてe-diet (イーダイエット)

「食べてe-diet(食べてイーダイエット)」は、個々の体質、健康状態、食生活などのライフスタイルを把握するために、診断とカウンセリングを行い、お一人おひとりに合わせた効果的なプログラムをご提案します。

つらい食事制限や激しい運動は必要ありません。安全で健康的に予防医療(生活習慣病の予防)の重要な要素としてダイエットをとらえ、大雄会ルーセントクリニック監修のもと、管理栄養士が90日間しっかりサポートします。

価格 ¥150,000

今回は糖尿病をお持ちの方の事例を、紹介させていただきます

食べてe-dietで糖尿病の内服治療の変更はない中で、HbA1cと内臓脂肪の改善を認めています。最後の期間は、イタリア出張などありましたが、検査値は変化がありませんでした。疾病を持った方でも、安全に実施することができます。

| | 体重(kg) | BMI | 内臓脂肪(cm ²) | HbA1c(%) |
|------|--------|------|------------------------|----------|
| 開始時 | 72.1 | 23.6 | 107.2 | 8.0 |
| 30日後 | 73.0 | 23.9 | 72.8 | 6.1 |
| 60日後 | 73.9 | 24.3 | | |
| 90日後 | 73.7 | 24.2 | 74.3 | 6.1 |



お問い合わせ フリーコール 0800-500-1211 (大雄会ルーセントクリニック 健診センター)

受付時間 月～金：8:30～17:00
土曜日：8:30～12:00

施設紹介

大雄会の「産科」・「婦人科」は5月に総合大雄会病院へ移転します。



総合大雄会病院
〒491-8551 一宮市桜一丁目9番9号
☎0586-72-1211(代)



老人保健施設アウン
訪問看護ステーション・アウン
〒491-0101
一宮市浅井町尾関字同者165
☎0586-78-1111(老人保健施設アウン)
☎0586-51-0031(訪問看護ステーション・アウン)



大雄会第一病院
〒491-8551 一宮市羽衣一丁目6番12号
☎0586-72-1211(代)
健診センター：☎0586-26-2008(直通)



新生訪問看護ステーション・アウン
〒491-8551 一宮市桜一丁目15番19号
☎0586-28-5633
FAX 0586-28-5634



大雄会クリニック
〒491-8551 一宮市大江一丁目3番2号
☎0586-72-1211(代)



大雄会 ルーセント クリニック
〒451-6003 名古屋市中区牛島町6番1号
名古屋ルーセントタワー3Fルーセント・ウェルネスセンター内
フリーコール：☎0800-500-1211(健診センター)
☎052-569-6031(内科・婦人科・女性頭痛外来)



今号の表紙 伊藤さんご家族
今号は技術放射線科の伊藤さんのご家族に協力いただき、3月に開園したばかりの「さくらゆうゆう保育園」の室内にて撮影しました。部屋ごとに子どもたちが喜ぶかわいい壁紙とともに保育士さんが手作りしたキャラクターのオーナメントが貼られていました。室内は明るい隣の光が差し込む広々とした空間で、伊藤さんのお子さん連も遊具で遊ぶひとときがありました。

企画・発行：
社会医療法人大雄会 経営企画課
☎ 0586-24-2565
✉ kouhou1@daiyukai.or.jp

<http://www.daiyukai.or.jp/>

だいゆうかい

検索



管理栄養士
鷺尾拓弥

なばなと新たまねぎの春サラダ

なばなは冬から早春が旬で、特有のほろ苦さがありますが、ゆでると甘味が出てお浸しや和え物にすると美味しい食材です。また、野菜の中でもビタミンやミネラルの含有量がトップクラスで、免疫力を高め、風邪などを防ぐ効果があるとされています。季節の変わり目で体調を崩しやすい、この時期にピッタリです。

食卓に春の彩りを添えるさわやかなメニューを是非お試しください。

材料 (2人分)

- なばな…………… 100g(1束)
- 新たまねぎ…………… 75g(1/2個)
- 生ハム…………… 15g(2枚)
- レモン汁…………… 大さじ1
- オリーブオイル…………… 小さじ1
- A 塩… ひとつまみ(小さじ1/5)
- 砂糖…………… 小さじ2/3
- 黒こしょう… 少々(お好みで)



1 なばなは、沸騰した湯に塩(分量外)を加え、軸の部分からサッと色が変わる程度茹でて、冷水にとって冷やす。



2 水気を絞って4cm程度の食べやすい長さに切る。



3 新たまねぎは薄くスライスし、水にさらして辛みを抜いた後、水気を切っておく。



4 食べやすい大きさに切った生ハムと2、3と混ぜ合わせておいたAの調味料を和える。



調理時間
🕒 10分

栄養価 (1人分)

エネルギー
69kcal

たんぱく質
4.3g

塩分
0.8g

point!

なばなは茹ですぎないことが良い食感を残すコツです。新たまねぎの辛みが苦手な人は水にさらす時間を長めにしましょう。