

# 高山新聞



## 令和4年

(2022年)

秋季号  
(vol.12)

### リュウゼツラン科

(アガベ、アルポピロサ)

花こぼし 繊細、気高い貴婦人



今年には全国各地で「60年〜100年に一度しか咲かない」と言われるアガベ開花のニュースを聞いた方もいらっしゃると思いますが日本では1960年代、昭和のサボテンブームの頃から栽培普及され21世紀の今そろって花を咲かせたのでしょうか。お酒好きな方はアガベといえばテキーラの原料、サイザル麻にシロップも採れます。写真は2007年メキシコで発見された新種です。(M)

### クロスワード - プレゼント企画 -

1	2	3	4	5		
		E				
13			G	6	7	
14			15	C		8
16			17	B		
A			18		F	
19	9		20		10	
21		11		12	D	H
22						

答え

A	B	C	D	E	F	G	H
---	---	---	---	---	---	---	---

— 応募方法は最終ページにあります! —

#### タテのカギ

- 抗VEGFの注射〇〇〇〇注射。(P.1~2参照)
- 眼球壁のもっとも内側の膜。カメラのフィルムに相当するもの。
- イヤなことがあった日は…〇〇酒。
- 寒い日にニットで編まれた手にはめるもの。
- 黄砂。
- 沿岸漁業の漁法のひとつ。引網類を代表する漁法。
- 和式⇨〇〇
- こり固まること。
- 冬の窓によくつく水滴。カビの原因にもなります。
- 〇〇〇シヤモ。卵が入っているよ。
- 〇〇山。日本一高い山。
- 師匠⇨〇〇



メ切は R4年12月31日

#### ヨコのカギ

- 冬が近づくと、足の小指が赤く痛がゆい。皮膚の小さな血管の炎症。
- 日本の伝統楽器。指をはめたピック又は指で弦を弾いて音を出します。
- 寒くなるとあたたかい飲み物がおいしいです。茶色くて甘い。原材料はカカオ。〇〇ア。
- デモンストレーションの略。
- 鶏をたくさん育てて出荷する場所
- horse
- springhaas
- $4 \times 9 = 36$
- 軒の下のところ。屋根の下。〇〇〇夕。
- することがなくて暇でいること。
- 湖ではなく、くぼ地に自然に水がたまったところ。
- ラブレター。恋〇。
- そろそろコレはしまって長袖を出すかな?
- 〇〇〇〇〇〇〇〇ンカクス。色白の女性は容姿に多少難があってもそれで補い、美しく見える。



抽選で10名様に  
QUOカード  
プレゼント!!



**黄斑疾患の治療を変えた  
硝子体内注射とは？**

眼科の病気にはひと昔前には治しにくかった病気がいくつもあります。

例えば加齢性黄斑変性、網膜静脈閉塞症、近視性脈絡膜新生血管、糖尿病網膜症などです。これらの病気は網膜の最も重要な黄斑という部分に浮腫(水がたまる)を起こしたり、新生血管(異常な血管)からの出血を起こしたりして視力の低下やゆがみを引き起こします。黄斑浮腫、新生血管の発生には血管内皮増殖因子(VEGF)という物質が深く関わっています。この作用を阻害する薬が抗VEGF薬と呼ばれているものです。この薬を細い針で眼球内に入れることにより、黄斑浮腫を改善させたり新生血管の活動性を抑えたりすることができます。

この薬が2008年に硝子体内薬物注射として眼科臨床の場に登場してから黄斑疾患の治療は大きく変わりました。それまでレーザー、手術等の治療はありましたが効き目が不十分だったり大きくなりスクを伴ったりで気軽に行えるものではありませんでした。しかし注射は簡便で即効性もあるため現在では右記の病気の第一選択となっています。

眼に注射という恐ろしいと感じる方もいると思いますが手技自体は数秒で痛みもほとんどありませんのであまり緊張せず力を抜いてください。万一急に動いたりすると針がずれて危険なことがありますので、そのことだけ意識していただけだと思います。

**〈硝子体内注射の手順〉**

- ①注射は感染予防のため手術室で行います
- ②ベッドに横になっていただき点眼で麻酔後、十分に消毒洗眼します
- ③開眼器(目が閉じないように支える器具)を使用し患者様には下方を見ていただきます
- ④再度、消毒します
- ⑤角膜(黒目)の縁から3・5mm離れた結膜(白目)の部分に注射針を刺入し、薬を硝子体内に流し込みます
- ⑥針穴はとても小さいため糸で縫ったりする必要はありません

注射後多少の異物感、結膜下出血(白目がべたつと広い範囲で赤くなる)が出る場合がありますがこれらは心配ありません。



**内注射**



**抗VEGF薬の合併症**

手術などに比べると頻度は低いですが、合併症を100パーセント避けることはできません。

- ①眼に細菌が入り眼内炎という感染症(約2千人に1人の割合)を起こすことがあります。
- ②眼が動いて刺入部が数ミリずれると網膜色素上皮裂孔、網膜剥離、網膜裂孔を起こすことがあります。
- ③注射液により眼内の容積が増し一時的な眼圧上昇がみられることがあります。

また、非常にまれですが薬の一部が全身に移行して脳梗塞、心筋梗塞を起こすことがあります。過去に脳梗塞、心筋梗塞を起こしたことがある方は注意が必要です。主治医にご相談ください。



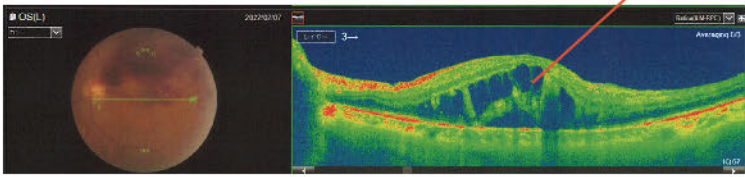
**注射後注意が必要な症状**

注射後は多少飛蚊症が出る場合がありますが徐々に改善します。視力低下、眼痛、充血の悪化、まぶしさ、飛蚊症の悪化等が現れたら合併症の可能性があるので直ちに連絡、来院してください。

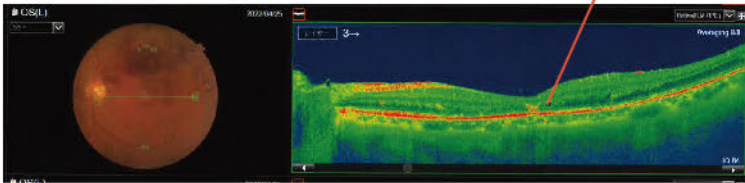
### 網膜静脈分枝閉塞症

左:眼底写真 右:網膜断層像

▼網膜静脈分枝閉塞症注射前



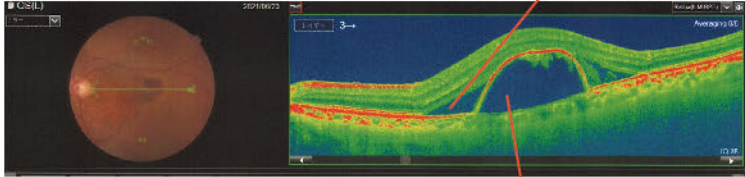
▼網膜静脈分枝閉塞症注射後



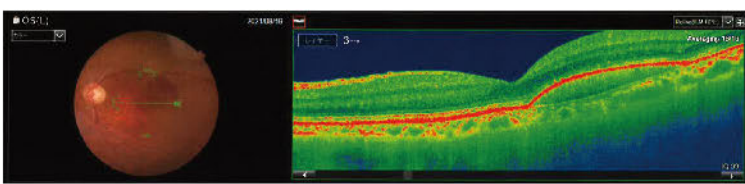
### 加齢黄斑変性症

左:眼底写真 右:網膜断層像

▼加齢黄斑変性症注射前



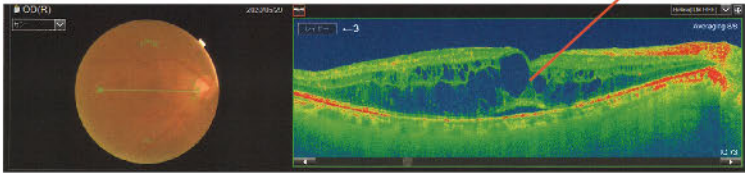
▼加齢黄斑変性症注射後



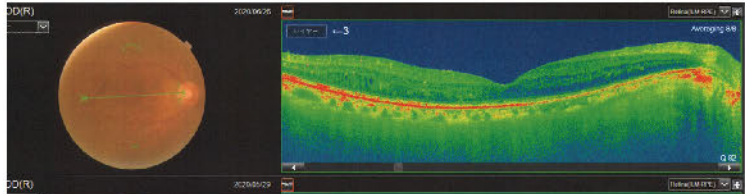
### 糖尿病網膜症

左:眼底写真 右:網膜断層像

▼糖尿病網膜症注射前



▼糖尿病網膜症注射後



## 硝子体内注射の問題点

①注射の目的は病気の活動性を抑制し現在の視力を維持することです。注射の効果は1カ月くらいなので浮腫や新生血管が一度改善しても再発することがあります。また、病勢によっては注射をしていても悪化することもあります。定期的に通院していただき網膜のむくみの検査、状況に応じて1カ月から半年毎に繰り返しの硝

抗VEGF薬

硝子体

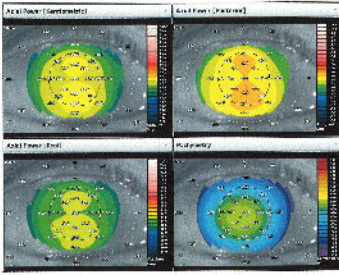
子体内注射が必要です。黄斑部のむくみを放置した場合、網膜が傷み徐々に視力が低下していきます。

②治療費が高額です。抗VEGF薬は何種類かありますが、ある薬を例にとると1回の注射につき薬だけで14万円、手技で6千円なので3割負担の方ですと5万円弱かかってしまいます。患者様の負担が大きいのでもう少し安価な薬が開発されるよう期待したいところです。

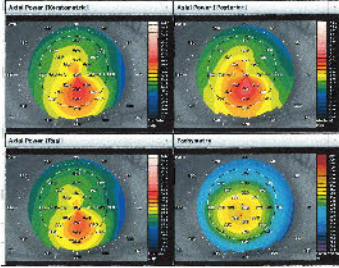
(石原先生)



▼規則性のある乱視



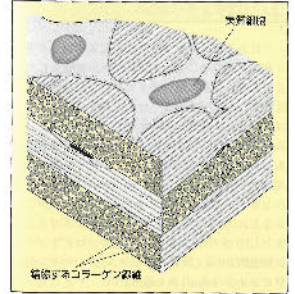
▼規則性のない乱視(円錐角膜)



円錐角膜とは、角膜に強い歪みがある病気です。思春期に始まることが多く、100〜200人に一人くらいの割合で発病すると言われています。徐々に進んで、眼鏡では矯正できない「規則性のない」強い乱視になり、視力が低下してしまいます。

角膜は、いわゆる黒目と言われる部分です。その構造は、薄い表皮部分と内皮部分があって、その内部に厚い実質があります。その実質は、コラーゲンという蛋白質が細かい線維状になっていて、それらが多数整然と層状に配列されていて、強固な構造になっています。

また、正常の角膜は球や楕円体を表面から3mmのところまでカットしたような形で、数式で表せる規則的な表面を成しています。また、血管が全くないため、光学的に均一透明で光がスムーズに眼内に入射できるので、ピントが眼底



【図1】角膜実質の構造  
 (「角膜クリニック第2版」より引用)

# 円錐角膜

シタクトレンズを一生懸命に探さなければなりません。

40歳ごろまでは速く進みやすいですが、その後は進みが緩くなります。しかし、急に進むことが時々あります。それが角膜急性水腫(hy drops)です。円錐形の角が鋭角的になり強い浮腫が起き、視力が急落してしまいます。

にしっかりと合うのです。

円錐角膜はそのコラーゲン線維の層状配列が弱く変形しやすくなっています。特に中心部よりやや下方が弱くなる傾向があり、その部分が前方に突出して、まるでとんがり帽子(円錐形)のような形になっています。そうすると、入射する光の屈折率が場所によって変わってしまつて、ピントが合わなくなるのです。

「規則性のない」強い乱視なので、眼鏡ではあまり視力が出ません。一番良い方法はハードコンタクトレンズを装着することです。重症でなければよい視力が出せます。しかし、突出している部分に硬いコンタクトレンズが当たって傷が出来やすいので、痛くて使えない人もいます。ソフトコンタクトレンズでは矯正できないため、一番適したハードコ



円錐角膜の細隙光による所見  
 (「CORNEA Atlas」より引用)

しかし、数カ月で徐々に腫れが退いて視力も改善することが多いです。

重症な円錐角膜は、角膜移植が必要となります。この手術で円錐形は解消されますが、強い乱視が残ることもあり、ハードコンタクトレンズから離脱できない場合も生じます。

病気の進みを抑える治療法が、20年ほど前に開発されました。それが「角膜クロスリンクング」です。弱いコラーゲン線維同士を結合(架橋)IIクロスキリングします。その方法は、リボフラビン(ビタミンB2)を角膜にしみ込ませて、そこに紫外線を当てて活性化させ、その作用でコラーゲン線維間を架橋して角膜を強くすると言うものです。この手術で進行速度が大幅に鈍化されることが多くの報告で示されています。しかし、自費診療です。現在、当院では行っていないため、施行している施設を紹介することはできません。

円錐角膜は軽症のうちにはあまり気づかないことがありますが、徐々に進行して強い視力障害をもたらします。早く見つけて、悪化しないよう治療する必要があります。

(高山院長)

Q 視野検査って何? 何がわかるの? その①

視野とは?

まっすぐ前を見て、目を動かさず見える範囲を「視野」といいます。

通常、片目を閉じて見える範囲は、耳側(外側)が90度、鼻側(内側)が60度、上方60度、下方70度といわれています。

また中心120度は両目の視野が重なって見える範囲になります。両眼の視野が重なることでは両目を使うことで得られる感覚、たとえば距離感や物を立体的に見る力などを得ることができません。ただし目の位置がずれてしまう病気の斜視や、左右の視力の差が大きい場合はその力が弱いことがあります。

普通運転免許も片目の視力が0.3未満の場合、もう片眼の視野が左右150度あることが免許を取るために必要です。

高山眼科にある視野検査機

ゴールドマン視野検査機  
(inamiカタログより抜粋)



ハンフリー視野検査機  
(カールツァイスカタログより抜粋)



imo(アイモ)視野検査機  
(クリュートカタログより抜粋)

実は病気がなくても見えない部分(暗点)があるって本当?

実際やってみましょう。片目ですること分かります。今回は左目を閉じて右目でやってみることにします。

ペンを2本用意します。できれば、ペンのお尻の部分にキャラクターのついているものが暗点を自覚しやすいです。それぞれ1本ずつ左右の手に持ち両腕を伸ばします。そして左手にあるペンのお尻の部分をつつと凝視して目を動かさないようにします。そして、ゆっくりと右手のペンを右側(外側)にずらしていきます。15〜25cmぐらい動かし、角度にすると15度ぐらいです。

そうすると動かし右手のペンのお尻についていたはずのキャラクターが消えてしまい、

見えなくなります。そしてもう少し外側に動かすとまた見えるようになります。

この見えなくなった部分をマリオット盲点といいます。人間であれば必ずある生理的な暗点です。

この暗点は、目の中の構造によるもので、網膜の神経が集まる視神経乳頭にペン先の像が重なったときにおきます。

しかし日常生活で、そんな見えない部分があるなんて感じたことはないと思います。両目で見ることで暗点の部分が反対目の視野で補完したり、また頭の中で、「たぶんこういったものが見えているだろう」と脳内で勝手に像を作り出してしまふからなのです。

そのため、両目でもものを見ているときは、たとえ片方の目の視野に見えないところがあっても気づきにくいのです。

視野検査は2種類あります。

見える範囲を調べるために、視野検査を行います。当院では、動的視野検査(ゴールドマン視野検査)及び静的視野検査(ハンフリー視野検査、アイモ)があります。

次回はどんな時に視野検査をするのか、お話しさせていただきます。

(三浦先生)



Midori Contact

みどりコンタクト

コンタクトレンズの  
ネット購入について

●通販サイトの怖さ

新型コロナウイルスの感染が拡大し始めた2020年前半に、マスクが品薄状態になり、薬局やコンビニに当たり前のようにならなくなった。マスクが姿を消したのは記憶に新しいです。その折、大手通販サイトで箱入りマスクを見つけたので慌てて購入したら、マスク詐欺の被害にあってしまったなんてことがありました。通販は便利な反面、売り手の顔も分からない分、怖さもありませんよ。

●重要なのは眼科医の処方

コンタクトレンズも、様々な通販で売っているのをよく目にします。かなり安価なものもありますし、来店せずにスマホ一台で購入できることに魅力を感じる方もいるのではないのでしょうか。しかし販売元が不特定であると、非正規品や粗悪品の可能性があります。また、自分のレンズの度数はわかっているからと、自己判断で処方されたことのないレンズを使うことは危険です。一人ひとり目の状態や形状は異なります。度数以外にも、レンズのカーブ、直径、乱視の有無、メーカーごとの素材の違いや特徴などがあります。フィッティングは合うか、しっかり受診され、【眼科医の処方】が重要です。

以上のことから、コンタクトレンズは眼科隣接の販売店でのご購入をおすすめしますが、メーカーによっては眼科の処方と提携している公式オンラインストアもございますので、興味のある方はみどりコンタクトにてお声かけ下さい。

アキュビュー® 都度便

<b>安心</b> 処方検査	<b>便利</b> 12ヶ月 処方更新を いつでも	<b>お得</b> 送料無料
-------------------	---------------------------------	-------------------



Midori Eye Glass

みどりアイグラス

拡大鏡と老眼鏡

郵便局や役所の窓口等でよくみる「弱・中・強」と並べられているメガネと、一時期よくテレビCMを見かけたメガネ型のルーペ。どっちもかけたらくよく見えるけど、何が違うの？

老眼鏡は、目の調節力を補助し自分の目の状態と見たい距離にピントを合わせて、右目、左目の状態に合ったレンズの度数を選びます。ですので、物の大きさは変わることはありません。

拡大鏡は、虫眼鏡です。ピントを合わせるのにはメガネが必要ですが、小さな細かいもの自体を大きく見せることができます。

「よく見える」とは、どういうことでしょうか？

「ピントがあってしっかり見える」ことでしょうか？

「大きくなって見える」ことでしょうか？

長時間読書や書き物等をするのであれば老眼鏡。手芸や工作等で小さなものを大きく見たいのであれば拡大鏡。

使用用途に合わせて使い分けることがおすすめです！郵便局や窓口にもあり、雑貨屋さん等でも売られている老眼鏡も大まかな度数であり、一時的には使えますが個人個人に合っているものではないので是非ご自身の目にぴったり合う老眼鏡が一つあると日々のストレスも軽減されるのではないのでしょうか？

メガネのお悩みはぜひみどりアイグラスにてお聞かせください。



## スタッフの話

近頃涼しくなってきた、秋を感じる日が多くなってきましたね。秋といえば、スポーツの秋、読書の秋、食欲の秋…など色々な楽しみがありますが、みなさんは今年の秋、どんな楽しみ方をされているでしょうか？

私はというと、食欲の秋を絶賛満喫中です。先日、秋の味覚を味わいに梨狩りへ行ってきました。農園の方から教えてもらったおいしい梨の見分け方を頼りに、たくさんの梨の中から選び、もぎ取り、その場ががぶり。お昼ごはんを食べた直後だったので、「そんなに食べられないかな」なんて言っていたのですが、終わってみるとすっかり4玉もたいらげ、自宅で食べるお土産も購入して帰路につきました。

自宅へ帰ったあとは、お持ち帰りをした梨の一部を使って子どもたちとお菓子づくり。あまり凝ったことはできないのですが…。この日は砂糖で煮詰めて甘いコンポートにしました。

季節に合わせて、旬のものをおいしく味わう、四季のある日本ならではの楽しみですね。

慌ただしく過ぎていく日々の中で、こうして季節の味をゆっくり楽しむことは、私にとってなによりもの贅沢であり、リフレッシュできる時間なんだなあ、と改めて感じる今日この頃です。

もう冬もすぐそこ。この冬は子どもたちと、どんな旬なものを味わおうかと今から楽しみでもあります。(山崎)

### ◆新入職員ごあいさつ◆

しばらくは慣れないことも多く、「迷惑をおかけすることも多いかと思いますが、よろしくお願いたします。一日も早く皆さまのお役に立てるよう、努力してまいります。(芝崎)



## 鴨居先生の話

### 群馬の「ゲルニカ」

皆さんはこの夏、群馬県立近代美術館に展示された、パブロ・ピカソの「ゲルニカ」タピスリをご覧になったでしょうか？

ピカソの「ゲルニカ」は、ナチス・ドイツによる祖国スペインの街・ゲルニカへの無差別爆撃に対する怒りを表現した作品です。この作品と同じ絵柄のタピスリが、ピカソの監修のもと3点作成されたそうです。これらは、ニューヨークの国際連合本部の国際連合安全保障理事会議場前とフランスのウインターリンデン美術館、そして群馬県立近代美術館にあるのです。私はこの原稿を書いている8月現在、まだ見に行っておらず、会期中には是非とも行きたいと思っています。なぜ「ゲルニカ」のタピスリが群馬県にあるのか伺ったところ、当時の群馬県立近代美術館の館長を務めた方が、購入されたそうです。

私は卒業旅行でスペインを訪れた際、「ゲルニカ」を見たことがあります。画面には力強い白黒のタッチで、死んだ子どもを抱いて嘆き悲しむ女性、倒れた兵士、傷ついた動物たちが描かれ、鬼気迫るものがあります。この作品を見ると、戦争は戦地に赴く人々だけでなく国に残された女性や子供にも犠牲を強いていることが分かります。それは敵味方の隔てなく、誰かの大切な人が傷つけられる姿でありました。

まさに今のウクライナの状況も全く同じであることが窺いしれます。日本は戦後77年を迎え、実際に戦争を知る人が少なくなってきました。このような中で、今も繰り返される戦争の悲惨さを次世代にどう伝えていくか考えることの大切さを感じました。ウクライナでの戦争のことも、慌ただしい日常に忙殺され、いつしか慣れてしまふ恐ろしさがあります。一日も早く戦争が終わることを祈り、ウクライナに心を寄せるばかりです。

# 診療体制（外来）

※令和4年4月1日より  
担当医の診察曜日が変更となりました。

## 緑町医院

	午前		午後	
	外来	手術	外来	手術
月	高山	三浦	高山	三浦
火	三浦	高山	三浦	高山
水	三浦 (高山)	石原	高山 三浦	
木	高山 高山真祐子		高山 石原	
金	高山 三浦	三浦 (月曜が祭日の週のみ)	三浦(最終週以外) 石原	
土	代診医師	高山 (月2回)	代診医師	高山 (月2回)
日	休診		休診	

## 駅前医院

	午前		午後	
	外来	手術	外来	手術
月	石原		石原	
火	石原		石原	
水	鴨居		鴨居	石原
木	石原		鴨居	
金	石原		高山(最終週以外) 三浦(最終週のみ)	
土	代診医師		代診医師	
日	高山 (最終週は代診医師)		高山 (最終週は代診医師)	

■受付時間：午前9:00～12:30  
午後2:00～5:30  
■休診日：日曜日、祝祭日  
緑町医院のインターネット予約はコチラ→



■受付時間：(月～土) 午前 9:00～12:30  
午後 2:00～5:30  
(日) 午前10:00～12:15  
午後 1:30～4:00  
■休診日：祝祭日のみ  
駅前医院のインターネット予約はコチラ→



医療法人 秀緑会

ホームページ <http://www.takayamaganka.com>

### 高山眼科緑町医院

〒370-0073 高崎市緑町1-5-3  
TEL:027-361-6888 FAX:027-364-4457  
☎0120-133-712(ヒトミミナ1.2)  
予約専用ダイヤル:027-361-8194

### 高山眼科駅前医院

〒370-0849 高崎市八島町70 ラ・メルセ3階  
TEL:027-327-3366 FAX:027-323-6640  
予約専用ダイヤル:027-327-3934

(株)エウロパ

みどりコンタクト ホームページ <http://www.midori-contact.com>

みどりコンタクト 緑町店

TEL:027-361-6722  
☎0120-310-459

みどりコンタクト ラ・メルセ店

TEL:027-327-4851  
☎0120-103-783

みどりアイグラス

TEL:027-361-6006



## プレゼントの応募方法

### 概要

応募された方の中から抽選で10名様に千円分のQUOカードをプレゼント!

### 応募期間

令和4年10月1日～  
令和4年12月31日(当日消印有効)

### 応募要項

※ご応募は1人1回とさせていただきます。

### 【必要事項】

・氏名・住所・電話番号  
・問題の答え

を記入の上、院内設置の応募箱又は郵送にてご応募下さい。(応募箱のところに応募用紙も置いてありますのでご利用下さい。)

※お預かりした個人情報については当院で厳正に管理し、プレゼントの抽選・発送のみに使用いたします。

※厳選なる抽選の結果選定いたします。選定・抽選に関わるお問い合わせは一切お受けいたしません。

※当選者の発表は商品の発送を持って代えさせていただきます。商品の発送は令和5年1月中旬頃、順次行う予定です。

3700073

63

高崎市緑町1-5-3  
高山眼科  
高山新聞 vol.12  
プレゼント係

