

かなえ

第 63号(平成 29 年8月)

医療法人社団鼎会 三和病院 ・ 八柱三和クリニック

千葉県松戸市日暮7-379 047-712-0202 松戸市日暮 1-16-2 047-312-8830

<http://www.sanwa-hsp.or.jp> <http://www.y-sanwa-cl.com>



矢切坂川地区散歩スケッチ 坂川親水広場

7月に入り、矢切地区に出かけた。

矢切橋の坂川沿いに国道6号バイパス方面に向かう。

川沿いに坂川親水広場リニューアルオープンのチラシがあった。

7月22日(土)に決行されるらしい。

この広場に築山が作られ、見晴らし所が出現。

頂上にはミストがあり、少々涼しい。

当日はイベントの体験のEボートも乗船できる。

他にコロッケ、焼きそば、産直野菜などがチラシに載っていた。

会場の目印は矢切高校の手前である。

来週7月22日が楽しみな一日であった。

絵と文 : 2017年7月15日

松戸市在住 水彩画家 菅谷功 氏

高血圧について(2) ~薬は飲み始めると止められない?!~

医療法人社団 鼎会三和病院 副院長 李 鍾碩

日本内科学会認定内科医

日本リウマチ学会 リウマチ専門医



■ 薬はいったん飲み始めるともう二度と止められない?

もっとも根強く、弊害のある誤解だと思います。もちろん、高血圧の薬を飲み始めて、下がったらすぐ止めていいということではありません。止めるとまた元の高い血圧に戻ってしまうということだけなのですが、なぜかいったん飲み始めると、二度と後戻りできないという印象を持っている方が時々いらっしゃいます。

とはいえ血圧の適切な管理のためには降圧剤の内服継続が必要な場合がほとんどです。これは高血圧が遺伝や年齢など、どうしても変えることができない要素が大きく関与している場合は特にそうです。

しかし、その後の生活習慣の改善で(特に減塩や減量は効果があります)、血圧が充分適正なレベルに下がっているなら、相談の上で休薬や減量して経過をみることもあります。また、寒い季節には血圧が上がりやすいので、夏には薬の量を減らしてみたり、休薬になる患者さんも中にはいらっしゃいます。

■ 上の血圧(収縮期血圧)、下の血圧(拡張期血圧)

一時期、“上の血圧がよくても下の血圧が高いとよくない”とか、逆に“下の血圧が低いから大丈夫”などということが言われ、今だにそのことをおっしゃる患者さんも少なくありません。しかし最近ではあまりそのようには言われなくなりました。

心臓と肺はつながっていて、肺できれいな酸素が取り込まれた血液は、心臓によって全身の組織まで送られます。心臓は収縮期に、心臓の中に溜まった血液を心臓につながっている太い血管である大動脈に送り込みます。大動脈などの大血管は枝分かれして行って、中血管、小血管、末梢血管と段々細くなりながら各臓器の組織まで到達し、パイプの役割をして血液(とその中に含まれる酸素と栄養)を運んでいきます。心臓が勢い良く収縮して大量の血液を大動脈などの大血管に送り込む瞬間、大血管は風船のように膨らんで内圧が急激に高まります。ここで風船が固くなってうまく膨らまないようになってくると、つまり動脈が硬化して伸縮性が悪くなると、収縮期血圧(上の血圧)が上昇します。心臓の拡張期に入ると心臓と大動脈のあいだの弁は閉じて逆流しないようになり、血液は膨らんだ大血管が縮むことで末梢の血管まで流れていきます。この時、末梢血管の動脈硬化などによって流れが悪くなっていると、拡張期血圧(下の血圧)が高

なります。洗面台などで排水パイプが詰まって、うまく流れて行かない状況と似ています。拡張期血圧が高くなっている状況でまた次の収縮期がくると、ますます圧は高くなりそれにつられて収縮血圧も高くなっていく悪循環に入り、末梢血管の硬化は間接的に収縮期血圧の上昇にも関連しています。

高齢で大動脈の硬化が強い人は、風船(大血管)があまり膨らまず溜まる血液量が少ないので、拡張期に末梢に送り込む血液量も少なくなり下の血圧が低い場合があります。つまり、動脈硬化が強いと上の血圧と下の血圧の差(脈圧の増大)が大きくなる傾向があるので、下の血圧が低いから安心…とは言えないわけです。また一般に太り気味の人は、下の血圧が高い傾向があります。

このように上の血圧・下の血圧を完全に分けて考えるのは難しいこと、また下の血圧は動脈硬化、肥満などの影響をうけることなどから、高血圧の診療では上の血圧を基準にして下げることを目標にするのが一般的です。

■ 血圧はいくつまで下げるべきか?(降圧目標)

統計的には血圧が 115/75mmHg 以上から徐々に死亡率が上昇しはじめる…という報告があるそうです。しかし、生きている人間の体のことですから、ピッタリ 115/75mmHg にするのは無理な話です。また、血圧が環境変化に応じて上昇するのは、人体の正常な生理的な反応でもあり必要なことでもあります。

実は血圧をいくつまで下げるのが一番いいのか…というのは結構難しい問題なのです。2014年に改訂された JNC (Joint National Committee)のガイドラインでは、“60歳以上では 150/90mmHg 以下に、60歳未満では 140/90mmHg 以下に、糖尿病、慢性腎臓病がある場合も 140/90mmHg 以下に下げるべき…”とあります。これは改訂される前に比べると、10mmHg ほど高めの設定であり、この時点では降圧目標を緩和する傾向にありました。ところが、最近(2015年)の大規模臨床研究(SPRINT 試験)では、収縮期血圧 120mmHg 未満を目標とする厳格降圧が、140mmHg 未満でよしとする標準高圧よりも心不全などの心血管イベントのリスクが明らかに低下したという結論がでました。この試験はいろいろな条件のもとに行われており、この結果をすべての患者さんに適応することはできませんが、将来的には降圧目標を現在より低く設定する動きにつながるかも知れません。

水虫について

初めまして。皮膚科の川添貴弘と申します。
2015年の2月から、縁あって鼎会三和病院での診療に携わることになりました。
大学病院での勤務とは少し異なり、住宅街の中で患者さんたちとの距離感が近いように感じました。そして、私が最もやりがいを感じる病院の一つであると気付きました。

今年43歳になる私より遥かに経験の豊富な先輩医師の方々に、いつも自身の未熟さを再認識する機会を与えてもらっています。

私は、東京は豊島区の雑司が谷界隈で育ち、埼玉県の川越駅に程近い中学高校を卒業し、栃木県の医大で学びました。学んだのはお酒を嗜む事と社会性だけでしたが。その後、都内の大学病院に勤務し、現在も非常勤として飲み会とイベントだけ参加しております。

最近わかった事なのですが、三和病院で勤務されている方の伯母様が私の出身大学附属病院皮膚科の元看護師長で、私が若い頃に大変お世話になった方でした。いつもながら縁(えにし)に驚き、時に懐かしく思っております。

さて、私の専門である皮膚科のお話しをしたいと思います。

皮膚科といっても専門性の高い話ではなく、日常に関わる疾患を御紹介したいと思います。
やはりこの時期は水虫に悩まされている方も多いかと存じます。

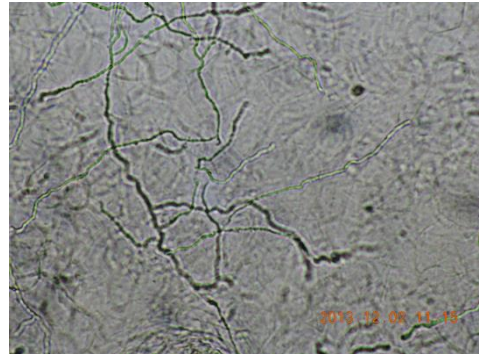
水虫はカビの一種で常在菌、常に身の回りにいる菌です。昔からの呼び名を列挙しますと、水虫(足白癬)、陰金田虫(陰部白癬)、銭田虫(体部白癬)などがあります。



[1. 銭田虫]

ご覧の様に、銭と言われるだけあって円形で、よく見ると中心だけは抜けているように見えます。これを中心治癒傾向と言い、体部白癬と診断する一助になっています。

なぜ真ん中が治っているように見えるのか。これは皮膚の奥深くから白血球などの体を守る兵隊が、皮膚表面の水虫たちに攻撃を仕掛け、驚いた水虫たちは外側へ逃げる、ということのようです。それ故に水虫の検査をするときは、皮疹の外側からカサカサを頂戴し、顕微鏡で見ると糸状の水虫たちが発見しやすいということです。



[2. 顕微鏡]

水虫は外に外に逃げる傾向があるということであれば、水虫の塗り薬である抗真菌外用薬の使い方も決まってきます。皮疹の外から内側に向かって塗れば一網打尽にできます。

足の水虫でしたら、くるぶしから下、足の甲の部分も含めて足先まで全体に塗ってください。これで足白癬は3カ月で治ります。



[3. 足白癬]

現在までに抗真菌薬に対する耐性菌は発見されておりませんので、みんな治るはずですが、治らない場合は塗り方が間違えているか、他の疾患かということになります。悩んでいる方がおられましたら、ご相談ください。

皮膚科 川添貴弘

三和病院皮膚科 診療日
川添貴弘医師：金曜 午前午後



(八柱三和クリニック皮膚科 診療日 東竹医師：水曜金曜 午前)

～ お知らせ ～

健康サービスデー開催のお知らせ

6月に続き4回目の『健康サービスデー』を開催いたします。

9月30日 土曜日

午後2時30分より 受付開始

講演 午後3時30分より

※渡辺修医師、長谷川圭医師の講演を予定しております。

今回のテーマは【乳がん】です。

栄養相談や看護相談、在宅診療など様々な相談をお受けできるようにブースも設置いたします。前回好評だった「血管年齢測定」も予定しております。皆様、お気軽にご参加下さい。

※当日は、平日と同じ時刻表で、午後シャトルバスを運行いたします。

マンモグラフィサントデーのご案内

2017年10月15日 日曜日
多忙な平日を
お休みの女性の皆様へ
乳がん検査を受けられる日です。

当施設はJMSプログラム登録医療機関です。 医療法人社団 三和病院
10月15日(日)に乳がん検査を受診できます

●事前予約: 必要です。047-712-0202 ●受付時間: 8:30 ~ 17:00

●検査内容 ●検査費用: 自費検査費用 松戸市乳がん検査費用
マンモグラフィ検査 5,000円(税別) 900円(受診券のある方)
乳腺超音波検査 4,000円(税別) *年齢によって異なる検査があります

●その他: 結果は後日郵送いたします。
必ず事前に電話にてご予約をお願いします。
マンモグラフィ検査、乳腺超音波検査ともに女性技師が対応いたします。

当施設での検査についてのお問合せは 問合せTEL: 047-712-0202 三和病院

休診のお知らせ (8月・9月・10月) *三和病院・八柱三和クリニックともに夏季休業(お盆休み)はありません

三和病院			八柱三和クリニック
[内科]	[乳腺外科]	[整形外科]	[内科]
・渡辺 聡枝 医師 8月10日(木) 8月12日(土)	・渡辺 修 医師 8月26日(土) 代診 高松友里医師	・吉田 圭一 医師 8月23日(木) ・早田浩一朗 医師 9月9日(土) 9月23日(土) *2、16日(土)に変更	・渡辺 聡枝 医師 8月7日(月) 8月9日(水)
・鈴木 明子 医師 10月13日(金)	・高松 友里 医師 9月4日(月) 9月5日(火)		・木暮 勝広 医師 8月14日(月) 8月15日(火)
・李 鍾碩 医師 10月27日(金) 代診 鈴木明子医師	代診 長谷川圭医師 9月8日(金)	[外科]	・高林克日己 医師 9月21日(木) 9月28日(木)
[皮膚科]	・長谷川 圭 医師 9月11日(月) 9月12日(火) 9月14日(木) 9月15日(金)	・渡辺英二郎 医師 8月8日(火) 8月9日(水) 8月12日(土)	・神崎 哲人 医師 9月6日(水) *10月4, 11日(水)は 11時までの診療となります
・川添 貴弘 医師 9月15日(金)	代診 高松友里医師		
	・平野 明 医師 9月23日(土) *9日(土)に変更		

医療法人社団鼎会基金へのご協力をお願いします。

現在までに多数の方々よりご協力をいただいております。地域に根差した医療活動を軌道に乗せること、入院患者の皆様への負担を軽減し病棟運用を効果的に行うために一層の努力を重ねてまいります。引き続き鼎会基金へのご協力をお願いしております。

鼎会基金の詳細や募集要項等につきましては下記にお問い合わせください。

三和病院内 鼎会本部総務課 基金係 (TEL:047-712-0202)

シャトルバス時刻表



三和病院・八柱駅シャトルバス運行予定表

	八柱駅発	三和病院発
8時	30, 50	40
9時	10, 30, 50	00, 20, 40
10時	30, 50	20, 40
11時	10, 30, 50	00, 20, 40
12時	30, 50	20, 40
13時	10, 30	00, 20, 50 [※]
	昼休み	
14時	20, 40	10, 30, 50
15時	00, 20, 40	10, 30
16時	20, 40	10, 30, 50
17時	00, 20	10, 30, 45 [※]

※この表は状況に応じて
変更いたします