



個室完備

八王子市特定健康診査受診券で 人間ドック・脳ドックが受診できます！！

平成29年度も多くの方の反響をいただきました、『八王子市特定健康診査受診券』を使用しての人間ドックについて、今年度も6月から実施いたします。昨年度から、人間ドックの他に脳ドックも対象になっております。(通常料金 人間ドック:37,800円 脳ドック:39,000円)

普段なかなか人間ドックを受ける機会がない方や、特定健康診査では受けられない消化器系の検査(胃レントゲン線検査や腹部超音波など)/脳ドックを受けられたいといった方は、是非ともこの機会に受診してみたいはいかがでしょうか。

Q. 費用はいくらかりますか？

人間ドック

受診券を利用すると・・・

65歳以上 27,800円(税込)
64歳以下 29,800円(税込)

A.

脳ドック

受診券を利用すると・・・

65歳以上 29,000円(税込)
64歳以下 31,000円(税込)

Q. オプション検査は
何ができますか？

A.

子宮(腫瘍コラー・内診)
乳房(視触診・マンモグラフィ)
肺(CT・喀痰細胞診)
血液検査 等

オプション検査の血液検査は、腫瘍マーカーやピロリ菌抗体、アミノインデックスなどです。

よくある質問

Q & A

Q. 人間ドック・脳ドックの検査内容は
どのようなものですか？

人間ドック

診察・聴力・視力・眼底・眼圧・尿・便
血液・安静時心電図・胸部レントゲン
肺機能・腹部超音波・胃部レントゲン

脳ドック

診察・視力・眼底・眼圧・尿・血液
安静時心電図・胸部レントゲン
頭部MRI/MRA・頸動脈超音波

おわりに

詳細につきましては、八王子市より送付されます特定健康診査のご案内にて確認ください。予約や検査内容のお問合せは、人間ドック担当までお気軽にご連絡ください。

☎042-663-0519(直通)

医療法人社団 永生会



南多摩病院広報誌

平成30年 5月 第18号

みなみ じゅう せい
南 十 字 星

発行・編集 / 南多摩病院 広報誌作成委員会 042-663-0111(代表)

〒193-0832 東京都八王子市散田町3-10-1



眼の様々な不快症状 ～ ドライアイのお話 ～

眼科部長 鈴木 克彦

下記のような眼の症状はありませんか？症状がいくつも当てはまるようでしたら、ドライアイが原因かもしれません。

ごろごろする
しょぼしょぼする



疲れる
眼が重い



光がまぶしい
かすんで見える

涙が出る
眼が乾く



鈴木 克彦 医師

ドライアイってどんな病気？

ドライアイと聞くと「眼が乾く」と思われがちです。間違いではありませんが、眼が乾くと感じるドライアイの人は少数です。眼が乾くといって受診する人よりも、「眼が疲れる」、「何となく眼が不快」といった症状で受診する人が多いのが特徴です。乾くだけではなく、上記の様々な症状を引き起こします。2016年、ドライアイ研究会によると

『ドライアイとは、様々な原因にて涙液層の安定性が低下する疾患であり、眼不快感や視機能異常を生じ、眼表面の障害を伴うことがある』と定義されています。簡潔に状態を表すと右のようになります。



眼の表面の涙が乾きやすい
(乾く時間が早い) 状態



眼の表面、特に結膜(しろめ)
に傷が多い状態



写真解説

角膜
(くろめ)

緑色に見えるのが
涙です



涙が蒸発して
無くなっている場所
です

角膜と結膜(しろめ)の境界線



しろめに出来た傷で、点状の傷が数多く集まった様子です。

ドライアイの原因は？

1 涙量の減少や成分の変化

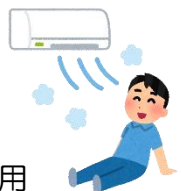
涙腺(涙を作る場所)の異常を起こすような病気

- ・シェーグレン症候群
- ・リウマチ/膠原病など



3 涙が蒸発しやすい

- ・乾燥した空気
- ・エアコンの風
- ・職場環境
- ・コンタクトレンズの使用



2 瞬きの減少

VDT (visual display terminal)
いわゆるパソコン・スマートフォン・TVゲームなどの長時間使用



4 その他

- ・眼の手術後、特にレーシック後
- ・放射線治療後
- ・骨髄移植後
- ・結膜弛緩症 など



これらのような様々な原因が組み合わさって、ドライアイになります。

ドライアイの治療

基本的な治療は**点眼剤(目薬)**です。例示している点眼剤に加え、その他人工涙液点眼剤などを単独もしくは併用して治療していきます。どの点眼剤が良いかは、ドライアイの原因によって変わります。

さらに、点眼回数/点眼がしみる/点眼の味が苦いなど、各点眼剤によって特徴があります。

治療に用いる点眼剤のご紹介

<ドライアイ専用点眼剤>

ドライアイ専用点眼剤は、ドライアイの患者様のために開発された目薬です。涙の質を改善する成分の分泌を促します。



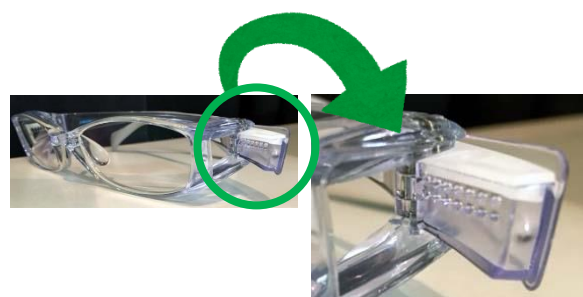
<ヒアルロン酸含有点眼剤>

ヒアルロン酸含有点眼剤は、角膜保護の効果が、傷ついた角膜の治療や、傷をつけないために予防にも用いられます。

症状を和らげる工夫をしましょう

それでは、自宅で出来るドライアイ症状を和らげる方法をお話します。当たり前ですが、眼が疲れたら休憩しましょう。テレビやパソコンの画面は目線が下になるようにするのが良いでしょう。また、加湿器を設置する、濡れタオルを室内に干す、ストーブでお湯を沸かすなど、部屋を加湿することも効果的です。

また、ドライアイ用の眼鏡を使用する方法もあります。写真のように眼鏡の上下左右の部分が覆われていて風が入りにくいようになっています。フレーム側面に水を入れるタンクがあり、これによって眼鏡の内側の湿気を増やして眼の乾燥を防ぐようになっています。点眼と少しの工夫をして、自宅で楽に過ごせるようにして頂ければと思います。



最後になりましたが、南多摩病院眼科ではここまでお話した方法でドライアイを治療しています。症状がある方は、一度眼科の受診をおすすめします。



正しい目薬の使い方

医療技術部 薬剤科

目薬とは・・・

目の病気の治療や目の疲れ・かゆみなどをやわらげるために、直接目に使用してお薬です。開封されるまでは無菌状態ですが、直接目などに触れると目や二及び涙液などが吸い込まれて汚染され、浮遊物や濁りを生じる場合があります。

そこで、今回は目薬の使用方法・保管方法についてお話しします。



使用方法

点眼前に次のことを確認しましょう！

- ① 目薬ですか？
- ② 自分のものですか？
- ③ 品名は間違っていないですか？
- ④ 使用期限は過ぎていませんか？
- ⑤ 浮遊物や濁り、変色はないですか？
- ⑥ 容器の先やキャップに粉のようなものが付いていませんか？

目薬と似た容器を用いた水虫薬やリネックス 洗浄剤と間違えないよう注意してください。

また、目薬を共用したりしてはいけません。複数の目薬を使用している場合、品名の確認は特に注意が必要です。開封後は速やかに使用しましょう。



⑤の状態が見られたら、使用せずに薬局やメーカーにお問合せください。

⑥の粉のようなものが確認できたら、それは薬液が乾いて固まったものですので、清潔なガーゼ等で拭き取りましょう。

STEP 1. 手洗い



基本ではありますが、手を綺麗に洗いましょう。

STEP 2. 注意点

- 2種類以上の目薬を使用する場合は、5分以上の間隔を空けて点眼しましょう。
- 間隔を空けずに点眼すると目薬の効き目が下がる場合があります。



STEP 3. 点眼

- 下まぶたを指で下に引き、上を見るように傾けます。もう片方の手で目薬を持ち目に触れないように点眼します。点眼回数等は用法・用量に従って下さい。
- 点眼した後は、しばらく目を閉じるか目頭を軽く抑えましょう。
- 目から溢れた薬液は、清潔なガーゼやティッシュで拭き取りましょう。



保管上の注意

POINT 1 直射日光を避ける

涼しい場所に保管しましょう。遮光袋が付属している場合は、必ず袋に入れて保管してください。



POINT 3 凍結させない

凍結すると薬液が変質する場合がありますので、使用しないでください。



POINT 2 防虫剤・湿布薬の近くに置かない

防虫剤及び開封した湿布薬等の揮発成分が目薬に浸透し、刺激を感じることがあります。



POINT 4 湿気を避ける

容器にカビ等が付く場合があるため、風呂場や洗面台などの湿気の多い場所に置かないようにしましょう。

