



内容目次

- ・土用の丑の日
- ・緑内障ってこわい病気ですか？
失明するのですか？
- ・インフォメーション
- ・外来診療表



発行元 地方独立行政法人さんむ医療センター
広報編集委員会
<http://www.sanmu-mc.jp/>



土用の丑の日



土用の丑の日といえば、ウナギですが、そもそも“土用の丑の日”？と不思議に思ったことはありませんか？私は子供の頃“土曜の牛の日”なのにウナギ？と不思議に思った記憶があります。それはさておき、土用とは季節の変わり目を意味する言葉で立春、立夏、立秋、立冬の前の18日間をさしています。その18日間に十二支を割り当てて丑の日を“土用の丑の日”と呼ぶようになったそうです。18日間に十二支ですので、数年に一回、ひと夏に土用の丑の日が2回あることがあります。むしろ1年間に何度も土用の丑の日はあるのです。ではなぜ夏の土用の丑の日には鰻？ということになります。これは諸説ありますが、丑の日に「う」の付くものを食べると良いと昔から言い伝えがあり、江戸時代の夏の暑い日に鰻が売れなくて困っていた鰻屋がその言い伝えに困んで宣伝したことがきっかけという説があります。また奈良時代の歌人が万葉集に、栄養満点の鰻を食べれば暑い夏を乗り切れる！という趣旨の詩を残したとも言われています。

今年の土用の丑の日は7月29日。うなぎは夏バテに有効なビタミン群等を豊富に含んでいますが高脂肪・高カロリーな点には要注意。食べすぎには十分注意してくださいね。

ちなみに養殖の鰻は夏(7月)、天然の鰻は秋～冬(10～12月)が旬です。



緑内障ってこわい病気ですか？失明するのですか？

緑内障の疑いがあるとお話しますと、患者さんによく聞かれます。でも決してそうではないとお答えしています。

緑内障は視神経が変化し、視野（見える範囲）に異常がみられますが、眼圧（眼のかたさのようなもの）を下げることで、進行を防げることができる病気です。

先に視神経の変化があり、症状が出ない時期もありますので、緑内障を見つけるきっかけは、人間ドッグや検診、他の症状で眼科受診した際に偶然見つかることが多いようです。

視神経の変化とは、形が変わったり、出血したりとありますが、緑内障を疑うと次に最近では OCT（光干渉断層計）で客観的に評価できるようになりました。（当院にもあります）

そして次に視野検査をし、見えないところがないか調べます。

結果から緑内障となれば、点眼薬を始めていきます。点眼薬は眼圧を下げる薬を使います。

薬も以前に比べると沢山の種類がでていまして、一日に1回から2回ですむものがほとんどですし、配合剤といって2種類の作用が1本になっている薬もあります。（でも忘れないでつけることが大切）

手術はありますか？とよく聞かれますが、手術はあります。でも、薬だけでは効果がない場合に眼圧を下げるために行うものです。残念ながら手術しても見えるようになるわけではないのです。というところわい病気になってしまいませんか？でも今は薬だけで、一生見え続けられるように、薬の種類は増えてきています。

緑内障は、多治見市で検診を行った結果 40 歳以上では 5.0%の患者さんがいることがわかりました。そんなにめずらしい病気ではないのです。

でも早めにみつけることが必要な病気だとは思いますが。

自分の眼の中は自分では見られませんから、私達眼科医がみて、一生不自由のない視機能を保てるようお手伝いしたいと思っています。

さんむ医療センター 眼科 榎原亜希子

インフォメーション

1. 外来について

◆外科外来

平成26年6月2日より月曜日の診療受付(予約外)を下記のとおりとさせていただきます。

◎毎週月曜日のみ(受付機では受付できません)

乳腺疾患・・・・・・外科受付(受付は午前8時から総合受付)

乳腺疾患以外・・・・内科受付

※ご不明な点は総合受付にお問い合わせください。

誠に申しわけありませんがご理解、ご協力をお願い致します。

2. 休診について(7/1 現在)

7月 7日(月)	整形外科	石川医師休診
7月16日(水)	和漢診療	休診 9日に変更
7月17日(木)	外科	千葉医師休診
7月18日(金)	外科	千葉医師休診
7月22日(火)	内科	瀧澤医師休診
7月24日(木)	内科	瀧澤医師休診
7月28日(月)	小児科	氷見医師休診
7月28日(月)	眼科	古山医師→半田医師に変更
7月29日(火)	小児科	氷見医師→石田医師に変更
7月30日(水)	眼科	古山医師休診
7月30日(水)	皮膚科	休診
7月30日(水)	耳鼻科	休診
7月31日(木)	神経内科	伊藤医師休診
7月31日(木)	小児科	氷見医師休診
8月 1日(金)	皮膚科	休診

(変更する場合があります。休診等の情報は、北棟1階の掲示板をご覧ください。)

お問い合わせ先

地方独立行政法人

さんむ医療センター 地域医療連携室

住所: 〒289-1326 千葉県山武市成東 167 番地

TEL: 0475 (82) 2521 FAX: 0475 (82) 3354

