

各相談室・検査の連絡先

- 緩和ケアセンター Tel/088-633-7457 (Fax兼用)
- PET/CT検査 Tel/088-633-9106 Fax/0120-335-979
- セカンドオピニオン外来
Tel/088-633-9654 Fax/088-633-3978 ※完全予約制
- 女性外来 Tel/088-633-9177 (Fax兼用) ※完全予約制
- 遺伝相談室
Tel/088-633-9218 Fax/088-633-9219 ※完全予約制
- 臨床試験管理センター
Tel/088-633-9294 Fax/088-633-9295
- 補完代替療法室・おくすり相談室
Tel/088-633-7960 Fax/088-633-7961 ※完全予約制
- アンチエイジング医療センター
Tel/088-633-9160 Fax/0120-335-979 ※完全予約制
- 美容センター Tel/088-633-7047 (初診)
088-633-7903 (再診施術) ※完全予約制

編集後記

いよいよ夏本番です。今回の特集は、「夏の病気」を取りあげました。暑いとつい冷たいものを取りすぎてしまいがちですが、食生活に充分注意して夏を上手に乗り切りましょう。(再開発推進室 森)
平成19年度に着工しました西病棟は9階まで鉄骨が組上がり、平成21年10月開院に向けて順調に工事が進んでいます。

発行者 病院長 香川 征

編集委員長 楊河 宏章

編集委員 苛原 稔 居山 勝重 宮川 操 小西 竹生
篠原 千尋 武田 憲昭 田中 善文 濱岡 廣安
森口 博基 河野 文昭 柏原 聡也 岡村 誠介
竹内 麻由美 井上 千尋 森 裕之 武岡 一男

事務 総務課広報・企画部門 (088)633-7697

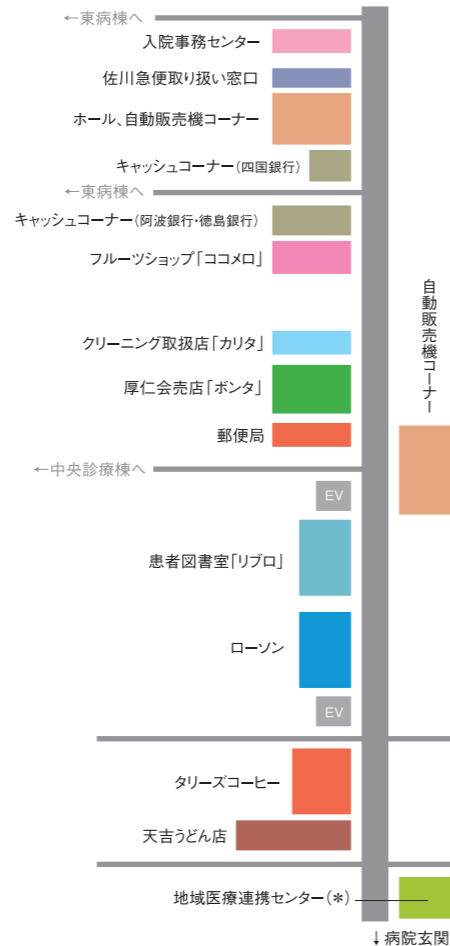
徳島大学病院
Tokushima University Hospital

<http://www.tokushima-hosp.jp/>

■ご意見のある方はこちらまでご連絡下さい。bsoumuss1@jim.tokushima-u.au.jp

病院内施設がますます便利に充実しています。

ホスピタルロード(病院1階)



(*)地域医療連携センター
Tel / 088-633-9107 Fax / 088-633-9107
088-633-9056

カラダもココロも健康に

いきいきらしいふ

no.20
2008.SUMMER

徳大病院だより



特集

夏に流行する“はやり目”、 集団感染を予防しよう!

■CLOSE UP

女性を中心に好発 “顎関節症”ってどんな病気なの?

■徳大病院ニュース

- ・平成20年度 徳島保健所管内集団給食施設協議会総会にて会長表彰受章
- ・超音波センター医師に第16回国際ドプラ会議
『Daniel Kalmanson's Award』最優秀賞
- ・総合案内・ご相談窓口が充実します
- ・治験に参加しませんか?
- ・徳島ピンクリボン集会:「徳島の女性を乳ガンから救うために」

■最新医療の現場

- ・「矯正歯科について」
矯正歯科長の田中教授にインタビュー
- ・「精神病の原因・病態の解明、薬の進化など脳の科学」
精神科・神経科・心身症科長の森教授にインタビュー

■食事のヒント

- ・メタボリックシンドローム対策

■何でもQ&A

- ・美容センターとは?

徳島大学病院
Tokushima University Hospital

夏に流行する“はやり目”

はやり目
(流行性角結膜炎)
とは？



目にウイルスが侵入することで感染する症状の激しい急性の結膜炎です。非常に感染力が強く、特に夏はプールでの集団感染が多く報告されています。約1週間の潜伏期間を得て発症し、突然目が腫れ充血し眼脂(めやに)が出るといった結膜炎の症状が現れます。その後黒目に白い斑点ができ、物がシャープに見えないという角膜炎の症状を伴うことがほとんどです。結膜炎の症状は約3~4週間で完治し、角膜炎の症状は軽い場合は約1ヵ月、重い時は完治まで半年~1年くらいかかる場合もあります。かかってしまうと完治するまでに時間がかかりますし、集団感染の可能性が非常に高い病気です。特に学校、会社、病院内での感染には十分注意し、他人にうつさないように、又はかからないように予防することが何よりも大切です。

流行時期

7~8月を中心とした夏期に流行。但し、ウイルスは1年中活動している。プールでの集団感染も多い。

好発年齢

小児から老人まで、誰でもかかる可能性がある。

主な症状

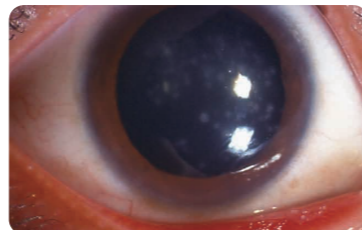
突然の目の腫れ、充血、サラサラとした白い目脂(めやに)が出る。その後、黒目に白い斑点ができ、物がはっきりと見えないなどの症状を伴う。

感染経路

接触感染。例えば感染者が目を触り、その手でドアを開ける。そのドアを他の人が触り自分の目に触ればほぼ100%感染する。



▲急性濾胞性結膜炎。目が腫れるのは最初に発症する症状。



▲角膜上皮下混濁。発症後10日ほどで黒目に白い斑点ができ、物がシャープに見えなくなる。

集団感染を予防しよう!



説明は、
徳島大学病院 眼科長
塩田 洋 (しおた ひろし)
tel.088-633-7161

ワンポイント!

流行性角結膜炎は毎年日本中のどこかで流行し、学校や会社、病院内での集団感染も報告されています。接触感染で感染力が強いのですが、正しい知識を持って予防すれば感染の拡大は防げます。当病院に入院されている患者の方、出入りされるご家族の方々にもこまめに手を洗うなど、感染予防のご協力をお願いします。また、この病気は小児の場合腹痛などの症状を伴うこともありますし、症状は人によって異なります。かかってしまったらすぐに眼科で受診し、正しい対処法を身につけましょう。

院内感染・学校や会社での 集団感染に要注意!!

現段階ではこの病気に特效薬はありません。ですから目に触れないようにして治るのを待つ以外方法がないのです。約1週間の潜伏期間は他人にうつす危険性はまずありませんが、発症から完治までの約3~4週間は非常に高い感染力を持っていますので、とにかく他人にうつさないよう十分注意しましょう。自分がこの病気にかかってしまったら、なるべく外出は避け他人と接触しないようにしましょう。児童の場合は学校でうつす可能性が高いので、完治するまで学校は休ませた方がよいでしょう。また、家族間での感染にも注意が必要です。タオルを共有しない、お風呂は最後に入りお湯はすぐに捨てるなどを徹底して下さい。



はやり目にかかって
しまったら…?

- 外出を避ける ※小児の場合、学校などは休ませる
- こまめに手を洗う ※ウイルスを洗い流す
- 目をこすらない ※こすってしまったらすぐに手を洗う
- タオルを共有しない
- お風呂は最後に入り、湯はすぐ捨てる etc…

※以上のようなことに注意し、他人への感染を防ぎましょう。但し、他人にうつさないように注意すれば普通の生活に支障はありません。



CLOSE UP!



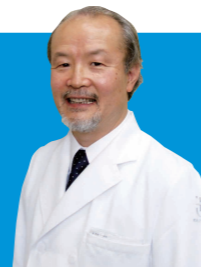
“顎関節症”って どんな病気なの？

～顎関節症(がくかんせつしょう)とは～

主な症状は大きく分けて①アゴの関節・筋肉の痛み②アゴを動かすと音が鳴る③口を大きく開くことができない、の3つがあります。これまで原因は“歯のかみ合わせ”が主とされてきましたが、最近では“生活習慣”に主な原因があるということが分かってきました。

●どうして顎関節症になるの？

顎関節症は、『歯のかみ合わせ異常』や物がアゴに当たったなどの『外傷』、無意識のうちに歯をくいしばるなどの『異常習癖』、仕事での『ストレス』、頬づえをつく・パソコン作業でずっと同じ姿勢を続ける等の『不良姿勢』などが原因とされ、これらの原因が個々の患者さんの適応能力を超えた場合に発症します。中でも最近では『異常習癖』『ストレス』『不良姿勢』といった“生活習慣”に原因があるケースが多く報告されています。またこの病気は思春期以降の女性に好発する傾向があり、その原因ははっきりしていませんが女性ホルモンに関係があるとも言われています。



■説明は、
徳島大学病院
歯科・第二補綴科准教授
久保 吉廣 (くぼ よしひろ)

■問い合わせ
かみあわせ補綴科(第二補綴科)
Tel.088-633-7350

●どんな治療をするの？

原因が生活習慣かそうでないかを診断するため、まず患者さんに問診表を記入してもらいます。原因が分かれば治療していくわけですが、例えば『口が大きく開かない原因が運転中に歯をくいしばる癖がある』ことが分かった場合、その患者さんに対してまず歯をくいしばるのを止めるよう指導し、口が開くようになるための訓練を行います。つまり、原因が“生活習慣”にあった場合“生活指導”が主な治療法になるわけです。『歯のかみ合わせ異常』など生活習慣以外が原因の場合はスプリントというマウスピースのような器具を装着し筋肉や関節にかかる負担を減らすなど、症状にあった治療を行っています。症状が重い時は関節腔内の洗浄や外科手術を行うこともございます。

●顎関節症にかからないために

主な原因として考えられる歯をくいしばる行為などは無意識の場合が多いですから、顎関節症を未然に防ぐことは容易ではありません。ただ、『朝起きた時、アゴがだるい』など、予兆となる症状が現れることもありますので、その時は自分の生活を見直し歯をくいしばらない、頬づえをつかないなどアゴに負担をかける行為をしないよう心がけて下さい。歯科での定期的な受診も未然に防ぐ方法のひとつです。また、当病院には平成18年1月に顎関節症の専門外来ができました。アゴに異常を感じた場合は早めに受診するようにしてください。

徳大病院 ニュース 徳島大学病院の最新情報をお届けします

平成20年度徳島保健所管内集団給食施設協議会総会において 会長表彰(優良施設及び優良従事者)を受章して

徳島保健所管内集団給食施設協議会は、徳島保健所管内にある集団給食施設398施設の連携を深め、衛生管理の向上や災害時の相互支援体制を確立するために平成13年に発足しました。県民の2割がかかわる集団給食を通して、県民の健康作りに寄与しようと活動していますが、本院もその一端を担っています。

今年度設けられた会長表彰「優良施設」は、給食における食品衛生、給食内容の充実、喫食者及び地域住民への栄養改善の知識や給食管理の普及向上が特に優良とみとめられ、本院(医科診療部門)が第1回の受賞施設となりました。

「優良従事者」は、業務に誠実であり、食品衛生等給食業務への貢献又は喫食者の栄養改善や地域住民の生活習慣病予防に貢献が顕著な優良職員で従事期間が20年以上の者に贈られ、高橋保子栄養管理室長がその栄によくしました。

栄養管理室では、「食はいのち」「食はこころ」そして「食は文化」

と、「食」を通じて医療の一端を担い、生きる力を育み、喜びが伝えられるように、これからも努力していきたくと思っています。改めて、関係各位の多くの皆さまに感謝申し上げます。ありがとうございました。



前列(左から) 橋本理恵 / 高橋保子 / 松村晃子
後列(左から) 櫻間輝美 / 谷佳子 / 宇野和美 / 山田静恵 / 山本智美

臨床試験管理センターからのお知らせ 治験に参加しませんか? お問い合わせ先/臨床試験管理センター Tel. 088-633-9294

[現在、治験への参加をお願いしている病気]

- 腎細胞癌
- 筋萎縮性側索硬化症
- 多発性筋炎・皮膚筋炎
- 心性浮腫
- 前立腺癌
- 多発性硬化症
- 糖尿病性神経障害
- 再発・進行乳癌
- 脳梗塞
- 強迫性障害(小児)
- 肝細胞癌
- 癌性疼痛
- アルツハイマー病
- 深在性真菌症(小児)
- クラミジア感染症(眼科)

また、肥満やメタボリックシンドロームのような方を対象に、食品に関する臨床試験も行っております。薬による治療が優先されると考えられる場合、基準に当てはまらない場合など、ご参加頂けない場合もありますが、どうぞお気軽にお問い合わせください。

超音波センター医師が第16回国際ドプラ会議のDaniel Kalmanson's Awardで最優秀賞に選ばれる

心臓超音波検査に欠かせない技術であるドプラ法の国際学会において、楠瀬賢也医師(循環器内科)が、エコドプラ法の最先端研究に従事する若手研究者に与えられる『Daniel Kalmanson's Award』の最優秀賞に選ばれました。また、第19回日本心エコー学会学術集会では、山田博胤医師(循環器内科)が海外学会発表優秀論文賞を受賞しました。これらの研究成果は、高価な超音波診断装置を有効に利用するために設立された、当院の超音波センターから発信されたもので、循環器内科のみならず、各内科、小児科、脳神経外科などの医師および検査技師が、心臓、腹部、甲状腺、血管など各種超音波検査を行っています。放射線被曝がなく、

安全で、繰り返し行える超音波検査は、メタボリックシンドロームをはじめとした生活習慣病の検診でも注目されています。今後も、国際的に評価される質の高い超音波検査を提供していきたいと思っております。(循環器内科 助教、超音波センター 山田博胤)



総合案内・
ご相談窓口が
充実します

2008年4月1日より、当院の正面玄関フロアに総合案内・ご相談窓口を開設し、毎日9時から16時までは看護師が対応しております。患者の皆さまへ最適な医療のご案内と助言を行い、ご相談に関しては、内容に応じて各担当者へお取り次ぎいたしますので、お気軽に声をおかけください。

市民公開講座のお知らせ

徳島ピンクリボン集会:「徳島の女性を乳がんから救うために」を開催します

開催日時: 平成20年8月15日
14:00~18:00
開催場所: ホテル千秋閣

乳がんは働き盛りの女性で罹患、死亡とも第一位、先進国の中で唯一日本のみが罹患率・死亡率とも増加しているのは検診率の低さが原因です。検診普及のための啓発集会「徳島の女性を乳がんから救うために」を開催します。予約・整理券は不要です。

最新医療の現場



ニーズに合わせた新しい治療方法を導入しています

徳島大学病院 矯正歯科長 田中 栄二 たなか えいじ

■問い合わせ 矯正歯科外来 Tel.088-633-7373

■矯正歯科の現状

矯正歯科では、上顎前突(出歯)、受け口(下アゴが前に出ている)、叢生(歯並びがガタガタ)といった症状の機能的・審美的な改善を目的とした治療を行っています。

治療は大きく1期治療と2期治療に分かれるのですが、1期治療は永久歯列が完成する前の段階でアゴのアンバランスをコントロールする治療です。そして2期治療が歯並びを改善する治療です。成人といっても12~13歳から始める歯列矯正なのですが、現在の成人が子どもの頃はまだ歯列矯正が一般的ではなかったために1期治療を受けていない人が多く、現在、成人の歯列矯正の需要が高まっています。

■成人矯正の問題点と最新の治療法

学校や職場で目立つ矯正器具をつけなければならない、治療期間が長いなど成人の歯列矯正には多くの問題があります。しかし現在ではそれらの問題を改善する新しい治療法が確立されてきています。

まず一つはリングブラケットと言い、今まで目立っていたブラケット(矯正装置)を歯の内側に装着し、目立たないようにした治療法です。

もう一つはインプラントアンカーと言い、金属のプレートやスクリューを歯茎に埋め込み歯を動かす装置法です。これによって、夜寝る時にヘッドギアなどの装置をつける必要がなくなり、患者自身の負担が軽減するという大きなメリットがありま

す。また、治療期間の短縮も期待されています。

どちらも患者のニーズに合わせた治療として注目されており、当院でも実施しています。また他の様々な研究が進められていますので、よりよい治療法が確立すれば導入していきたいと考えています。



▲治療前。内側に入り込んでいる歯を整える矯正を行う。



▲従来なら歯の外側につける矯正器具を内側に装着。



▲見た目のわずらわしさが軽減。矯正の効果は変わらない。



▲治療後。歯列が美しく改善された。



精神病の原因・病態の解明、
薬の進化など脳の科学は着実に進歩しています

徳島大学病院 精神科・神経科・心身症科長 大森 哲郎 おおもり てつろう

■問い合わせ 精神科・神経科・心身症科外来 Tel.088-633-3217



■精神科の病気とは

精神科の病気は“特殊で珍しく治りにくい”と思われがちですが、うつ病は10人に1人、統合失調症は100人に1人が一生で一度かかるといわれています。ですから、精神科の病気は実はごく身近にある“ありふれた病気”なんです。そして治療により大きく症状が改善することがほとんどなのです。主な病気としては神経症、うつ病、統合失調症、不安障害、強迫性障害、摂食障害、認知症などがあります。その原因は何か大きな出来事によって悩むという心の病気と、認知症のような脳の病気に分けられますが大抵の場合は心と脳の両方に要因があるので、当科ではその両方を診れるようにしています。

■病気の原因解明と薬の進歩

ここ10年間で脳に関する科学は進み、これまで分らなかった病気の状態や原因が解明されてきました。また脳の要因の治療法としては薬物療法が大きく進歩してきています。新しい薬を合理的に使うことで、今までなら治りきらなかった病気が治るようになったり、薬の副作用に悩まされていた病気が副作用なく治ったりと、医療は着実に進歩しています。しかし、心の要因は薬だけではうまくいかない場合もあります。そういう時には心理レベルに働きかける治療(カウンセリング、行動療法、認知行動療法など)や社会的なレベルに働きかける治療(作業療法、デイケアなど)を併用します。

■児童思春期・高齢者の精神疾患

発達障害、アスペルガー症候群の受診者が増えており、児童思春期の患者には専門外来で特別に対応しています。また小児科と共同し『子と親の心診療室』を開き、子どもと親と一緒にケアする診療も行っています。また高齢者のうつ病や認知症も増えていますが、新しい薬や治療法のおかげで大幅な症状の改善がみられるようになりました。

■早めの受診を

大学病院では地域の医療機関での診断が難しい例、検査が必要な例、特殊な治療が必要な例にも対応しています。精神科の病気は誰にでも起こり得る病です。苦しまないで早めに受診して下さい。

食事のヒント

テーマ

メタボリック シンドローム 対策

3月から、アンチエイジング医療センターにおいてメタボリックシンドローム検診が始まりました。栄養管理室では参加者に「メタボリックヘルスランチ」を提供し、和やかに食事をしながら、栄養相談を受けています。今回は「メタボリックヘルスランチ」を紹介します。



【1人あたりの栄養量】

- エネルギー：673kcal
- 塩分：2.5g
- 蛋白質：28.5g
- 食物繊維：6.2g
- 脂質：14.1g

■メニューのポイント

- すずきは、夏の代表的な白身魚です。良質の蛋白質が多く、脂質が少ないので内臓脂肪を増やしたくない、減らしたい方にはおすすめの魚です。塩焼きやムニエルに適していますが、淡泊な味の魚なので、今回のようにムニエルにして甘酢あんをかけた味にコクがでて、酢でさっぱりいただけます。
- 豆腐も良質の蛋白質が豊富な食品です。夏場の豆腐料理はあっさりとした冷や奴で食べる方も多いと思いますが、白和えは野菜も和えることで栄養バランスがよくなります。メタボリック対策として、ぜひ加えたいメニューの一つです。
- 野菜には、体の調子を整えるビタミンやミネラルがたくさん含まれています。また、野菜やきのこ類に多く含まれる食物繊維は、満腹感を満たし肥満を防ぐ働きがあるので毎食たっぷりと取り入れていきましょう。

■材料（一人分）

すずきの甘酢あんかけ

- すずき …… 70g
- 塩 …… 0.3g
- こしょう …… 少々
- 小麦粉 …… 6g(小さじ2杯)
- オリーブオイル 3g
- 甘酢あん ……
 - 玉ねぎ・30g / 生椎茸・15g / しめじ・15g / 絹さや・2g
 - A(水・30cc / 砂糖・5g / 酒・2g / 醤油・6g / 酢・6g)
- 片栗粉 …… 2g

ほうれん草の白和え

- ほうれん草 …… 40g
- 人参 …… 10g
- ひじき …… 1g
- 豆腐 …… 40g
- 醤油 …… 1g
- 薄口醤油 …… 2g
- 塩 …… 0.5g
- 砂糖 …… 5g
- ごま …… 1.5g

サラダ

- 玉レタス …… 20g
- ブロッコリー …… 25g
- トマト …… 30g
- セロリ …… 10g
- コーン …… 5g
- フレンチソース …… 10g

ご飯

200g

フルーツ

- メロン
- 甘夏みかん缶

■作り方

①すずきの甘酢あんかけ

- ①すずきは塩、こしょうをしてしばらくおく。
- ②玉ねぎ、生椎茸はせん切り、しめじは小房に分ける。絹さやは、さっと塩茹で塩茹でし、千切りにする。
- ③甘酢あんを作る。
- ④鍋にAを入れて火にかけ、煮立ったら絹さや以外の②を入れて、再び煮立ったら火を弱めて、水溶き片栗粉を加えとろみをつける。

- ⑤すずきは、小麦粉をつけてオリーブオイルを使って、フライパンで焼く。
- ⑥焼きあがった魚を器に盛り、甘酢あんをかける。その上に絹さやを飾る。

●ほうれん草の白和え

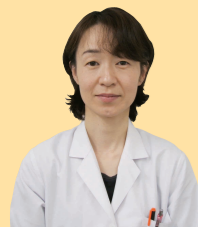
- ①豆腐は茹でてざるにあげ、水気をきっておく。
- ②ほうれん草は、茹でて2〜3cm長さに切る。人参はせん切りにして茹でる。

- ③ひじきは水で戻して、茹でる。

- ④すり鉢に、炒ったごまを入れなめらかになるまでする。次に豆腐、醤油、塩、砂糖の調味料を加えてよくすり、ほうれん草、人参、ひじきを入れて和える。

●サラダ

- ①野菜は好みの形に切り、盛りつけてドレッシングをかける。



回答は、
栄養管理室
山田 静恵 (やまだ しずえ)

何でも Q & A

Q 美容センターとは？

A 国立大学では全国で2例目となる独立した美容専門の診療科で、保険適用外の自費診療になります。大学病院ならではの確かな技術と知識、設備を備え、安全で安心な美容医療を目指すセンターです。

Q どういった美容施術が受けられるのですか？

A 主にアンチエイジング(抗加齢)の施術を行っています。例えばレーザーでシミを取る、薬品を使ってニキビの治療や肌のクスマをなくすケミカルピーリングなど、若返りの効果のある施術を行います。



回答は、
徳島大学病院 形成外科長
中西 秀樹 (なかにし ひでき)

Q 美容センターはどんな場所ですか？

A 外来棟棟の3階にあり、室内は白で統一されたスタイリッシュで清潔感のある空間です。また、患者さん同士が顔を合わせなくて済むように仕切りやブラインドを設置し、プライバシーの保護にも考慮していますので安心して足を運んでください。

■予約・問い合わせ先

※診察・診療はいずれも予約制

●初診

徳島大学病院 形成外科外来 TEL.088-633-7047(月〜金曜の14:00〜16:00)

●再診・施術

徳島大学病院 美容センター外来 TEL.088-633-7903(水曜の13:30〜16:30)

※診察日 / 初診は毎週火曜日、再診・施術は毎週水曜日(13:30〜16:30)

■料金一例

●カウンセリング料 / 初診5250円、再診4200円(30分毎に2100円追加)

●しみ取りレーザー / 照射1発1365円×照射数

●いぼとり / 1回10500円〜21000円

●フォトフェイシャル / 1回35000円

※ケア用品の説明・販売もあり。