

今年は各地で予想を超える 大きな災害が続きました。

私の故郷の熊本でも、4月14日・16日と2度の大きな地震が起こり、7カ月がたちました。その後の余震とたび重なる集中豪雨で、たくさんの方が被災され、まだまだ不自由な避難生活を続けている方も少なくないと聞き胸を痛めております。熊本は、県のホームページにも「地震のない県」と表記されていたほど穏やかな土地でしたが、400年に一度と言う、かつて体験したことのない、人智を超える災害の大きな傷跡に驚くばかりです。一日も早い復興を願い、心よりお見舞い申し上げます。

今号では、ひとたび生じれば入院・手術を要することになる「網膜剥離」、美容的な面で取り上げられることが多いのですが、健康維持を考えた時にたいへん有用なサプリメント「コエンザイムQ10」、「目からウロコ」では、「医者の子、患者の子」の違いについて書かせていただきました。皆様のお役に立てれば幸いです。

2016年・秋

くまがい眼科院長
熊谷和久



ほら!
明るく大きな
元気な声か
聞こえたら
星さんです
栄養士の
資格も持っ
ています

院内の
諸検査を
先輩とふたりで
担当しています
サプリメントに
詳しいですよ

スタッフ紹介 ⑤

院長の紹介 1953年熊本市に生まれる。1977年熊本大学医学部を卒業後、大学病院・市民病院で眼科診療に従事。1987年に上京し、眼科診療の傍ら、西洋医学と東洋医学を融合した「タニクリニック」で学び、中医学(中国伝統医学)の中心「北京中医学院」に留学し、東洋医学を研鑽。1992年、当地駒込にて眼科クリニックを開業。現在は豊島区の中学校1校・小学校2校・幼稚園5カ所の眼科校医・園医も勤めています。最近、中医学に加えて、「日本胎盤臨床医学会(プラセンタ治療を志す医師の会)」に所属、「ボトックス治療専門医」や「抗加齢医学(アンチエイジング)専門医」なども取得し、新しい治療を取り入れています。



網膜剥離

もうまくはくり

網膜の裂け目から、液化した硝子体が流れ込んで、網膜がはがれてしまう病気。放置すると短期間で失明してしまうため、即刻入院、手術が必要です。強度近視が最も大きな「リスクファクター」(危険因子)です。



早期発見があなたの視力を守ります。

眼科通信第10号でもふれましたが、網膜剥離は放置すると、視力を失い失明に繋がる恐れがあります。発見が早ければ早いほど、視力への影響は少なく治療も可能です。網膜剥離は、痛みを伴わないため気づきにくいのですが、視力の中心である黄斑部まではがれると急激に視力が低下し、失明に至る場合もありますので注意が必要です。

次のような症状があれば眼科で診察を!!

- 目の前を本来は存在しない糸くずのようなものがチラチラ見える。
- その量が急に増えた(飛蚊症)
- (暗い場所で)突然、稲妻のような光が一瞬見える(光視症)
- 急激な視力の低下
- 急激に視野が欠けてくる

代表的な網膜剥離は、この2タイプです。

裂孔原性網膜剥離

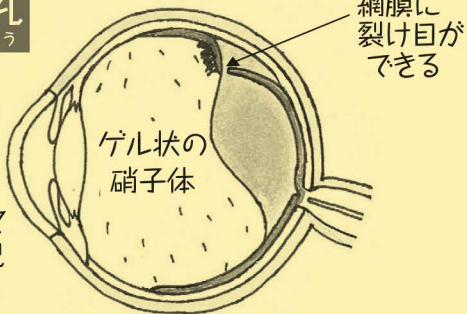
れっこうげんせいもうまくはくり

網膜に裂孔(れっこう)と呼ばれる裂け目ができ、そこから網膜の裏側に水分が流れ込み、剥離(剥がれてしまうこと)が起きた状況。一般的に網膜剥離と言えばこのタイプを指します。

網膜裂孔

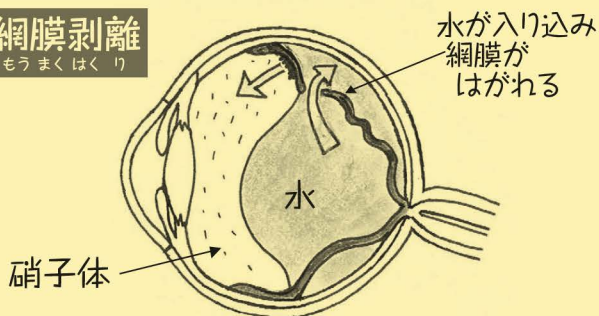
もうまくれっこう

癒着した硝子体が網膜を引っ張り、孔があいてしまう状況



網膜剥離

もうまくはくり



裂孔原性網膜剥離のリスクファクターは強度近視です。強度近視では、網膜変性を持っている割合が高いからです。変性の部分の網膜は薄いので、そこに穴(網膜裂孔)があげば、いつ網膜剥離に進んでもおかしくないのが、急ぎレーザー光凝固術などで進行防止を図ります。網膜変性の段階なら、定期的に眼底検査を行うことで、網膜裂孔が出来ていないかと監視する必要があります。

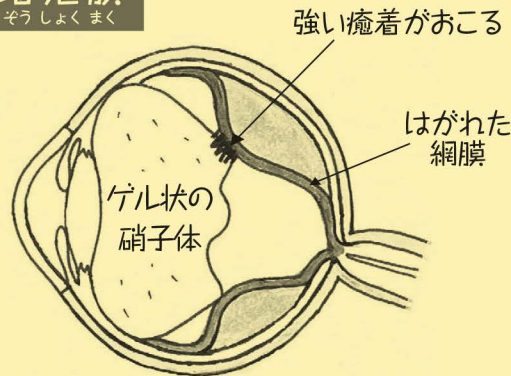
牽引性網膜剥離

けんいんせいもうまくはくり

通常は網膜の表面とそれに接する硝子体の表面は、単に接しているだけで癒着はしていませんが、硝子体出血や炎症を繰り返すと癒着が生じて一体の組織(増殖膜と呼びます)になります。この増殖膜には、新生血管と呼ばれる正常な組織には認められない脆い血管を含むため、さらなる出血で増殖膜がさらに拡大して行きやすいこととなります。この増殖膜が、あとで縮むと「牽引性網膜剥離」を起こすこととなります。

増殖膜

そうしょくまく



硝子体出血を起こす代表的な病気は、網膜静脈閉塞症や糖尿病網膜症などです。これらの病気では、定期的な眼底検査で増殖膜の有無をチェックする必要があります。炎症を来す病気の中でも、前眼部ぶどう膜(虹彩や毛様体)ではなく、後部ぶどう膜(脈絡膜)炎には注意が必要です。

「飛蚊症・光視症があれば、すぐ眼科へ!」

CoQ10 コエンザイムQ10(CoQ10)は、人間の身体の全ての細胞に存在し、生命活動のエネルギーを生み出す大切な成分です。もともとは、心筋梗塞や脳血栓の治療薬として使われていました。



細胞

コエンザイムQ10は、ビタミンとよく似た働きをする「補酵素」と呼ばれる成分です。私たちの細胞は、食事から摂った糖質、タンパク質、脂質を、直接エネルギーとして使うことはできません。人間の体の細胞の一つひとつに存在する「ミトコンドリア」という器官が、栄養素をエネルギーに変えるとき、その働きを助けているのが「コエンザイムQ10」です。

特に心臓に多く存在していて、日本では心筋梗塞などの心疾患の治療薬として利用されていましたが、2001年から食品として認められ、サプリメントとして広く使われる様になりました。強い抗酸化作用があり、化粧品などに配合され、美容の分野でもアンチエイジングとして愛用される方が多い成分です。

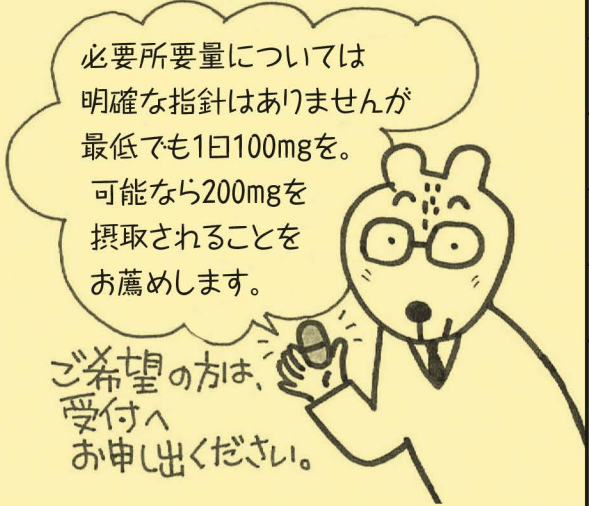
Q 1日にどれくらいの量が必要ですか？
食品から摂ることはできないのですか？

食品が摂るとすると

A コエンザイムQ10は、人間の体内でも合成されていますが、残念ながら20歳をピークに加齢と共に生産量は減少するのに必要量が増えるため、食事からでは十分に摂取できないコエンザイムQ10を積極的にサプリメントで補うことは、効率的な方法と考えられます。脂溶性なので油分の多い食事の後に摂取すると、吸収率が高まります。食後服用が有効です。



サプリ・インフォメーション



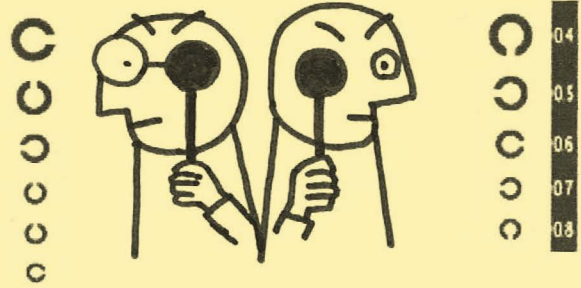
ヘルシーパス・還元型コエンザイムQ10	
1カプセル / 100mg	
60カプセル入	
1日・1~2カプセル	
約1~2ヶ月分	
¥6,500 税込 ¥7,020	

目からうろこ



医者の目
患者の目

きょうせいしりょく らがんしりょく 矯正視力と裸眼視力



医者の思ってること・患者さんの思ってることが、
同じ言葉を使っても違っている場合があります。
眼科の基礎の基礎・・・『視力』もそうです。

眼科医が使う「視力」の意味は『矯正視力(メガネをかけた視力)』の場合がほとんどですが、患者さんの言う視力は『裸眼視力(メガネをかけない視力)』を指している場合が多く、たとえば、学校の視力検査で「視力が悪いので眼科受診をお勧めします」という通知をもって来られた患者さん(お子さん)のご両親に「視力は問題ないですね」とお話しすると、一旦喜ばれますが、健診結果を書き込むときに裸眼視力の項目に0.3などと書くとビックリされます。

眼科医が『視力』というときは、^{きょうせいしりょく}『矯正視力』のことなので、たとえ^{らがんしりょく}『裸眼視力』が0.3であったとしても、メガネで矯正して1.0が出ていれば「視力は問題ない」と話してしまうことがあるのです。眼科医にとって、1.0という矯正視力が出るか出ないか?は大問題で、1.0の視力があれば、屈折異常(近視や遠視や乱視)の問題だから基本的にメガネで問題解決できるだろうという方針が立つのですが、矯正視力0.9以下だと、何らか視力を邪魔する眼球の病気があるかもしれないことを意味するので、視力低下の原因を調べることが必要になってくるのです。しかし、お子さんにメガネをかけさせたくないと思われるご両親からは、メガネをかけるかどうか最大関心事なので、『裸眼視力』で一喜一憂することになるのです。

お互いの考えていること・思っていることが食い違っていることは、なかなか分かりにくいものです。コミュニケーションミスを起こさぬため、患者さんに『矯正視力』と『裸眼視力』の違いをしっかりお伝えしたいと思い、この原稿を書きました。

くまがい眼科インフォメーション

くまがい眼科/ホームページアドレス
<http://kumagai-ganka.com/>



土曜休診

2017年3月18日(土)
詳しくは、
HPをご覧ください。

年末年始の休診

12月28日(水)
～1月5日(木)

診療案内

- 受付時間 午前9:30～午後1:00
 午後3:00～午後6:30
- 休診日 水曜、日曜、祝祭日、
 土曜日午後
- 住所 〒170-0003
 東京都豊島区駒込6-26-16
 サカガミビル2F
- 電話 03-3910-2472

交通機関

- JR をご利用の場合
 - JR山手線・駒込駅(北口・南口とも) 徒歩10分
 - JR京浜東北線・上中里駅より徒歩10分
 - メトロをご利用の場合
 - 南北線・駒込駅より徒歩10分
 - 南北線・西ヶ原駅より徒歩10分
 - バスをご利用の場合
 - 茶51(駒込駅南口-お茶の水駅前・秋葉原駅前)路線の、駒込駅南口より徒歩10分
 - 車で来られる場合
 - 近隣の有料駐車場(多数あり)をご利用ください。
- ※ 散瞳検査を行う可能性がある場合には、自動車を運転して受診することは避けて下さい。

