

月刊 まつなみ

発行2009年12月1日



木曾三川公園 西宮町 堀 庄一 撮影



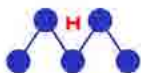
2009

No.122

12

December

●発行●



松波総合病院

羽島郡笠松町田代185の1
TEL.058-388-0111(代)

社会医療法人 蘇西厚生会

理念

私たちは、地域中核の社会医療法人として地域住民の皆様へ、安全で質の高い医療・福祉を効率的かつ継続的に提供する。

基本方針

私たちは、医療における安全を重視し、患者様中心の根拠に基づいた医療・福祉サービスを提供します。

私たちは、患者様や利用者様のプライバシーを守り、権利を尊重します。

私たちは、経営の安定と組織の活性化を図り、職員の働きがいと生活が安定し向上するよう努力します。

目次

- コンタクトレンズは諸刃の剣？
- 歯磨剤(歯磨き粉)について
入浴の3大効果
- 阿部慎之助さん(時のひと)
お知らせ

コンタクトレンズは諸刃の剣？



眼科部長 松波 智恵子

角膜感染症のおよそ40%強がコンタクトレンズ（以下CLと記す）装用によるものということをご存知でしょうか？CL装用人口は徐々に増加し、今や、CL関連角膜感染症は若年の視機能に恒久的な障害をもたらすうる重大な問題となってきています。

CLは眼鏡のような外見の変化が無く、またフレームによる視野の障害のない非常に有用な視力矯正用具です。しかし、眼鏡と同じようにとても気軽に使用している人を多く見受けまます。CLはそのものを直接眼球の角膜に接触させるわけで、その扱い方、装用の仕方によっては、直接角膜障害をおこし、深刻な角膜感染症となりうるのです。

装用時間、期間が長くなったり、洗浄、消毒がいいかげんであったりすることが原因となりえます。菌が付いたCLを目に入れることになりまますし、また弱った角膜に菌が巣を作りやすくなるのです。

点眼、軟膏、点滴などで治療しても原因菌が耐性菌であったりすると治療に抵抗し（緑膿菌やアカントアメーバが増加）、感染症が治らないこともあり、そればかりか、さらに全身に菌が波及しないようにするために眼球摘出に至ってしまうこともあるのです。



角膜感染症 症例1



角膜感染症 症例2

そこで以下の事項を守って、CLを使用してください。

- ①手洗いをよくして清潔な手指で取り扱う。
手洗いせずにCLを触ると手指に付いている菌が角膜に付くことになります。
- ②コンタクトレンズの保管ケースを清潔にする。
ケースが不潔だと菌に汚染され、その菌がCLに付着します。
- ③CLの洗浄消毒を決められた方法でしっかりやる。
CLに菌が残ったまま装用することになってしまいます。
- ④装用時間が長時間にならないように、またCLの装用期間を守る。
装用時間が長くなると角膜上皮が弱り菌が付着しやすくなります。またデイスポのCLの期間を超過すると、CLを洗浄しても菌が残りやすくなります。
- ⑤CLは眼科医の検査診察を受けて処方してもらいましょう。

角膜に障害があったり、結膜その他に感染症があるのにCLを装用するのは危険です。

②、③、④のことを考えると、毎日新しいのを装用して毎日捨てるという、ワンデイデイスポがお勧めです。

以上のことに気をつけてCLを使用し、快適な生活を送っていただきたいと思います。

これをお読みになった方は、是非お子様やお孫様にもお声をかけて注意を喚起していただけるといいですね。

角膜感染症って どんな症状が出るの？

角膜感染症が起きると様々な症状が出ます。目のごろごろ感、痛み、まぶしさ、涙っぽくなる、白目のところが赤くなる、見にくくなる、などの症状が出ます。感染症が重症化すると角膜が白っぽく濁り失明することもあります。



目が痛む



白目が赤くなる



涙がポロポロ出る

歯磨剤(歯磨き粉)について



歯科衛生士 杉野 絵里佳

『みなさん、日頃どのような
歯磨剤を使用していますか?』

今回は、歯磨剤についてご紹介させていただきます。まず、歯磨剤には様々な分類があります。

■法的位置づけによる分類 化粧品(基本成分だけで構成されるもの)
医薬部外品(基本成分に加え、薬効成分を含むもの)

現在、市販されている歯磨剤の90%前後が医薬部外品(薬用歯磨剤)です。

■形状による分類

練り歯磨(ペースト状)



一般的に使用され、
研磨剤は粉歯磨の1/2
程度含有。

液状歯磨(ペースト状)



練り歯磨同様に、
研磨剤を含む。

液体歯磨



研磨剤を含まないため、
ブラッシング圧の強い場合
使用すると良い。
デンタルリンスともよぶ。

水歯磨(洗口剤)



洗口のみのため、
清掃効果に劣る。
お忙しい時に…。
マウスウォッシュともよぶ。

粉歯磨



現在はほとんど生産
されていない。
研磨性が高いことが
特徴。

泡状タイプ



研磨剤を含まない。
使用量も少なくても良い
ことから、洗口困難な
場合にも使用可能。

■薬効成分による分類 虫歯予防を目的とするもの(フッ化ナトリウム、モノフルオロリン酸ナトリウムなど)
歯周疾患の予防・治療を目的とするもの(トラネキサム酸など)
その他(口臭を予防、歯の漂白、)知覚過敏の緩和作用など)

これら多くの種類の歯磨剤の中から、ブラッシング法や歯磨剤の効果を考えたうえ、歯に対する
摩耗性の少ないものを適切に使用しましょう。

『最後にみなさん、いつもどのくらいの
量の歯磨剤を使用していますか?』



『どうでしょう? 付け過ぎてませんか?』



入浴の3大効果

浮力効果

入浴中は浮力の効果で重さが
1/9程度になります。
軽くなった身体は筋肉の緊張
がほぐれ、脳への刺激が減少
して、心も開放されていきます。



温熱効果

温められた身体は
血行が促進され新陳代謝
が活発になり、体内の
老廃物が取り除かれます。



水圧効果

入浴によって受ける水圧は、
ウエストを3~6cmも縮めて
しまうほど。足にたまった
血液が押し戻されるので、
滞りがちな血行が促されます。

