

つじなか便り



第277号

発行日

R1.10.1

発行

辻中医院

編集担当者

山田 明日香

○診療時間 眼科 月・水・金 → 午前(9時~12時) & 午後(3時半~6時半)

火・木・土 → 午前(9時~12時)

内科 月・火・木・金 → 午前(9時~12時) & 午後(4時~7時)

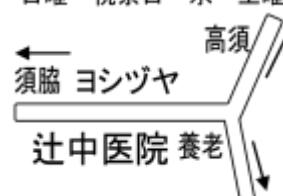
土 → 午前(9時~12時)

○休診日 眼科→日曜・祝祭日・火、木、土曜日午後 内科→日曜・祝祭日・水・土曜日午後

○ホームページアドレス <http://www.tsujinaka.jp>

つじなか便り ← 検索

○Eメールアドレス tsuji_con@mti.biglobe.ne.jp



11月の休診のお知らせ

11月21日(木)・22日(金)

都合により眼科休診とさせて頂きます。

ご迷惑をお掛けしますがよろしくお願ひ致します。

未来予想図

院長 辻中まさたけ

香川医科大学(現香川大学医学部)を卒業してからすでに30年以上が過ぎた。

当時は学生全てが海千山千の立場であったが、すでに淨玻璃の鏡の前におたちになられた元学生も散見される。一方で、頑張って大学の教授になったり、大きな市の市長になったりしたものもある。当時に戻って彼らと未来の話ができる能力が院長に備わっていればと思うのだが・・・。

(次ページへ続く)

私、最近、株主優待券を使用して「バーミヤンの火鍋」1,680円食べ放題にハ

マっている、こんな未来は学生時代に予想もしていなかった。



令和元年9月24日

高尿酸血症について

副院長 二村直樹

健診や人間ドックでは血液中の尿酸が測定されます。血中の尿酸が高くなっておこる代表的な病気は痛風です。尿酸の正常値は7mg/dLまで、これを超えると異常と考えましょう。尿酸は7mg/dLまでは血液中に溶けていますが、これを超えると結晶になる傾向があります。血液中の尿酸が増えると溶け切らない過剰な尿酸が結晶化して関節に溜まります。関節に溜まった尿酸塩結晶は痛風発作の原因となります。痛風発作は足の親指の付け根に起こりやすく、足の親指の付け根が赤く腫れて激しく痛みます。高尿酸血症によっておこる他の病気として、慢性腎臓病、尿路結石などもあります。

尿酸は、食品中や体内の細胞の中にある<プリン体>という物質が主に肝臓で代謝されて生じた老廃物です。尿酸が増える食事は肉類、えび、いわし、かつおなどが代表的です。食べ過ぎないようにしましょう。

野菜や海藻類の摂取は尿酸を低下させるので積極的に摂りましょう。牛乳や乳製品も尿酸を低下させます。水分を多くとて尿量を増やすことは尿酸低下に有効です。水やお茶などの無糖飲料がおすすめです。肥満も尿酸値に悪影響を与えますので食べ物全体として食べ過ぎない、体重を適切に保つことが大切です。アルコール類ではビールがプリン体を多く含みます。アルコール自体に尿酸値を上げる働きがありますのでアルコール類は控えめにしましょう。高尿酸血症ではこれらの生活習慣に注意して改善しましょう。

(次ページへ続く)

往診・訪問診療について

往診・訪問診療をご希望の方は
院長までご相談ください。

高尿酸血症では尿酸を下げる薬物を使用する場合もあります。症状のない高尿酸血症の場合、他の生活習慣病（高血圧、高脂血症、糖尿病、肥満など）を合併しているかどうかなどを考慮して8mg/dl～9mg/dlを超えた場合に投薬することが一般的です。

<右親指付け根の痛風>



令和元年9月23日

新しいコンタクトレンズが入荷しました！

40代以上はいまや全人口の40%占めており、日本は早いスピードで高齢化が進んでいます。そんな一方で40代前半をピークにコンタクトレンズの装用人口は減少していました。なぜなら今まで老視が原因でコンタクトレンズでは満足する見え方が得られませんでした。こんな悩みを持たれている患者さまへ画期的なコンタクトレンズが発売されます。



§ § § エアオプティクス®ハイドラグライド®マルチフォーカル § § §

目に必要な酸素を多く届ける素材を使用することで健康的にご使用でき、さらには最新のレンズ光学デザインで近くから遠くまで自然でクリアな見え方を体験することができます。11月から発売予定です。お試しができますので当院スタッフへお問い合わせください！ 当院販売予定価格 ￥3,100(税込)

アルコン

勉強会がありました！

大塚製薬の新谷さんより、緑内障治療点眼薬「ミケルナ」の勉強会がありました。

緑内障は、日本では40歳以上の20人に1人が発症しており、視覚障害の原因の第一位といわれています。当院にも多くの患者さんが通院されています。

緑内障は進行を抑えるために、眼圧を下げる治療を行います。「ミケルナ配合点眼液」は緑内障・高眼圧症の治療薬で眼圧を下げる薬剤です。特徴は、①1日1回製剤同士を配合。1日1回で優れた眼圧低下効果を示す ②防腐剤無添加のため角膜に優しい ③室温で保存が可能なことです。点眼薬は少ない本数で効果が出ればそれに越したことはありませんが、症状によって変更や追加をしていきます。配合薬は薬の種類を減らし、患者さんの負担を減らすことができます。

緑内障は失明につながる病気ですが、8~9割の患者さんが未受診といわれています。早期判断・早期治療が大変重要であると学びました。

文責 平野



院外処方箋のお話

当院では、かかりつけの薬局で薬をいただける院外処方箋の発行をおこなっております。
ご希望の方は、受付までお申し付けください。