

恭賀新春 2023年 扉を開けて歩きはじめましょう!

新しい年が巡って来ました。皆様は、1年の始まりをどのようにお迎えでしょうか?

昨年は日本でもコロナ感染が広がり、ご家族や友人などの身近な人たちに感染者が出たという方も多いかもしれませんね。コロナが完全に収束するには、これからも引き続きの注意と対策は必要ですが、コロナを怖がって家に閉じこもり、外出しない生活をする理由はなくなったと思います。怖がるばかりでなく、身体を鍛え、体力・免疫力をあげて「まさかの時代」を、元気に乗り越えてゆきましょう。

昨年、私は運動不足解消のために
1日7000歩を目標にウォーキングを始めました。

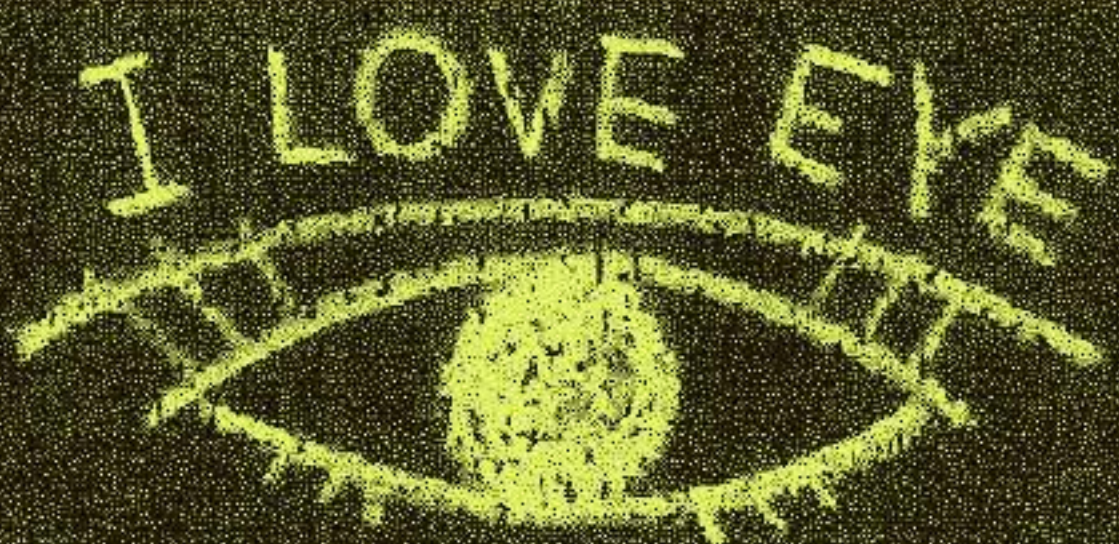
歩数にはばらつきはありますが
「今日は何歩あるいたのかな?」と
スマホの歩数計をみるのが、とても楽しみです。

医学的にも、ウォーキングには
ガンなどの病気のリスクを下げ、動脈硬化や
認知症の予防などの効果が知られています。
皆様も始めてみませんか? ウォーキングを兼ねて
くまがい眼科にもぜひ、おでかけください。
スタッフ一同 心よりお待ちしております。
本年もよろしくお願い致します。

2023・令和5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。



子供の 内斜視・外斜視

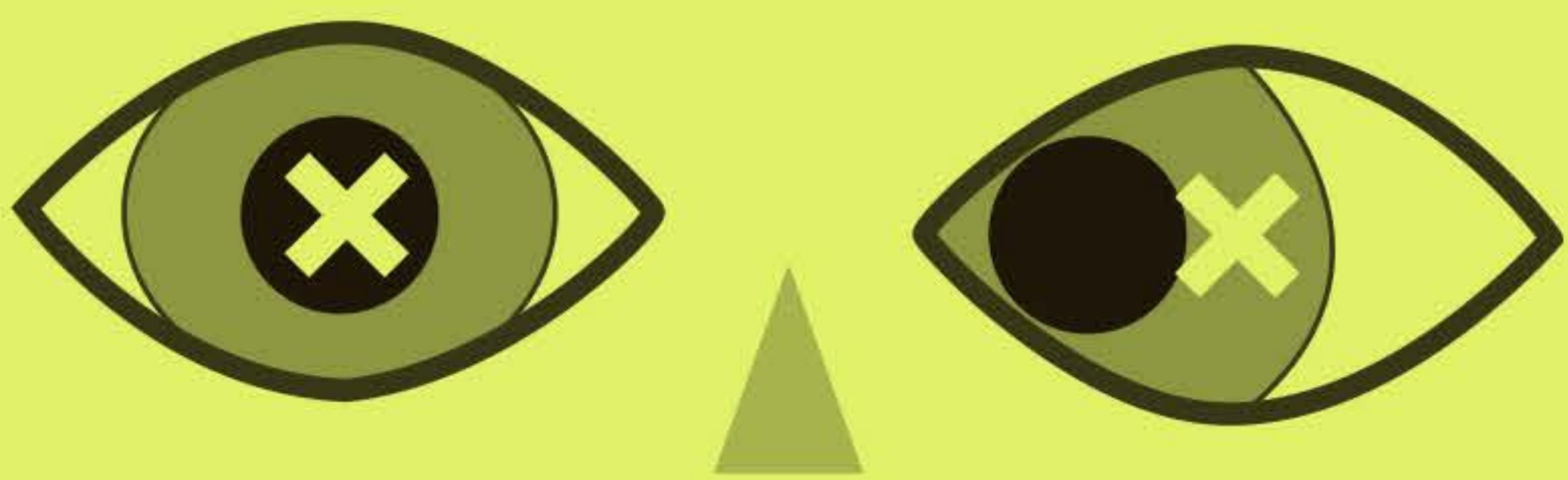
こどもの
ないしゃし・がいしゃし

「内斜視」と「外斜視」

斜視とは片眼がまっすぐ正面を見ている時に、他眼の目線がどこかにずれている状態です。垂直方向の斜視もありますが、今回は水平方向の斜視を取り上げます。片眼がまっすぐに見ている時に、他眼が内側を向いていれば「内斜視」、外側を向いていれば「外斜視」です。内斜視と外斜視は、向きが内・外の違いだけのようには思えますが、発症年齢も治療の難しさも全く別の病気と言ってよいほど違います。

ないしゃし 内斜視

片眼がまっすぐ正面を見ている時に
他眼が内を向いている



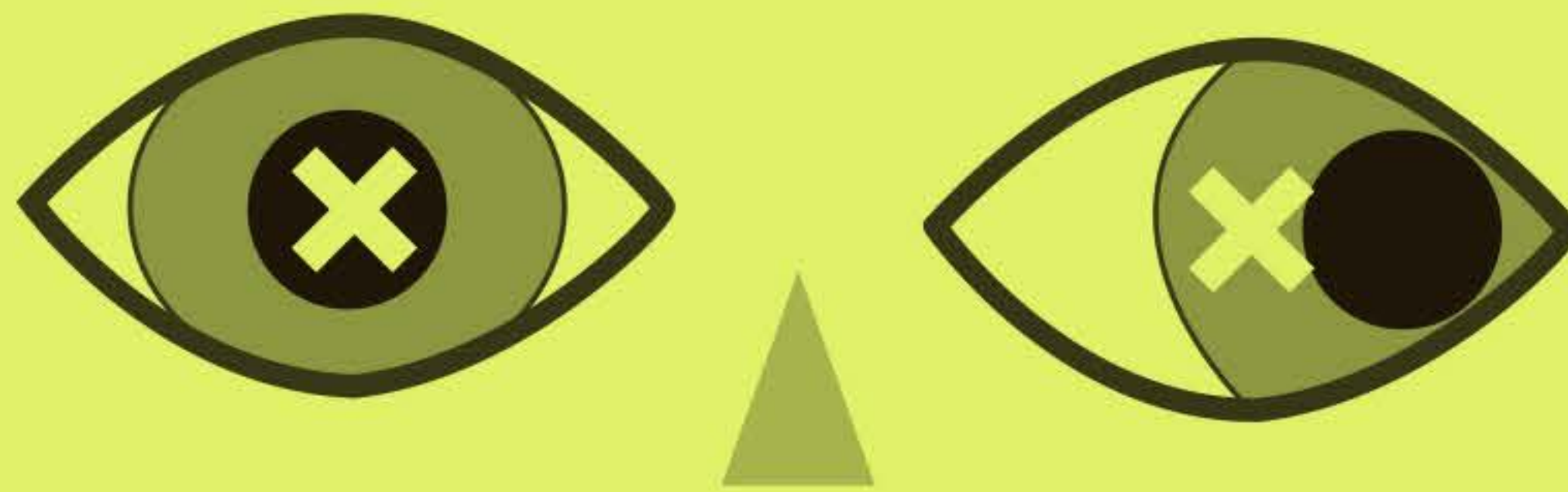
発症が非常に早く、遠視や乱視といった屈折異常を伴って弱視にもなっている事が多く、場合によっては1歳での手術も必要なほど早期の発見と治療開始が必須です。



図中の×印は、光源の光を見た時に黒目に映る光の位置です。

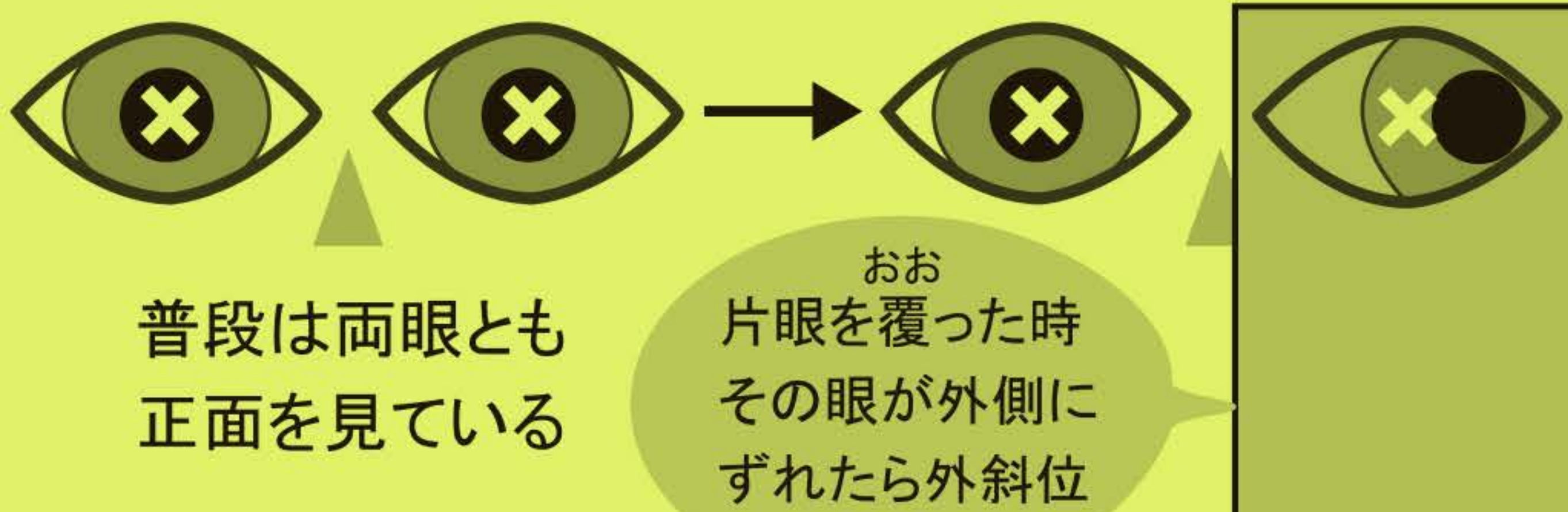
がいしゃし 外斜視

片眼がまっすぐ正面を見ている時に
他眼が外を向いている



① 外斜位 → ② 間歇性外斜視 → ③ 恒常性外斜視という様に徐々に進行してくることが多く、年齢も内斜視よりはもう少し上で発見されることが多い。軽度のうちは経過観察ですが、進行すると手術が必要なこともあります。

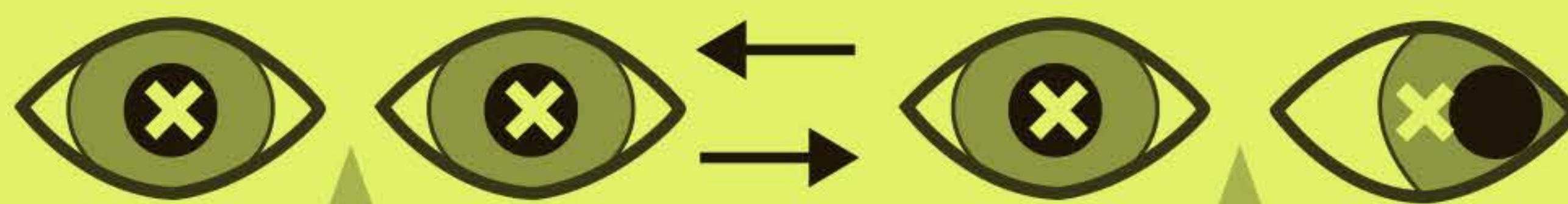
① がいしゃい 外斜位



普段は両眼とも
正面を見ている

おお
片眼を覆った時
その眼が外側に
ずれたら外斜位

かんけつせいがいしゃし ② 間歇性外斜視



外斜位と外斜視をあわせ持っている状態

こうじょうせいがいしゃし ③ 恒常性外斜視



片眼は常に外側を見ている状態

●上図は、右眼がまっすぐに見ている時の図です。左眼がまっすぐ見ている時は、右眼が外を向きます。

家庭で
できる

簡単な斜視の検査

小さなお子さんの場合、繰り返し検査をしなければならないことも多く、たいていは定期的な通院と検査をお願いすることになります。ご家庭でできる斜視発見の方法のひとつは、スマホのフラッシュ機能を使って目を撮影することです。フラッシュの光が黒目のどこに映っているかで斜視の有無を判断します。



通院中も1ヶ月に1度くらい、撮影した写真を診察時に見せていただくと、診察では見られない日頃の眼位（目線の向き）がわかって、診療に非常に役立ちます。

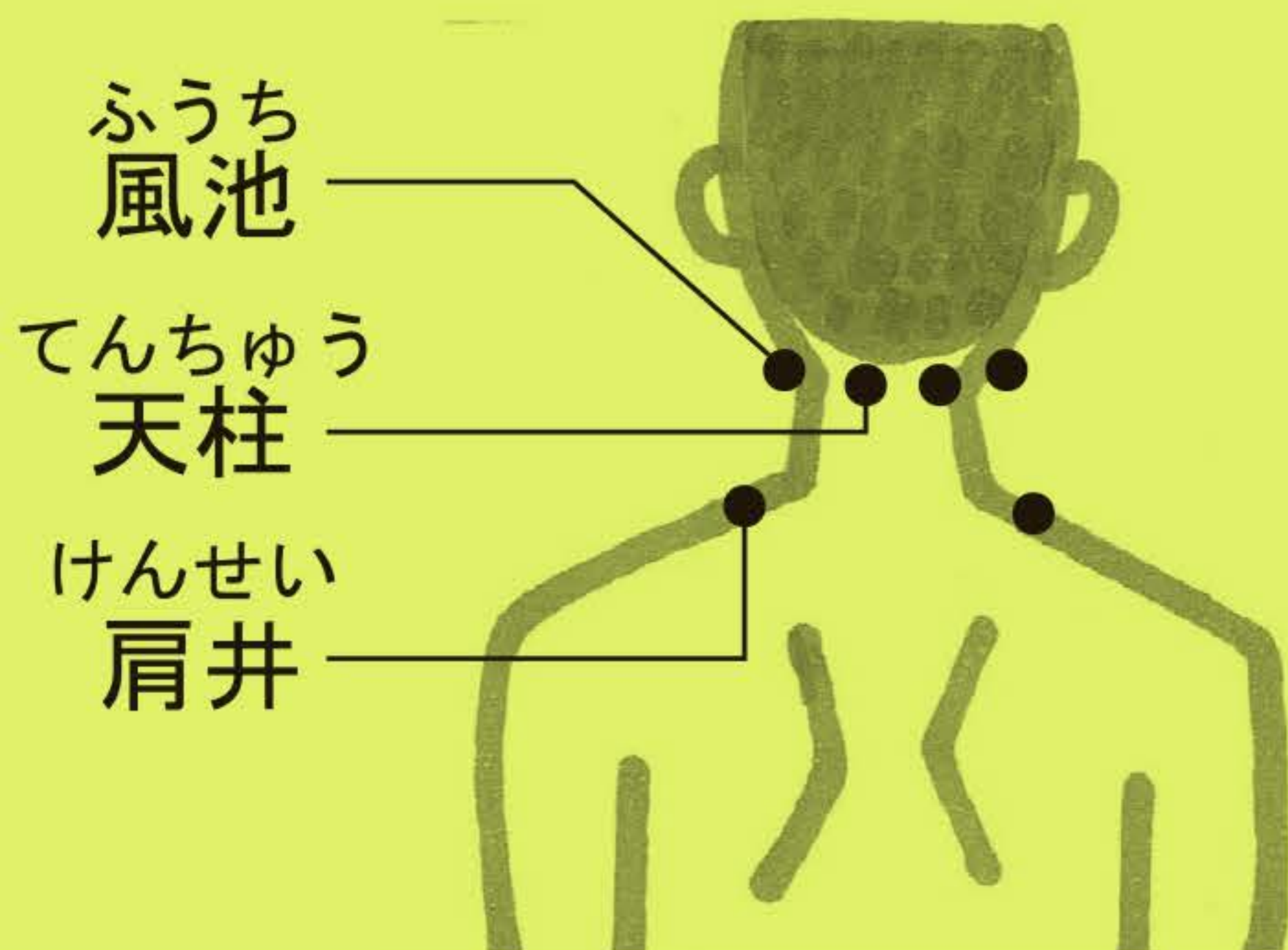
プラセンタ治療「肩こり編」

くまがい眼科

Q&A

当院におけるプラセンタ
注射治療・2023

「肩こり」でお悩みの方は多く、当院でも多数の治療を手掛けてきました。その中でも特徴的な2名の方の実例をご紹介します。プラセンタ治療は、痛み全般に効果が期待できる治療法ですが、患者さんがその効果を実感するのに時間が掛かることがあります。当院では「ツボ」を狙って注射しますので、上腕やお尻に注射する一般的な投与方法よりも、効果が期待できると考えています。お悩みの方は、ぜひ一度お試しください。



「ツボ」とは？

東洋医学では、全身を巡っている「けいらく経絡」という気と血の通り道の上にある治療のポイントを「ツボ」と呼びます。肩こりのツボは、風池、天柱、肩井などが知られていますが、実際には手で触れて注射する部位を決めます。

Aさん 40代男性

1回目から、ツボに当たるとズーンとくる「得気」という現象が現れ、「すごくよく効いた!!」と大変喜ばれました。その後も打つたびに効果を実感されていました。

Bさん 50代女性

対照的に、初めのうちは「効果がよくわからない」「かえって首のこりが強くなったかも」とおっしゃっていましたが、あきらめずに続けるうちに、次第に効果を実感される様になりました。この様な状態を東洋医学では「好転反応」と呼びます。

「とつき得気」とは？

注射がツボに当たると、ズーンと重い感じがしたり、「ひび響き」と表現される感覚が得られることがあります。一般に得気があると効果も強く現れます。

「こうてんはんのう好転反応」とは？

東洋医学では、病気が改善する過程でかえって症状が悪化する様に感じられる時があり、それを好転反応と呼びます。悪化したと感じた時に治療を中断すると改善も得られませんので、すぐに中止しない忍耐が必要な場面です。

肩こりの治療

肩と首なら、1回3~4アンプルくらいを、1~2週に1度くらいの頻度で、まずは、5~10回試してみることをお勧めします。効果が実感できなければ一度中断して様子を見るのもいいかもしれません。これくらい行えば多くの方は何らかの改善を感じられます。首の注射の直後には「見え方がすごくクリアになる!」とおっしゃる方も多々おられます。東洋医学的には、肩・首と目には経絡による「つながり」がありますが、それを思い起こさせられます。プラセンタの治療は、1, 2回で効果がないとあきらめてしまうのはもったいないのです。

くま眼
ワンポイント

腰痛も肩こりも、「痛みやこり」の原因として意外な難しい病気が潜んでいることがあります。プラセンタ治療による効果があっても、結果的に難病の発見を遅らせることになってはいけませんので、一度整形外科で診ていただき、他の原因が無いことを明らかにしておくことも安心につながります。

プラセンタ治療

1アンプル
¥1,100 (税込み)
自費診療
となります

目からウロコ

保険証が変わる?

ニュースで取り上げられることも多く、ご存じの方もおられると思いますが、2023年4月より、「健康保険証の代わりにマイナンバーカードを用いて患者さんが受診できる制度」が義務化されることになりました。現在、医療機関ではその準備に大わらわ。当院もです。

「顔写真付きマイナンバーカード」が、保険証として使えるようになります。



現在、病院や薬局などの医療機関では、「オンライン資格確認」というシステムの導入を進めていて、紙の保険証での受診が近い将来できなくなると広報しています。マイナンバーカードは、「個人情報を守られるのか」という不安などから、これまで普及は低調でしたが、行政手続きのオンライン化を進める上で、政府は「顔写真付きマイナンバーカード」の取得を推進しています。皆様もご準備をお願いします。

どの様になるのですか?



メリットはありますか?

- 1 「マイナポータル」というアプリを入れると、特定健診情報、診療、薬剤情報や医療費のことなどがスマホで閲覧できます。
- 2 就職、転職、引っ越しなどがあっても、健康保険証として『ずっと使えます』。
- 3 お薬手帳を忘れても大丈夫！他の医療機関で処方された薬などを、次に受診した医院・クリニックでも知ることができます。



マイナポータル

●詳しくは、厚生労働省のHPに公開されています
マイナポータル <https://myna.go.jp/>

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 2022.12月28日(水)~2023.1月4日(水)

	月	火	水	木	金	土	日・祝	診療時間
午前	○	○	休診	○	○	○	休診	9:30~13:00
午後	○	○	休診	○	○	休診	休診	15:00~18:00

☎ 03-3910-2472

〒170-0003 東京都豊島区駒込6-26-16 サカガミビル2F

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

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。

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)