

皆さまと
病院を結ぶ
情報誌

水戸協同病院

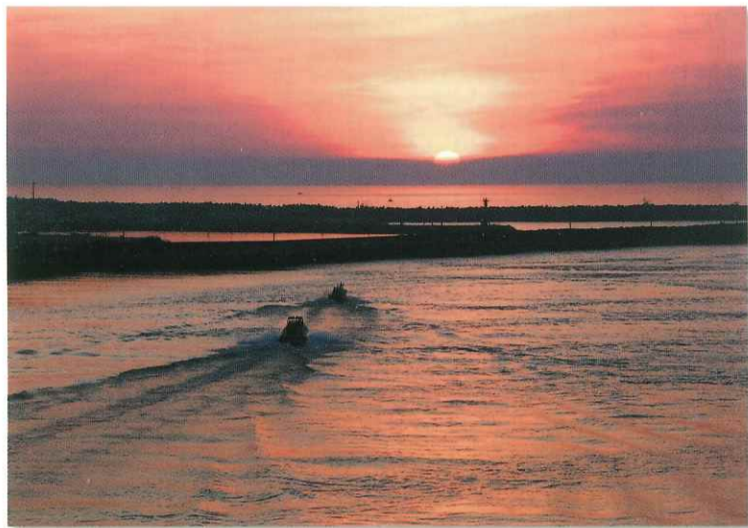
すまいるみと

年頭の挨拶



あけましておめでとうございます。通常ですと医療情勢の厳しい中、職員の皆様共々患者様のために頑張りましょうという内容の挨拶をこの紙面に掲載するのですが、あえて昨年私が最も感動した出来事について書かせて頂きます。

師走に入りある結婚式に招待されました。それをさかのぼる昨年の9月頃、携帯が見慣れない着信番号を示し、でてみると彼でした。「先生、結婚することになりました。挙式と披露宴に出席してください。」私は即座に了解し、乾杯の挨拶も引き受けることになりました。彼は31歳で、I君といい元プロサッカー選手です。I君との出会いは彼が高校一年生の時で、私がドクターを勤めていたヴェルディ川崎（現東京ヴェルディ）のユースチームがイタリアへ遠征したときです。地中海に面するヴィアレージョという美しい町で開かれた世界大会で、彼はヴェルディの天才と呼ばれ活躍しました。その後U17の日本代表にも選ばれ、チームのキャプテンとして世界大会にも出場し、ベスト8に進出しました。その時のメンバーはあの中田英寿選手をはじめガンバの宮本、マリノスの松田という、後に日本代表の中心選手に成長した面々でした。中学生でヴェルディのセレクションテストに100倍以上の難関を突破し合格して以来、彼にとってまさしく順風の人生であったでしょう。しかしヴェルディのトップチームにプロ選手として昇格した彼は、まもなく腰痛に悩まされ二年にも及びリハビリ生活を送ることになります。そして三年目で解雇、某大学のサッカー部員としてプレーした後、仙台にあるJFLのサッカーチームに社員契約で加入し一昨年現役選手を引退しました。私はヴェルディでの腰痛の治療、その後仙台のチームに所属した時の股関節や骨折の治療を担当しました。腰痛のときはチームの医師として、そして仙台の時は彼がわざわざ遠



方から水戸まで診察に通ってくれました。新婚は彼が引退後に正社員として就職した会社の同僚でした。結婚式当日、披露宴に招待されたのは約60名でその内、彼が華やかしい人生を歩んだ時（ヴェルディ時代）の関係者は私を含めた2名でした。彼を指導したコーチも恩師もまったくいないのです。これまでもサッカー選手の結婚式には何度か招待されたことはありますが、私はその座席表をみて愕然としました。彼のこれまでの人生で、私と過ごした治療の時間がどれほど大きな意味を持っていたのかを、私は彼の思いほど重く受け止めていなかったからです。そして私がこの席に招待された意味を強く感じとりました。チャペルでの挙式で、新婚が父親と進むパーシロロードを眺めていると、向こうに待つ彼が歩んできた長い苦勞の道と重なり、目から涙があふれました。「おめでとう！本当に良かった。」心からそう叫びました。

披露宴でも彼の再出発の成功を祈って乾杯しました。10年以上前の怪我の治療に対し、これほどの思いで、結婚式にまで招待してくれたI君。このような医師と患者との関係は今の病院での日々の診療で果たして築けるものなのでしょうか。とかく結果のみが求められ、簡単に訴訟まで進んでしまう世の中です。治って当たり前の風潮をいつの間にか社会全体が創り上げ、医療従事者が、より安全で消極的な治療を選択せざるをえない状況に追い込んでいます。I君に対する私の治療は決して成功とはいえないかもしれません。それでも彼はあえて人生の真の再出発に私を招待してくれました。それは体の治療だけでなく、彼の大きいなる挫折に對して私が逃げずに真正面から向き合ったからだと思えます。医療にかかわる者としてこれほど嬉しいことはありません。彼の門出を祝うと同時に、再びこの感動を得られるように日々の診療に真摯に取り組んでいきたいと思えます。

お知らせ

この度、当院では水戸駅（北口）から病院間の患者様送迎業務を12月3日より開始しましたのでご利用ください。

なお、定員に限りがありますので、ご乗車できない場合はご容赦下さるようお願いいたします。

ご利用は患者様に限らせていただきます。出発時刻は下記日程でおこないます。

水戸駅発	病院着	病院発
8:45	8:55	
9:15	9:25	9:45
10:00	10:10	10:30
10:45	10:55	11:15
11:30	11:40	11:45

形成外科 診療開始のお知らせ

■当科の特色

形成外科とは一言でいえば体の表面に関する外科であると言えます。即ち、上は顔面、頭部の気になること（顔面のきず跡、ホクロ、良性のできもの、悪性のできもの、血管腫、まぶたの垂れ下がり、目尻や顔のしわ、鼻や耳の変型、口唇裂一口蓋裂の手術や術後の変形など）、手足や体の表面的な事、すなわち外傷後や手術後の傷跡、火傷や熱傷後の瘢痕によるひきつれ、ケロイド、床ずれ、指や爪の変型、巻き爪、先天性の合指（合趾）症、多指（多趾）症、外傷後の指変形、臍の変形、各種のあざ、入れ墨の除去、その他を取り扱います。

また、形成再建外科とも称されるように皮膚科、耳鼻科、口腔外科や整形外科などの手術後の欠損や変形などの再建も取り扱います。この時は顕微鏡下で血管や神経をつなぐマイクロサージャリーで行ったりもします。

さらに、美容外科の経験も長く、各種の美容的な相談（二重まぶた、隆鼻、しわのばし、美容手術後の修正等）にももの事が出来ます。

外観上のことで悩む事があるならば声をかけて下さい。多くの形成外科医を育ててきた経験を生かしながら丁寧な対応を心がけた診療を行います。

■医師紹介／非常勤医師 中山 凱夫 筑波大学名誉教授

■主な診断・治療手技、手術等／
形成外科、マイクロサージャリーによる再建外科、美容外科

■診療日／毎週木曜日

■受付時間／13:30~16:00

人間ドックを受けてみませんか？

人間ドックは疾病の早期発見など、身体の異常の有無を発見するほか、自分の健康状態を継続的に把握して疾病を予防することができます。積極的に人間ドックを受診して、健康管理に役立てましょう。

- 一日ドック 自覚症状が現れにくい生活習慣病を早期に発見できます。
- 二日ドック 一日ドックの項目に糖負荷検査、喀痰細胞診、直腸診が加わります。
- 脳ドック 無症候性脳梗塞、未破裂動脈瘤の疾患発見に役立ちます。
- 肺ドック 精度の高いヘリカルCTで肺がんの早期発見に役立ちます。特に喫煙者の方にお勧めします。

※現在、健康管理センターは病棟の建物3階へ移りました。

詳細は水戸協同病院 健康管理センターまで TEL.029-233-9930(直通) FAX.029-233-9929(直通)



乳癌検診を受けましょう



副院長
前田 正光

年々日本女性に増加する乳癌

今や、女性が罹る癌で最も多いのは乳癌です。年に約四万人の方が罹患し、その数は年々増加傾向にあります。(図1)茨城県では平成十三年は六七四人と報告されています。欧米では生涯に全女性の六ないし、八人に一人が乳癌に罹患し日本女性は二十人に一人といわれていますが、次第に欧米に近づくと考えられます。

どうして日本女性に乳癌が増えるのでしょうか

欧米型のライフスタイルに近づいてきたからでしょう。食生活の向上にともない日本女性の体力も向上しました。そして初潮の低年齢化と遅くなる閉経年齢。つまり生理のある間は妊娠・出産が可能なのですから、卵巣から分泌されるエストロゲンは絶えず乳腺を刺激し続け授乳に備えるのです。この絶え間ない刺激が乳癌発生と深く関係していますので昔に比べて妊娠可能な期間が延長している今の女性に乳癌の発生が増えているのです。加えて出産歴のない女性や高齢出産の増加も関係があるとされています。

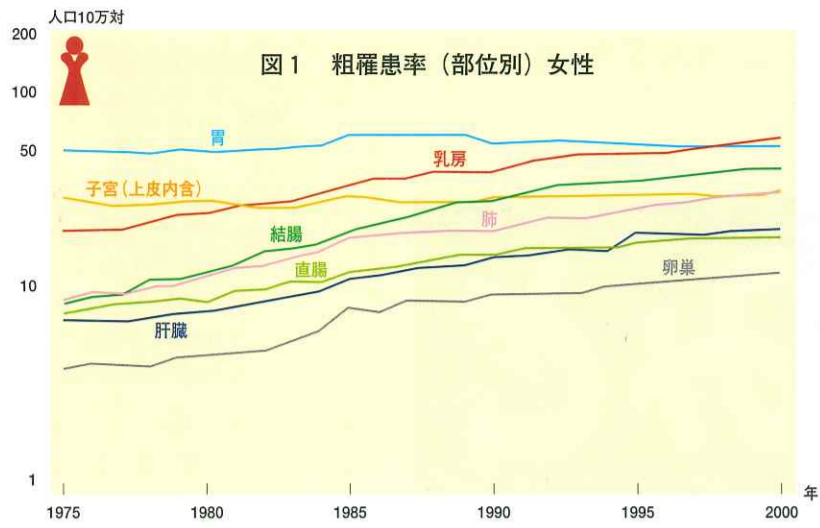


図1 粗罹患率(部位別)女性

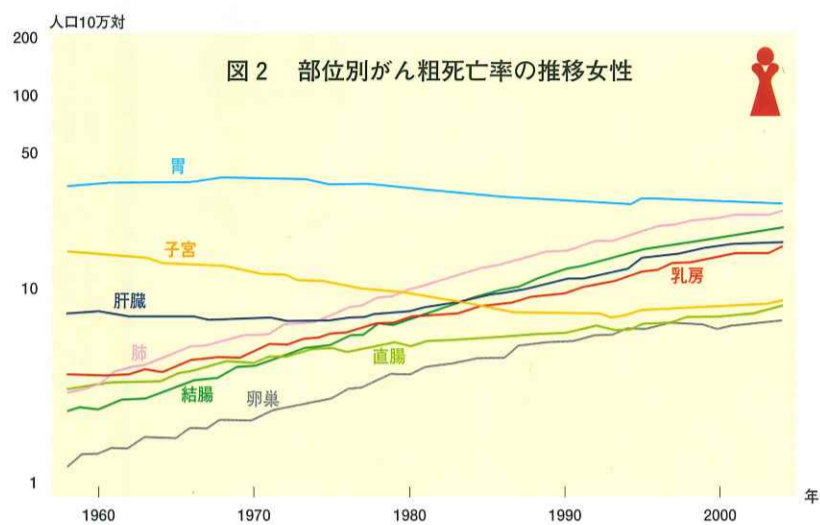


図2 部位別がん粗死亡率の推移女性

乳癌の死亡数は女性の罹る癌で第五位です。罹患数が年約四万人で一位なのは死亡数は年約一万人と大腸がん、胃がん、肺がん、肝臓がんの次に五位なのは乳癌は他のがんより治る可能性が高いからです(図2)。手術療法、化学療法、内分泌療法、放射線療法などいろいろな治療法があることも一因です。

でも日本では死亡率は低下していない

欧米では一九九〇年台より死亡率は低下していますが、日本では罹患数、死亡者数、死亡率いづれも増加しています(図3)。罹患数が増加しているのに早期がんの発見が増えていないからです。増えつつある新しい乳癌を早期の段階で見つければ乳癌は治癒し死亡率は必ず低下します。欧米で死亡率の低下が始まったのは、新しく開発された薬の効果もありましたが、乳癌検診の普及も大きな理由です。欧米での検診受診率は七〇%ぐらいですが、残念ながら、日本では十二%程度です(図4)。さらに、茨城県では全国平均より低く八%ぐらいなのは残念なことです(図5)。胃がん検診は最近では全国平均より高いか同程度のようです(図6)。茨城県の女性も同じくらいなのですから(図6)、茨城県の女性も同じくらい乳癌検診を受けるべきなのです。

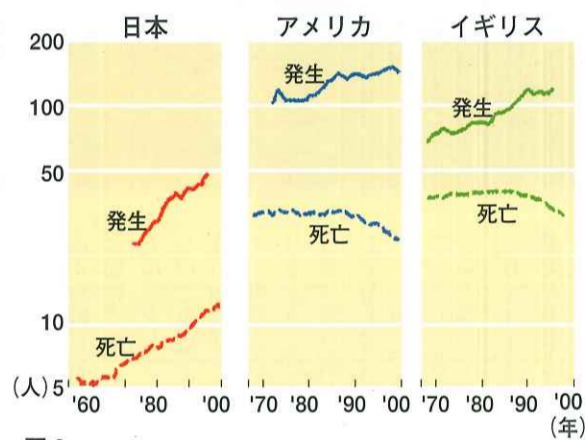
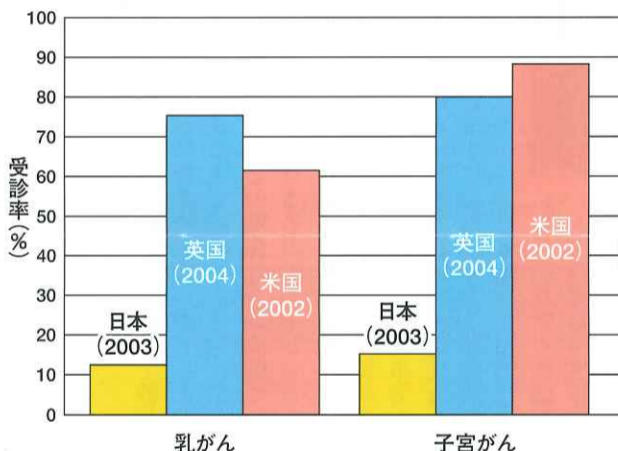


図3

図4 諸外国との受診率の比較



どのような乳癌検診がよいのでしょうか

地方自治体の行政の行う集団検診は税金による予算が限られているので効率を重視されます。それで四十才以上の女性を対象に二年に一回、視触診とマンモグラフィ併用の検診が行われています。これが誤解を生んでいるようです。例えば毎年一回のマンモグラフィは放射線被曝の点で良くないと思われている女性が少ないからではありません。しかし、マンモグラフィで浴びる放射線量は東京・サンフランシスコを飛行機で往復する時に浴びる自然界からの放射線量と同じくらいとされています。アメリカでは四十才以上の女性は年一回、マンモグラフィ検査をすることが推奨されています。二年に一回よりは毎年一回のほうがより早期に乳癌を発見できるチャンスが広がるのです。しかし、マンモグラフィは全能ではありません。二十才台・三十才

図5 乳がん検診受診率

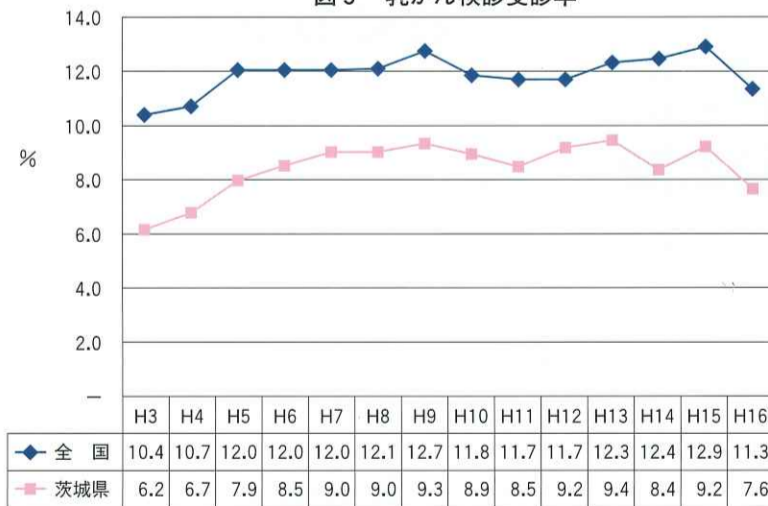


図6 胃がん検診受診率



台の若い女性の密度の高い乳房には有効さが減り超音波検査のほうが有益なこともあります。もし貴女が乳癌が心配ならば、行政の補助金を

当てにせず当院で年一回の視触診・マンモグラフィ・超音波検査併用の乳癌検診をすべきと考えております。

くろばね朝市 水戸協同病院 医療相談



4東棟 中野はる代
朝8時。今にも泣き出しそうな空を見上げながら、テント設置に精を出してくろばね朝市。朝9時になると雨が空からポツポツ落ちてきた。そんなことはどこ吹く風と、焼き鳥のソースの焦げる匂いや、焼き鳥を焼く匂いにそそられて、どこかともなくおなじみの顔ぶれが集まってきたようである。協同病院の医療相談も、だいぶおなじみさんの仲間に入れてもらえてきたようで、堅苦しい医療相談というよりは、井戸端会議の雰囲気。相談がはじまっていった。通信簿の結果をみせあうかのように、お互いに体脂肪の結果を見せ合っては、「俺は筋肉が多いから太ってわけじゃないんだ。」「俺より体重あるのに、そんなわけはないよ。」など、話が弾んで楽しそうな光景である。「癌がみつかった、今度手術なんだ。こんなこと




やっつる場合じゃないんだけど。」と不安な気持ちを押しながら、朝市を仕切っている人もいた。「協同病院にかかりたいんだけど、夜間、急病で連絡する」と、診てもらえないときがあるので、なんとかならないかしら。「かかり付け医を持っておいただけがいいって言うけど、一番近いのが協同病院なんだから、私はここで体全部診てもらいたいね。」おっしゃるとおり。そんな期待に応えられるような病院でありたいと私も願う。雨の中、水戸市主催の街中ウォークでウォーキングを楽しむ元気なお年寄りとお話が出来て、私自身、元気をいただいた1日であった。

今回初めて受診して、看護師さんや医師さんがとても優しく接して戴いてとても嬉しかったです。自分は競艇学校の試験にも受かって絶対に競艇選手になります。競艇選手になったらまた逢いましょう。

<回答>健康診断は原則として予約制となっていますが、検査の項目内容によりましては、当日受診も可能な体制をとっております。今後ご利用下さい。強い競艇選手になって、また元気な顔を見せて下さい。応援しています。
(健康管理センター)

患者様の声

10月1日から扁桃腺の手術のために入院しています。なかなかみなさん忙しくてお礼を言うひまもないのでここでお礼申し上げます。4東看護師のみなさまはそれぞれ患者に対してやさしく接して下さいました。特にSさんは必ずあいさつだけではなく、患者一人一人に体調をうかがい気遣って下さり、私自身見習いたいと思う面があり、すばらしい人だと感じました。

また、名前はわかりませんでした。手術の時私が不安と緊張の中、手をにぎって下さった手術室にいた看護師の方にもお礼申し上げます。大変心強かったです。ありがとうございました。担当の3人の先生にもお礼を申し上げます。ありがとうございました。みなさんこれからも頑張ってください。私も頑張って病院にかからない様に努めてまいります。

<回答>入院中は行き届かない所も多数あったかとは思いますが、お褒めの言葉を頂きまして、感謝しております。今後も患者様一人一人に、思いやりのある看護を目指してまいります。ありがとうございます。(4東病棟)

4東病棟 中野はる代



脱!!メタボリック宣言

昭和35年生まれ。生まれた年を数えなければ、4回目の年女を迎えた。ねずみ年生まれは食いばぐれがないというのが、真にそのとおりだと思う。食い意地が張っているというのか、いやしいのかのどちらかだと思うが、食に対する準備が万全なことには違いない。この年になると、メタボリックや脂肪肝やら、気にしなくてはならないことが増えてきた今日この頃ではあるが、おいしいものを食べている時が至福の時間なのである。平成19年を総括してみると、食べた後に中性脂肪の値を考えていた年であった。今年、後悔しない年にできるだろうか。疑問である。

年女の抱負

手術室 白石 聡子



新年明けましておめでとうございます。今年も鼠年ということで、私の干支です。新しい年を迎えることができ、気持ちを引き締めて、志を新たにしています。

手術室に勤務するようになり、1年余りが経過しますが、多くの手術介助や患者様との交流を通して、いろいろなことを学ばせていただいております。

今年も笑顔を絶やさず、自分の健康にも十分に気をつけて、患者様に良質な医療・看護が提供できるよう努めていきたいと思っております。

平成19年度 奨励表彰職員氏名

平成19年度において資格取得の為に自己努力をした職員を表彰しました。

<看護部>

- 4 東 看護師主幹 鈴木さゆり 取得資格名：JPTECプロバイダーコース
- 4 東 看護主任 大久保恭子 取得資格名：BLSプロバイダーコース JPTECプロバイダーコース
- 4 西 看護師長 川又 光子 取得資格名：BLSプロバイダーコース
- 手術室 看護主任 根本 茂子 取得資格名：日本医科器械学会第2種滅菌技士
- 4 西 看護師 渡辺 智美 取得資格名：日本体育協会公認スポーツプログラマー
- 中 材 看護助手 宮崎 泰子 取得資格名：日本医科器械学会第2種滅菌技士
- 5 東 看護師主幹 前嶋由起子 取得資格名：介護支援専門員(新規)

<臨床工学部>

- 臨床工学士 海老原 準 取得資格名：透析技術認定士

<放射線部>

- 放射線主任 高村 秀彰 取得資格名：認知行動科学(精神医学、健康科学)学術修士取得見込み
- 放射線技師 藤野 美希 取得資格名：マンモグラフィの撮影技術、精度管理認定

<事務部>

- 医事課(ケースワーカー) 六車真紀子 取得資格名：介護支援専門員(新規)



平成19年1月～10月までの学会・論文発表

- 学会発表他(1月)
 - *第10回 茨城県理学療法士学会
 - 演題：反復性の足関節捻挫を呈した1症例～再受傷防止を目指して～
 - 発表者：リハビリテーション科 ○鈴木 恒、小田桂吾、藤沼綾子
 - 整形外科 平野 篤、野内隆治
 - 発表日：平成18年12月10日
 - *第6回 World Congress on Science & Football (トルコ・アンタルヤ)
 - 演題：Possible Predictor of Talent Identification of Professional Soccer Players
 - 発表者：早稲田大学 ○Norikazu Hirose、水戸協同病院 Atsushi Hirano 早稲田大学 Toru Fukubayashi
 - 発表日：平成19年1月17日
 - 演題：Magnetic Resonance Image in Athlete with Groin Pain
 - 発表者：水戸協同病院 ○Katsuya Aoto、Atsushi Hirano 早稲田大学 Toru Fukubayashi
 - 発表日：平成19年1月19日
 - 演題：Athletic Rehabilitation of Soccer players with Groin Pain
 - 発表者：リハビリテーション科 ○小田桂吾、鈴木 恒 整形外科 平野 篤
 - 発表日：平成19年1月19日
- 学会発表他(2月・3月)
 - *第8回 アジア・オセアニア甲狀腺学会(フィリピン)
 - 演題：Which is useful IAP or CRP in the diagnosis of Subacute thyroiditis
 - 発表者：内科 ○深澤 洋、吉田克己
 - 発表日：平成19年2月5日
 - *第66回 茨城県農村医学会
 - 演題：呼吸困難をきたした甲狀腺濾胞性腫瘍の一例
 - 発表者：外科 ○三島英行、前田正光、増子 毅、石橋 敦 新妻義文、津久井一、三井清文
 - 発表日：平成19年3月3日
 - *第66回 茨城県農村医学会
 - 演題：糖尿病性浮腫性硬化症を合併した2型糖尿病の1例
 - 発表者：内科 ○深澤 洋
 - 発表日：平成19年3月3日
 - *第66回 茨城県農村医学会
 - 演題：当科における喉頭癌の治療経験
 - 発表者：耳鼻咽喉科 ○中村和隆、田中秀峰、秋月浩光
 - 発表日：平成19年3月3日
 - *第66回 茨城県農村医学会
 - 演題：肩関節投球障害者への斜位膝立ち投げ投球法指導の試み
 - 発表者：整形外科 ○馬見塚尚孝、平野 篤、落合直之
 - 発表日：平成19年3月3日
 - *第180回 茨城県内科学会
 - 演題：TSH不適合併症候群を合併した甲狀腺機能性結節の1例
 - 発表者：内科 ○深澤 洋、吉田克己、森 弘毅
 - 発表日：平成19年3月10日

- 論文発表(3月)
 - *掲載誌：Sportsmedicine 89号 10頁～13頁(2007年・平成19年)
 - 論文：足関節捻挫への対応と鑑別すべき疾患について
 - 発表者：整形外科 ○平野 篤、理学療法科 小田桂吾
 - 分類：総説
- 学会発表他(4月・5月)
 - *第50回 日本糖尿病学会
 - 演題：緩徐進行性1型糖尿病における自己免疫性甲状腺疾患について
 - 発表者：内科 ○深澤 洋、内海信雄、石川まゆみ、石垣直美、岩崎 仁、高橋昭光、山田信博
 - 発表日：平成19年5月24日
- 学会発表他(6月)
 - *第33回 日本整形外科スポーツ医学会学術集会
 - 演題：マイクロスコープを用いた成長期内側型投球肘障害の高分解能MRI画像診断
 - 発表者：整形外科 ○馬見塚尚孝、平野 篤、馬見塚恭子、落合直之
 - 発表日：平成19年6月15日
 - *第80回 日本内分泌学会
 - 演題：亜急性甲状腺炎における血清免疫抑制酸性蛋白(IAP)は血清CRPの測定より有意義
 - 発表者：内科 ○深澤 洋、吉田克己
 - 発表日：平成19年6月15日
 - *第57回 日本病院学会
 - 演題：終末期がん患者を抱える家族への看護活動について
 - 発表者：5東病棟 長山一恵
 - 発表日：平成19年6月15日
 - 演題：手術時手指消毒におけるラビング法に対する意識改革ラビング法を指導して
 - 発表者：手術室 中西京子
 - 発表日：平成19年6月15日
 - *第33回 日本整形外科スポーツ医学会
 - 演題：スポーツにおける疲労骨折
 - 発表者：整形外科 ○平野 篤
 - 発表日：平成19年6月16日
 - *三水会(ひたちなか市)
 - 演題：中高年齢者の生活習慣病に対する運動療法
 - 発表者：整形外科 ○平野 篤
 - 発表日：平成19年6月20日
 - *第181回茨城県内科学会
 - 演題：ALT基準内である慢性C型肝炎におけるペグインターフェロン・レベテール併用投与の1例
 - 発表者：内科 ○深澤 洋、吉田克己
 - 発表日：平成19年6月30日
- 論文発表(6月)
 - *掲載誌：画像診断 27巻5号591頁～602頁(2007年・平成19年)
 - 論文：膝伸展機構の障害、診断と治療
 - 発表者：整形外科 ○平野 篤
 - 分類：総説
- 学会発表他(7月)
 - *筑波スポーツ医学セミナー
 - 演題：投球障害者パフォーマンスの向上と予防・治療の両立
 - 発表者：整形外科 ○馬見塚 尚孝
 - 発表日：平成19年7月21日

- *水戸病診連携集会
 - 演題：中高年の生活習慣病に対する運動療法
 - 発表者：整形外科 ○平野 篤
 - 発表日：平成19年7月24日
- 論文発表(7月)
 - *掲載誌：整形外科 58巻4号419頁～421頁(2007年・平成19年)
 - 論文：抗血小板治療中に発症した脊髄硬膜外血腫の1例
 - 発表者：整形外科 ○椎名逸雄、平野 篤、野澤大輔 筑波大学 和田大志 筑波メディカルセンター病院 金子正剛
 - 分類：原著
- 学会発表他(8月)
 - *第26回 Chinese Control Conference
 - 演題：A study of dependence in the Patellar-Tendon - Reflex on Tapping location
 - 発表者：University of Tsukuba ○Jiang Yan, Noriyuki Hori, Naoyuki Ochiai Mito General Hospital Naotaka Mamizuka
 - 発表日：平成19年7月27日
- 論文発表(8月)
 - *掲載誌：耳鼻咽喉科臨床 100巻9号765頁～768頁(2007年・平成19年)
 - 論文：頸部代創例
 - 発表者：耳鼻咽喉科 ○青柳安典、大久保秀樹、原 晃
 - 分類：原著
- 学会発表他(10月)
 - *第42回 日本理学療法学術大会
 - 演題：競技復帰にむけた総合格闘技選手のリハビリテーション
 - 発表者：リハビリテーション科 ○小田桂吾、鈴木 恒 スポーツ整形外科 平野 篤
 - 発表日：平成19年5月24日
 - *福祉工学シンポジウム
 - 演題：Standardization of the tendon reflex Using a pendulum type Hammer
 - 発表者：Mito General Hospital ○Naotaka Mamizuka, Kyoko Mamizuka, Noriyuki Hori, Naoyuki Ochiai
 - 発表日：平成19年10月3日
 - *第56回 日本農村医学会
 - 演題：炭酸リチウムの長期投与により誘発された再発性無痛性甲状腺炎の1例
 - 発表者：内科 ○深澤 洋
 - 発表日：平成19年10月12日
- 論文発表(10月)
 - *掲載誌：American Journal of Sports Medicine 35巻8号1341頁～1345頁(2007年)
 - 論文：Lumbar Intervertebral Disk Degeneration in Elite Competitive Swimmers: A Case Control Study
 - 著者：University of Tsukuba Koji Kaneoka, Ken Shimizu, Mika Hangai, Toru Okuwaki, Naotaka Mamizuka, Masataka Sakane, Naoyuki Ochiai
 - 分類：原著

「アレルギー性鼻炎」

について

耳鼻咽喉科部長 秋月 浩光



鼻の大切な役割のひとつに「呼吸機能」があります。

これは、吸い込まれた空気の中にある埃や病原体を落とし、加湿・加温して喉や気管支の負担を和らげる働きです。

鼻の中には「鼻甲介」と呼ばれるタラコのような形をした隆起がいくつかあり、その隙間に空気が流れてフィルターのように清浄化する仕組みになっています。鼻甲介を含め鼻の中は薄い粘膜に覆われていて、鼻づまりの多くはこの粘膜が腫れることによっても起こります。鼻が詰まって口で息をするを「口呼吸」といいますが、私たちが健康を維持するためには鼻で呼吸をするということがとても大切なことと言えます。

「アレルギー性鼻炎」は、くしゃみや、鼻水、鼻づまりを主な症状とする鼻炎の一種で、これには一年中症状のある「通年性」のものと特定の時期に起こる「季節性」のものがあります。アレルギーの原因になる物質を「抗原」と呼びますが、通年性アレルギーの主な抗原には「ダニ」や「ペットの毛やフケ」などがあります。一方、代表的な季節性アレルギーとしては「花粉症」があり、その中には国民病とも言われる「スギ花粉症」が有名ですが、他にも梅雨時には「イネ科」、秋には「キク科」の植物のアレルギーなども少なくありません。

鼻に侵入してきた異物を適度な鼻水とくしゃみやみで外に押し出すという反射は、体を守るためには必要な防御反応といえますが、アレルギー性鼻炎は何らかの原因によってこの反応が敏感になり過ぎた状態と考えられます。異物（抗原）に対して特異的に作られた抗体が抗原を捉えると、肥満細胞という免疫細胞からヒスタミンとかロイコトリエンという化学伝達物質が大量に放出され、これが血管や神経に作用して鼻粘膜のむくみやくしゃみ反射が誘発され、鼻炎症状を引き起こすこととなります。治安を守るべき組織が特定の危機に敏感に反応し過ぎて、結果的に治安を乱してしまうような社会現象にもよく似ています。

アレルギー性鼻炎の診断には、まず何時どのような状況でアレルギー症状が出るのかなどを聞いて抗原を推定します。次に鼻の中を観察し、粘膜の浮腫や色調、分泌物の様子を見ます。また、副鼻腔炎やポリープ、鼻中隔湾曲症などの有無もチェックします。また、鼻汁を採取

取しその中の炎症細胞の様子を調べる検査をする場合があります（鼻汁好酸球検査）。さらに想定される抗原について血液中の特異抗体を調べます（RAST検査）。また抗原を鼻粘膜に置き、実際に症状が出るかどうか調べる場合もあります（鼻粘膜誘発テスト）。

アレルギー性鼻炎の治療の基本は「抗原回避」です。抗原が鼻に入らなければアレルギー性鼻炎は起きません。抗原の種類によって対処法は異なりますが、ダニなど室内の抗原を除去するためには細かいフィルターを備えた掃除機で毎日こまめに掃除をします。ダニが生息しやすい絨毯はなるべく避け、カーテンなどもこまめに洗うことが必要です。花粉など家の外に抗原がある場合には、外出の際にマスクと眼鏡を着用するとかなり効果的です。不織布でできた市販のマスクの場合、廉価なものでも90%以上の花粉を除去できます。帰宅時には玄関先で上着を脱ぐのも家の中に花粉を持ち込まない工夫のひとつです。ウールのセーターは花粉を吸着しやすいので気をつけましょう。

減感作療法は、抗原エキスを少しずつ繰り返し注射することによって体質改善を図る方法です。数ヶ月から数年という長い通院が必要で、アレルギーのショックを起こす場合があるので注意が必要です。

薬物療法としては、肥満細胞からの化学伝達物質の放出やその働きを抑える薬や局所ステロイド薬などを用います。くしゃみや鼻水には「抗ヒスタミン薬」、鼻づまりには「抗ロイコトリエン薬」が有効な場合が多いですが、アレルギー性鼻炎自体、体質による病気ですので、ご自身の体質に合った薬を見つけることが大切だと考えます。重症な場合には局所ステロイド剤や血管収縮薬を用いますが、血管収縮薬は使い過ぎると逆効果になりますので注意が必要です。

鼻粘膜の腫脹が強く、薬物で改善されない場合や薬物を飲めない事情のある患者様に対してはレーザーを用いた手術を行います。この手術は鼻の穴からレーザー光線で鼻粘膜を変性・収縮させ鼻づまりや鼻汁を軽減させる手術で、日帰り手術が可能です。特に、スポーツ選手や運転手さん、受験生など薬物による眠気でお困りの方、これから妊娠をとお考えの方などにお勧めです。ただし、手術後数週間は逆に鼻粘膜がむくむことがありますので、スギ花粉症をお持ちの方の場合はスギ花粉の飛散時期よりも2、3ヶ月早めにレーザー治療を行われたほうが楽かもしれません。



各診療受付時間及び診療担当医師

【診療受付時間】(月～金) 午前8時30分～11時00分
(土) 午前8時30分～10時00分

水戸協同病院
平成20年1月28日現在

科目	日		月		火		水		木		金		土(第1・3・5)		備考
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	
総合診療部	内科	神経・糖尿 リウマチ	【神経】吉田		【糖尿】内海							【リウマチ】茂木			* 診察/電話での予約受付・変更は平日の13:00～15:00 * 薬/受付時間は11:00まで(土曜日10:00) 午前 8:30～10:00 * 再来で診察の方は11:00まで受付 午後 14:00～15:30 手術/月・水 化学療法 13:30～14:30 * 診察/午後の新患・予約外は14:00～16:00 電話予約も可 平日の15:00～17:00に整形外科に電話して下さい * 再来で理学療法を受ける方は11:00まで受付(再来は要予約) * 手術/火・金 漢方外来を受ける方は要予約/初診も予約 * 受付時間 13:30～16:00 手術/水 再来予約/水 薬/13:00まで(水のみ11:00) 手術/月・水 要予約/初診も予約可 手術/午後
		循環器	黒田			黒田						黒田		黒田(第3・5)	
	代謝内分泌	深澤		【甲状腺】深澤 高橋		深澤		深澤			岩崎		深澤		
	呼吸器			植野		植野							遠藤(第1・3)		
	外科	呼吸器	石橋		石橋			三井		三井		三井		前田・新妻	
	消化器	三島			津久井		石橋		津久井		津久井		前田・新妻		
乳腺外来		前田		前田		前田		【乳腺・甲状腺】 三島	前田	前田	【化学療法外来】 三島(予)		【乳腺・甲状腺】 三島		
整形外科		平野				馬見塚		平野		【脊椎外来】 岡山(第1・3)			平野		
		田嶋		馬見塚	手術	田嶋		田嶋 (第1・3・5)		【脊椎外来】 万本(第2・4)		手術	馬見塚		
		中山				万本		【手の外科】 西浦(第2・4)	中山	【ペインクリニック】 中山		野澤	万本		
スポーツ 整形外科		平野	平野 馬見塚	馬見塚	手術	馬見塚 万本	馬見塚 万本	平野 西浦(第2・4)	平野 西浦(第2・4)	【脊椎外来】 岡山(第1・3)		手術	平野 馬見塚 万本		
皮膚科											古田				
漢方外来						【第2・4】 河村(再・予)	【第2・4】 河村(新・再・予)								
形成外科									中山						
泌尿器科		小倉		小倉		佐々木		佐々木			小倉		佐々木		
婦人科				上野(検診のみ)		上野(検診のみ)									
眼科		矢部	【予約検査】	矢部・大上		コンタクトレンズ 佐藤・矢部 (第1・3・5)	【手術】	矢部・大上	【予約検査】	大上	【予約検査】	矢部・大上			
耳鼻咽喉科		秋月		青柳		【腫瘍外来】 予 秋月・青柳		中村	秋月 (14:30～16:00) 手術	青柳	検査(予)	中村			
歯科口腔外科		鈴木(新・予)	小手術	鈴木(新・予)	小手術	鈴木(新・予)	小手術	鈴木(新・予)	小手術	鈴木(新・予)	小手術	鈴木(新・予)			
内視鏡				三島		石橋		橋本		消化器科 (大腸内視鏡) 宮川		石橋			

※(新)は新患 (再)は再来 (予)は予約の略です。
※学会出張等により、臨時に休診または受付時間を変更する場合があります。ご確認ください。