

あけましておめでとうございます。

2020年は、新型コロナウイルス感染症のパンデミック(世界的流行)によって、全世界の誰もが共通に「コロナ」という恐怖を体験し、そこから自由だった人はひとりもいないと思います。そして、それは現在も進行中です。

しかし、昨年経験の中では、「ただただ恐ろしかったコロナ」に対するつきあい方も、一年を経て徐々にわかってきたように感じます。11月中旬から第3波感染者増加を迎え、警戒度が再度引き上げられました。この新春号が皆さんのお手元に届けられる頃にどう変化しているのか?わからない面もありますが、穏やかな年明けであることを願います。

今回の新春号では「コロナ特集」として、これから私たちは、コロナとどうお付き合いしてゆけばよいのか?について、「正しく恐れ、賢く闘う」ための私見をお伝えさせていただきます。

本年もよろしくお願い致します。

2021・令和3年 元旦
くまがい眼科院長
熊谷和久



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7カ所の眼科校医・園医も勤めています。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)専門医」、「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」などの資格も取得し、プラセンタ治療の緑内障への応用など新しい治療法を取り入れている。これからの医療のあり方を模索している「トータルライフ(TL)医療研究会」にも所属しています。



正しく恐れる。

新型コロナの現状

新型コロナウイルス 感染症

しんがたころなういるす
かんせんしょう

2019年12月に中国・武漢で新型コロナによる死者が出ているという報道に接した時には、まだ対岸の火事でしたが、横浜に寄港した豪華客船に多くの感染者がいるようだと聞いて、日本にもいよいよ上陸か！と、一気に他人事ではなくなりました。初めての緊急事態宣言、オリンピックの延期、学校の臨時休校、外出自粛や移動制限などの対策がとられ、「世界中の日常が止まってしまう」というかつてない生活を誰もが体験し、未知のウイルス「新型コロナ」と向かい合い続けた2020年でした。

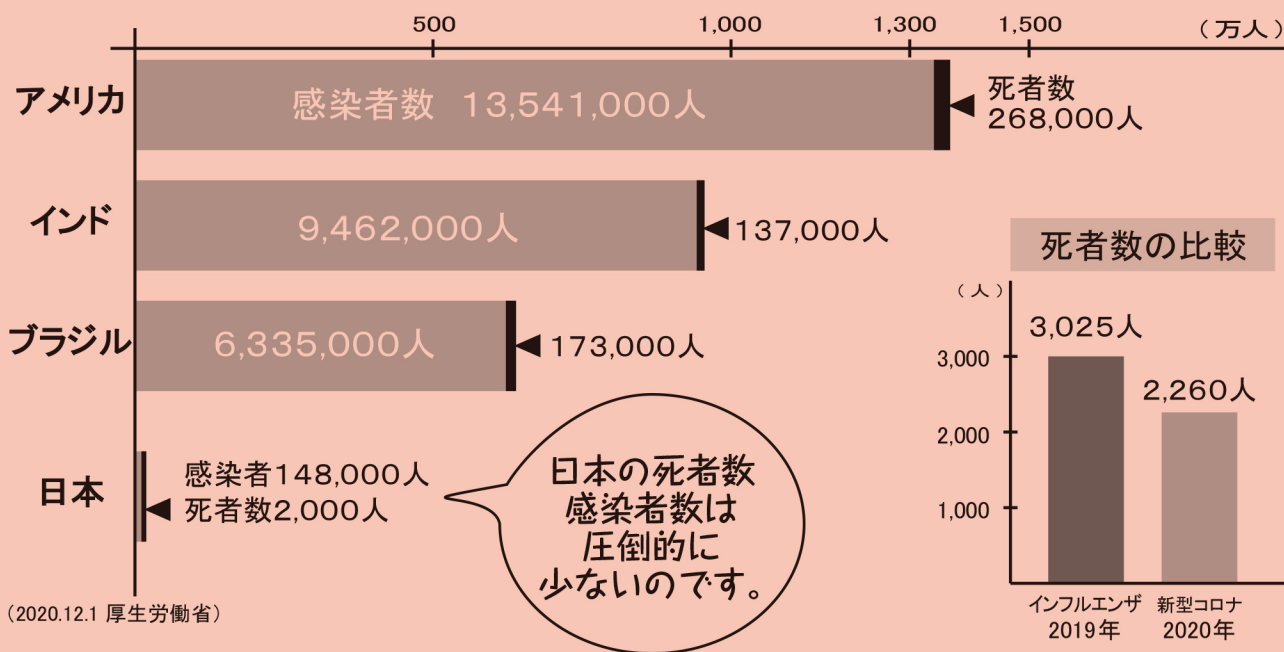
世界

現時点（12月4日）で、世界の感染者は6,400万人を越え、死者も150万人に迫っています。一つの大都市が消滅したに等しい死者数です。本当に痛ましく、関係者には心安らかにと祈らずにはられません。

日本

一方、日本ではどうでしょうか？感染者数は、156万人弱（世界の0.25%）、死者数は、2,260人（世界の0.15%）というように、圧倒的に少ない現実です。実は、日本では毎年2,000から3,000人の方がインフルエンザで亡くなっておられますし、熱中症で亡くなる方の数も同じくらいです。まだそのレベルでもないというのが現実です。

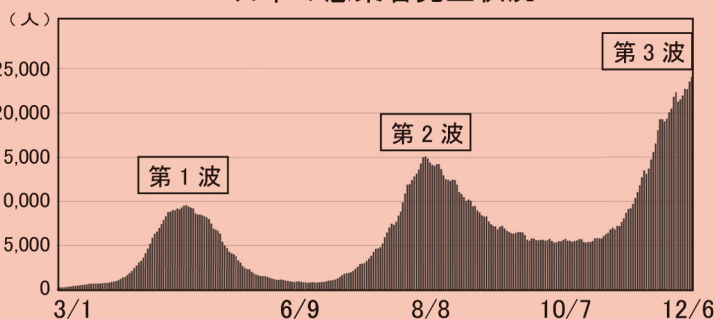
2020年 世界の感染者数・死者数と日本の比較



まず、闇雲に恐れるのではなく、正しく知って「正しく恐れる」必要があります。いたずらに怖がって、家から一歩も出ないような生活は、あなたの持病を悪化させてしまいます。

一方、Go Toトラベル や Go To イートが各地で実施されると、感染者数が増え感染の第3波を迎えている現実もあります。コロナを無視することも出来ません。「賢く闘う」必要もあります。

日本の感染者発生状況





賢く闘う。

くまがい眼科

Q&A

眼科医からの ご提案

医療機関ではどの科でも、患者さんの病状の悪化が問題となっています。コロナ感染を恐れ、外出を自粛され運動不足で骨折、内服を中断した結果起こる生活習慣病の悪化など。眼科でも同様です。当院では、「薬のみ処方する」「受診間隔を3ヶ月にする」などで対処してきましたが、ずっと通院を中断されている方の中には、持病を著しく悪化させている方も始めています。

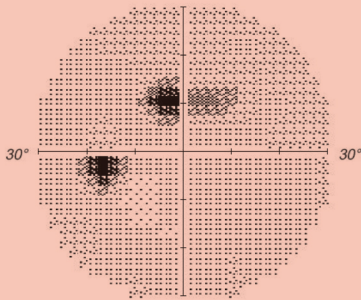
症例

A氏・70代後半

コロナが怖くて1年間治療を中断されていた方。来院された時は、視野が非常に悪化していましたが、ご本人の自覚はありませんでした。視野図の黒いところは見えていない部分で、灰色は見えづらくなっている部分です。黒い部分が広がっていることがわかると思います。右は、13年後の予想図。

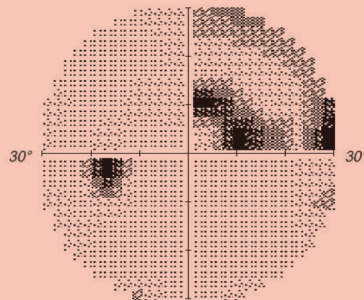
緑内障・左眼視野

2019年12月



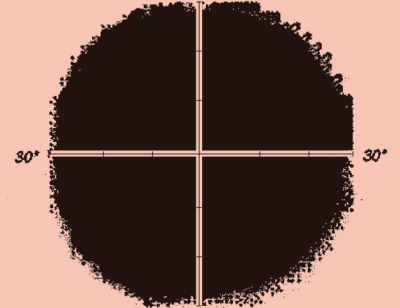
MD値：-2.52dB

2020年12月



MD値：-4.72dB

2033年X月



少し専門的な話になりますが、MD値(病気の進み具合を表す数字。単位はdB: デシベル)が、-2.52から-4.72に悪化しています。1年間に約2.2dBの悪化です。一般的に、1年間に0.5dB以下に進行を止めるように言われているものであり、この悪化のスピードは、13年後に視野がゼロになる=「失明」ということを意味し、このまま放置すれば、取り返しのつかない恐ろしいこととなります。これでは、コロナにワクチンや治療薬が出来て、怖くない病気になる頃に、見え方が悪いのを耐えなければならなくなってしまいます。



●今後も規制が緩めば感染者が増えることは続いて、第4波・第5波・・・も起こるかもしれません。賢く闘わなければなりません。どうしたらよいのでしょうか？

私は感染状況をにらみつつ、「3ヶ月に1回は通院されること」を、提案したいと思います。

特に以下の場合、悪化した分を後の治療で取り返すことのできない疾患なので、受診は必須だと思います。

- 緑内障
- 眼底疾患: 加齢黄斑変性・糖尿病網膜症など
- 小児の視力障害: 特に、弱視治療中
- 2~3日様子を見ても改善しない症状の場合。それが充血や痛みや目脂(めやに)の場合でも見え方に異常があるときは必ずご相談ください。

日々賢く闘う。



私たちが感染予防のために、日々出来ることは小さなことかもしれませんが、とても有効です。日本が諸外国に比べて、感染者数も死者数も桁違いに少ない理由は、私は日々の地道な取り組みにあると思います。よく言われていることですが、「5つの取り組み」と「三密を避ける」を徹底することだと思います。日本人は、これらのことを真面目に守る国民性を持っていることが強みです。例年2,000~3,000人発症している季節性インフルエンザが、今年は激減していることも、これらの効果だと言われています。これからも、徹底させ続けましょう。

5つの取り組み

3つの密を避ける



目から感染するという報告もあるので、点眼時やコンタクトレンズの付け外しの前には、いつもの手洗いを勧めたいと思います。



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/>



年末年始の
休診

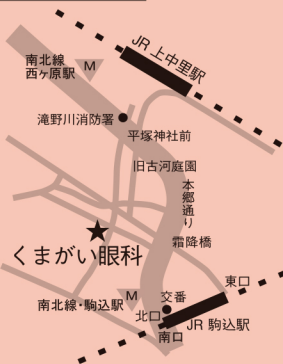
2020年 2021年
12月29日(火)~1月4日(月)

診療時間

午前 9:30~13:00 午後 15:00~18:00

	月	火	水	木	金	土	日・祝	
午前	○	○	休診	○	○	○	休診	2020年1月より 午後の終了時間が 30分早くなりました。 詳細はHPで
午後	○	○	休診	○	○	休診	休診	

交通機関



東京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

JRをご利用の場合

- JR山手線・駒込駅より徒歩10分
- JR京浜東北線・上中里駅より徒歩10分

バスをご利用の場合

- 茶51路線(駒込駅南口→お茶の水駅前・秋葉原駅前) 駒込駅下車徒歩10分

車をご利用の場合

- 近隣の有料駐車場をご利用ください。(多数あり)

お願い

散瞳検査を行う可能性がある場合は、お車での来院を、お控えください。

☎ 03-3910-2472

〒170-0003
東京都豊島区駒込6-26-16
サカガミビル2F