



谷藤EYE通信

医療法人泰明会 谷藤眼科医院 盛岡市前九年二丁目2-38
URL <http://www.5d.biglobe.ne.jp/~tanieye/>

平成18年(2006年)
4月・5月・6月号

No.19

Tel : 019-646-2227
Fax : 019-645-3811

困難な時代

院長 谷藤 泰寛

小泉流の規制緩和、経済財政諮問会議主導の政治路線が各種の波紋を広げている。ライブドア関連の事件や建物偽装事件はこの一端であろうが、医療分野においても危険な分岐点に差し掛かっているのではないかと思う。

4月からの診療報酬改定で眼科領域への影響は、コンタクトレンズ診療にかかわる費用の大幅な削減と包括であり、コンタクト診療を主としている診療所の場合には、検査料が一般診療所の約半分193点、再診が56点となっており、再診時コンタクト処方のみの場合には、保険がきかない自由診療となるようである。こうした診療費用の削減と合理化が歪んだコンタクト診療の是正と新たな診療技術や治療の評価に繋がることを期待したい。

話が飛ぶが、各種の共済組合が行っている休業補償等に対する規制や、財政再建のためという診療費の自己負担増は、どうも米国商工会議所筋の要求によるものであって、新医療技術や高価格薬品の混合診療化とともに、外資も含めた保険業界などに新たな市場を提供する目的であろうといわれている。つまり負担しきれない自己負担分を目的とした新たな民間保険の獲得であろうか。しかし、一般的には高齢になって有病率が上がってから、これを保障する新たな保険に入ることは不可能に近い。どうやって自己防衛を考えるか。高齢者にとっても医師会にとっても、困難な時代の幕開けであろうか。



ポルトガルの青いタイルで有名なアベイロの海岸コスタ ノバの魚市場で。

地物の魚介類が生のまま売られている。かわいい少女と対照的なたくましい体躯の働く女性。

今年の冬は記録的な大雪に見舞われ、毎日が大変な日々であったと思います。秋田出身の私でさえ今年は生まれて初めての大雪で、昨年末から実家では雪かきに追われる日々でした。少しずつですが、やっと暖かい気候となってきました。患者様一人一人が体調を崩さずに元気で過ごされますようお祈り申し上げます。

さて、先日学校保健委員会に出席し、学校医として質問をいただきました。これは外来でもお母様よりよく受ける質問でもあるのですが、「TVゲームのやり過ぎで近視になったのでしょうか？」という質問です。TVゲームや最近流行のポータブルゲーム、コンピューターなどを長時間見ていると、**眼精疲労による充血やかすみ目、乾燥（ドライアイ）、視力低下**などの症状が起こります。近視の原因はもともとよくわかっていませんが、**遺伝的な要素と環境が複雑にからんで近視になると**考えられています。TVゲームに熱中しても、近視になる子とならない子がいるわけで、目を使いすぎると必ず近視になるとは限りません。

ただし**近業が多い生活環境だと近視になりやすい**ことは確かなようです。勉強、読書、テレビ、ゲームなど、現代っ子は近業中心の生活を送っています。ですから逆に近視は現代の生活に適応した状態といえるのかもしれませんが。

そこで「近視を予防する方法はないのでしょうか？」という質問もよく受けます。完全に予防することは不可能ですが、**目に負担のかからない生活を送ることが大切**です。

*目の疲労を防ぐために、1時間机に向かったら5分から10分は目を休ませる（コンピューターゲームなどは40分以上続けない）

*部屋の照明は明るすぎたり暗すぎたりしないこと（机に向かうときは部屋の明かりといっしょに、スタンドをつける）

*正しい姿勢で勉強や読書をするよう心掛ける（背中をまっすぐにして少し頭を前にかたむけた姿勢で、目と本の間を30cmくらい離す）

といったことを守っていただくしかないと考えます。

また「近視は治せますか？」という質問もよく受けます。近視はメガネやコンタクトレンズを使わないで治すのは困難です。（近視になりかけの仮性近視〔調節緊張症〕に点眼薬を用いる治療法があります。最近、近視の手術的矯正法〔LASIK〕が発表されていますが、学童時期に適応はありません。）近視は**成人（20代の後半）まで進行する**のがふつうです。進行を防ぐには、先に示した生活の注意を実行するくらいしか手だてはありません。確実な方法とはいえませんが、子どもの目に悪い環境は改善するように努力しましょう。

なかには近視を悪い病気のように考えている人がいますが、遠いところが見えにくいだけのふつうの目です。近視を特別視しないことが重要です。



星と目の関係

視能訓練士 谷藤 はる香

犬の散歩をしながらふと夜空を見上げると、北斗七星を見つけました。

北斗七星の柄のカーブをのぼすとオレンジ色の星が見つかります。さらにカーブをのぼすと白く明るい星にたどりつきます。この曲線が「春の大曲線」です。オレンジ色の星は、うしかい座のアルクトゥス。白い星はおとめ座のスピカ……。

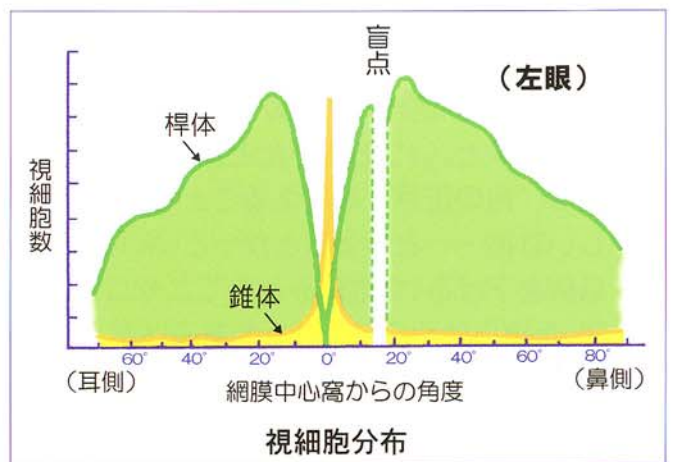
オレンジ色や青白い星とともに、見ようとすると消えてしまう星があるのはなぜでしょうか。この現象は目の細胞に関係があるようです。

ひとつめは、明るいところではたらく「^{まいたい}錐体」^{ちゅうしんか}です。錐体は視力に最も関係する眼底の中心窩と呼ばれる場所に凝縮しており、色や形の認識をおこないます。

ふたつめは、暗いところではたらく「^{かんたい}桿体」です。この細胞は眼底の中心窩以外に広く分布し、おもに明暗の認識をおこないます。片目で錐体は約1000万個弱。桿体は約1億個もあるといわれています。

明るい星では錐体細胞がはたらくため色がわかりますが、暗くてわずかに光る星では、中心窩よりはずれた位置にある桿体細胞がはたらくので、しっかり見ようとして中心窩でとらえると、星が消えてしまう現象が起こるといわれています。

夜空を見上げるときには、ちょっと視細胞を意識してもおもしろいかもしれません。ただしまだまだ肌寒いので、風邪にはご注意ください。



(中山書店 眼科学大系第1巻 眼科診断学・眼機能 P303より)



「我が家の愛犬」

受付事務 相内 有沙

今年は成年ということで……。

我が家には、今年で7歳になる犬がいます。生まれて1週間くらいで来ました。(まだ目がほとんど見えていないままでした)慣れるまでは毎日夜泣きや、いろんなイタズラしたり、部屋中荒されて躑が大変でした。去年は、足の怪我で立てなくなってしまい心配しましたが、今は元気に走り回れるまでに回復し、安心しています。

実家に帰るとすごく懐いてくれるので大変嬉しく、これからも元気に長生きして欲しいと思います。



先日、何気なくことわざ辞典を見ていました。“目”に関することわざもたくさんあります。身近なことと関連させ結構楽しんでいました。

【目は心の鏡・窓】〔目にはその人の心、気持ちがよく表れる〕

確かにその通り。そうそう、子供の目はとても綺麗でまっすぐだよなあ。

【目に入れても痛くない】〔可愛くてたまらず、子や孫を溺愛するさま〕

気持ちはわかるけどほどほどに頼みます。じいさん、ばあさん。

【目で見て口で言え】〔自分の目で確かめてから言いなさいということ〕

気をつけないとね。トラブルのもとになるから。でも結構思い込みって多いんだよね。

【目から耳に抜ける】〔目で見ていてだけで、頭の中に何も残らないこと〕

我が家の長男坊だな。

【目よりも耳で妻を選べ】〔妻をめとるには、容姿よりも人柄の評判を耳で確かめてから選びなさい〕

ほおー！これは女性にも言えることすな。

【目の正月】〔珍しいもの、美しいものを見て楽しい思いをすること〕

なるほど。いつもこうだと良いですね。そう！多くの患者さんが病気を克服して、視力を回復し、“目の正月”を迎えることができたらいいなあ。そのために少しでも力になればうれしいなあ……とちょっとかっこいいことを考えていると、脇から覗いていた次男が「ねえ、目尻を下げる(女性にみとれてニヤニヤするさま)だって。お父さんもそうなの？」……「まあ、たまにはそういうこともあるけど。へっ」ん！？何か視線を感じ前を見ると、『へえ～、そうなんだ。私の前では目尻下げないじゃない？』と言わんばかりの妻の“心の窓”が……。

お知らせ

4月1日(土)～ 診療報酬・薬価改定

4月8日(土) 平成18年度日本眼科医会第1回理事会；院長出席予定

4月13日(木)～16日(日) 第110回日本眼科学会総会

15日(土)～16日(日) 第44回日本眼科学会(大阪国際会館)

4月22日(土) 第311回岩手眼科集談会

5月13日(土) 平成18年度日本眼科医会第2回理事会；院長出席予定

5月20日(土) 第28回眼科コメディカル試験(盛岡市医師会館)

6月11日 谷藤眼科医院開院記念日(25年)

6月16日(金)～18日(日) 第45回日本白内障学会・

第21回日本眼内レンズ屈折手術学会；(東京国際フォーラム) 院長出席予定

報 告

1月4日(水) ～入院患者様用食器すべてをリニューアル

1月14日(土) 平成17年度日本眼科医会第6回理事会；院長出席

1月21日(土) 第310回岩手眼科集談会(盛岡市)；院長・副院長(姜)

谷藤はる香・三浦早弥香出席

1月27日(金)～29日(日) 第29回日本眼科手術学会(東京都)；院長・副院長(姜) 出席

2月4日(土) 日本眼科医会第7回理事会；院長出席

2月16日(木)～19日(日) 職員研修

3月23日(木) 消防(避難)訓練