

ご挨拶 まだまだ寒い日が続いておりますが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。今年、年末年始のお休みを長く取れた方が多かったのではないかと思います。皆さま思い思いの休暇を過ごされたのではないのでしょうか。年の初めに、今年の院内行事の予定をお知らせ致します。患者様向けセミナー「小の月糖尿病と眼のセミナー」を2・4・6・11月の第3木曜日に山名眼科医院にて、「第7回糖尿病市民公開講座」を平成27年9月5日（土）になかまハーモニーホールにて開催致します。セミナーの他にも様々な催しを予定しておりますので、是非ご参加頂けますようお願い致します。本年も山名眼科医院及びこやのせ眼科クリニックの職員一同、心を新たに診療に取り組んでいく所存でございます。本年もよろしくお願い申し上げます。



山名眼科医院
院長 山名 泰生

こやのせ眼科クリニック
院長 合屋 慶太

トピックス 「はやり目」について

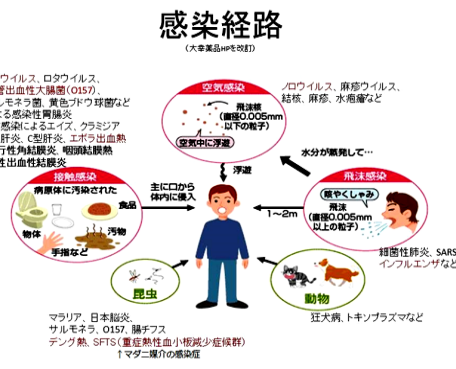
●「はやり目」とは？
アデノウイルス（風邪の原因のウイルスの一種）の感染によって起こる結膜炎です。感染力が非常に強く、結膜炎にかかった人の目を触った手で他の人の目を触れたり、結膜炎の人の使用後のタオルを使った場合などでも感染します。結膜だけでなく、だんだん角膜（黒目）にも炎症が広がり、角膜上皮（角膜の一番表層の細胞層）が傷ついたり、淡い濁りができたりすることもあります。特に、赤ちゃんや小さい子供の場合には、急激に炎症が悪化しやすいので、注意が必要です。症状としては、結膜（しろ目）が赤くなったり、まぶたの裏にブツブツができてメヤニや涙が増える、かゆみ、しょぼしょぼする、ゴロゴロする、まぶしい感じなどです。症状がひどくなれば、出血や耳の前のリンパ腺（耳前腺）が腫れ、しろ目がブヨブヨしてくる（結膜浮腫）、発熱などが起こることもあります。

●「はやり目」と診断されたら？
はやり目自体は自然に治りますが、別の殺菌などの混合感染を予防するために、抗菌薬の点眼を行います。また、角膜の濁りが見られる場合には、ステロイド薬の点眼も行います。
アデノウイルスは感染性が非常に高いウイルスで、主に手を介して伝染します。家族やまわりの人にうつさないために、あるいは家族内でうつらないために、以下の点に注意しましょう！！

- ・手を流水や石けんでよく洗う
- ・手で目をこすらない
- ・人ごみへは出かけない
- ・タオル、洗面用具などは家族のものと別にする
- ・お風呂は最後に入る
- ・目を手やタオルで拭かず、ティッシュペーパーなどの使い捨てのもので拭き取る
- ・医師の許可があるまで保育園、学校、会社などは休む

こやのせ眼科クリニック

＜感染経路を理解して予防することが大事＞
最近話題のエボラ出血熱やデング熱。報道に踊らされ、ただ恐怖を感じているのではないのでしょうか？エボラやデングと聞くと遠くの出来事と思いがちになりますが、インフルエンザやノロウイルスなどの身近なものと同じ感染症です。これらの感染症は感染経路を理解し、正しい知識を持つことで予防していくことが大事です。感染が起こるには、感染源から病原体が人間に侵入しなければなりません。日常の生活において注意すべき主な感染源は、**接触感染・飛沫感染・空気感染**の3つです。
接触感染は、皮膚や粘膜の直接的な接触や、手・ドアノブ・便座等の表面を



介しての接触で主に口から体内に侵入します。一番身近な予防方法は手を洗うことです。
飛沫感染は、咳やくしゃみ、会話によってとんだ唾しぶきに含まれる病原体を吸入することで感染します。マスクの着用や感染源から距離を取ることが有効な対策となります。
空気感染は、咳やくしゃみまたは嘔吐物等が乾燥して病原体を含むホコリ等が空間に浮遊し広範囲に広がり、その浮遊する病原体を吸入することで感染します。嘔吐物等が乾燥する前に処理をし、消毒することが感染予防となります。
眼疾患では、**アデノウイルス（流行性角結膜炎）・エンテロウイルス（急性出血性結膜炎）**があります。どちらも汚染されたものからの接触感染です。しかし、咽頭結膜熱を起こすアデノウイルス（全身症状がある）は唾液・糞・尿にも排出され飛沫感染する恐れもありますので注意が必要です。感染症にかからないためには、感染経路を理解し、それを遮断することが重要な対策の一つとなります。

中間メガネ・コンタクト

目元を洗う新感覚「アイシャンプー」のご紹介
一般的な洗顔料は目にしみて、目元を丁寧に洗うことができません。“目にしみない”を基本に、目元をしっかり洗えるクレンジングが発売されました。目元を清潔に保つことが目の健康にとっても重要です！
まぶたの縁には、涙に油分を供給する重要な器官、「マイボーム腺」があります。目がゴロゴロする、かゆい、かすむ、などの現象は、まぶたの縁の汚れが原因かもしれません。海外では、マイボーム腺を清潔に保つことを“リッドハイジーン”と呼んでいます。まつ毛を洗うことで、このリッドハイジーンを実現するのが**アイシャンプー**。まつ毛を洗う新習慣を取り入れて、健康で快適な目元で毎日を過ごせるようにしましょう。

②アイシャンプーを目元に優しく伸ばし、まつ毛の根元の汚れを落とすように軽くマッサージします。汚れが気になる時は、綿棒を使用しても良いでしょう。
③水又はぬるま湯で洗い流します。洗顔は、アイシャンプーの前でも後でも構いません。

アイシャンプー使用前後の写真

Before: 目元が汚れている状態
After: 目元が清潔になっている状態

アイシャンプー 3つのポイント

- 1 目にしみにくい目にやさしい
- 2 涙に脂目新発想
- 3 眼科のドクターも推奨

日本初

中間メガネにて販売しております。
1本 ¥1,296 (税込)

院内セミナーのご案内
第128回小の月セミナー
日時：平成27年4月16日（木）
14時から15時30分
場所：山名眼科医院 待合室
◇眼のセミナー
「演題未定」
山名眼科医院 院長 山名 泰生

◇糖尿病のセミナー
「糖尿病患者の運動療法」
製鉄記念八幡病院 リハビリテーション部
理学療法士 池永 千寿子先生

医療法人道西会
山名眼科医院
〒809-0022
福岡県中間市鍋山町13-5
電話 093-246-2345
院長 山名 泰生
副院長 松尾 雅子
医局長 高嶋 雄二
【受付時間】
◇月・火・水・金曜日
午前 9:00~12:00
午後 14:30~18:00
◇木・土曜日
午前 9:00~12:00

こやのせ眼科クリニック
〒807-1261
北九州市八幡西区木屋瀬365-6
電話 093-619-3330
院長 合屋 慶太
【受付時間】
◇月・火・木・金曜日
午前 9:00~13:00
午後 14:30~18:00
◇水・土曜日
午前 9:00~13:00
<オルソケラトロジーお問合せ>
こやのせ眼科クリニック
近視手術外来
電話 093-619-3370

<メガネのお問合せ>
中間メガネ・コンタクト
(山名眼科ビル内)
TEL: 093-246-2550