# ゆうかり便り

静岡徳洲会病院会報誌＊yuukaridayori　vol.96

5・6
May・June

進学、就職、配置転換などで環境が大きく変化してから一月あまり。新しい環境にうまく適応できず、あるいは適応しようと頑張りすぎて、うつ的な状態になることを5月病といっています。真面目すぎる人や頑張りすぎる人は、環境に過剰に適応しようとして自分を抑え込んでしまいます。その結果、大きなストレスを感じてしまい、発症しやすくなります。頭痛、不眠、朝起きられない、などは、うつ病の症状であることがありますので、産業医や校医に早めに相談しましょう。周囲の人で疑わしいと思われる人がいたら、積極的に声をかけ相手の話を聴いてあげてください。そして相手の話を即座に否定しないよう務めることが大切です。

院長 相澤 信行

特定医療法人 沖縄徳洲会

## 静岡徳洲会病院

院　長 相澤　信行

基本理念

**生命だけは平等だ！**

～健康と生活を守る病院～
～生命を安心して預けられる病院～

**診療科目**

内科・外科・整形外科・小児科
歯科口腔外科・耳鼻咽喉科・皮膚科
婦人科・神経内科・循環器科
心臓血管外科・泌尿器科・脳神経外科
形成外科・リウマチ科

**診療時間**

●午前診療受付　平日・土曜　8:00～12:00
●夕方診療受付　平日のみ　16:30～19:00
※時間帯により診療科目が限定されます
●急患は年中無休・24時間いつでもお受けします（内科・外科）

《入院面会時間》
12:00～20:00

**無料駐車場 250台有**

**公共交通機関での来院の場合**

JR東海道線「安倍川駅」より、タクシーで約10分
JR東海道線「静　岡　駅」より、バスで約30分
静岡鉄道　「新静岡駅」より、バスで約30分

バスは下記の中原池ヶ谷線・東新田下川原線をご利用ください。
中原池ヶ谷線　「徳洲会病院」行き 徳洲会病院下車
東新田下川原線「徳洲会病院」行き 徳洲会病院下車

特定医療法人 沖縄徳洲会　静岡徳洲会病院 広報室
〒421-0193 静岡市駿河区下川原南 11 番 1 号　TEL:054-256-8008(代表) FAX:054-256-8020
ホームページ：http://www.shizutoku.jp/　メール：web-shizuoka@tokushukai.jp

## 花粉症とは

アレルギー疾患の中で花粉を原因物質(アレルゲン)とするものです。花粉が体内に入ってから早い段階で起こる「即時相反応」と時間が経ってから起こる「遅発相反応」があります。
花粉が鼻に入ると、くしゃみ、鼻汁、鼻づまり等の症状が現れます。また、花粉が目に入ると、痒み、涙、充血等の症状が現れます。これを「即時相反応」と言います。
家の中にいる時など、花粉がない状態でも症状は現れます。これは、アレルギーの細胞から放出される物質が神経や血管を刺激するためです。これを「遅発相反応」と言います。

## 花粉症の患者数

鼻アレルギー診療ガイドライン2013年版より、全国の耳鼻咽喉科医とその家族を対象とした2008年(1月～4月)の鼻アレルギーの全国疫学調査によると、花粉症の有病率は29.8%でした。4人家族なら確実に1人は花粉症という結果です。
日本では約60種類の花粉によるアレルギーが報告されています。そのうち花粉症の原因となる代表的な花粉は約10種類ありますが、

**一般的に最も多いのは、スギ花粉を原因とするスギ花粉症です。**

同調査結果によると、スギ花粉症の有病率は26.5%でした。これは、日本の国土に占めるスギ林の面積が大きく、飛散する花粉量も多いことや、ヒノキ花粉もスギ花粉と共通性があるためスギ花粉症の原因となることによります。
ちなみに、花粉の飛散が極めて少ない北海道とスギが全く生息していない沖縄ではスギ花粉症の患者は他の地域に比べて少なくなっています。

右の表は、花粉症をおこす原因となる代表植物とその花粉の飛散時期を表したものです。
地域別の詳しい情報を知りたい方は、厚生労働省・環境省等の国のホームページ、各市町村のホームページ、製薬メーカーのホームページ等を調べてみて下さい。

代表植物とその花粉飛散時期

■ 花粉飛散時期

| | 1月 | 2月 | 3月 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| スギ | | ■ | ■ | ■ | | | |
| ヒノキ | | | ■ | ■ | | | |
| ハンノキ | | ■ | ■ | ■ | ■ | | |
| ブナ | | | | ■ | ■ | | |
| マツ | | | | ■ | ■ | | |
| イチョウ | | | | | ■ | | |
| イネ | | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ |

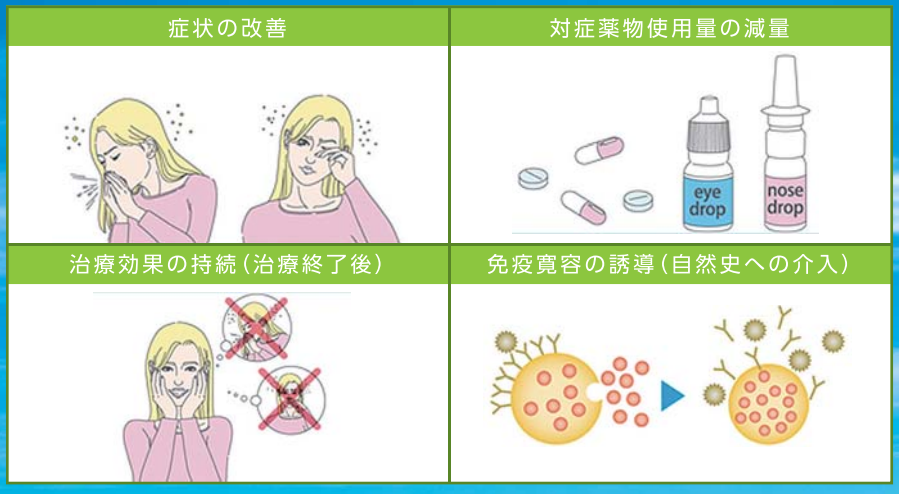
# 花粉症の治療薬

花粉症の一般的な治療薬には、抗ヒスタミン薬・抗ロイコトリエン薬・化学伝達物質遊離抑制薬・副腎皮質ステロイド薬があります。それぞれの薬の特徴は表を参照して下さい。共通して言えることは、どれも症状の予防と軽減を目的としていることです。

| 薬の種類 | 薬のかたち | 薬が抑える症状 | 特　　徴 |
|---|---|---|---|
| 抗ヒスタミン薬 | 飲み薬<br>点　鼻<br>目　薬 | くしゃみ<br>鼻　水<br>目のかゆみ | 数日で効果がでる。<br>かゆみを抑える効果もある。<br>※眠気が出ることがあるので、<br>運転などの作業には注意しましょう。 |
| 抗ロイコトリエン薬 | 飲み薬 | 鼻づまり | 薬を飲み始めてから<br>1週間くらいで効き始める。 |
| 化学伝達物質遊離抑制薬 | 飲み薬 | くしゃみ | 薬の効き方は穏やか。副作用が少ない。 |
| | 点　鼻 | 鼻　水 | 効き始めるまでに2週間程度必要。 |
| 副腎皮質ステロイド薬 | 飲み薬<br>点　鼻 | ー | 効果が強い<br>（抗アレルギー ＜ ステロイド） |

新しい治療法として、今までは注射剤でしか行えなかった減感作療法(アレルゲン免疫療法)が舌下に投与する形で厚生労働省に製造販売が承認されました。現在、2014年秋以降の発売に向けて準備されています。

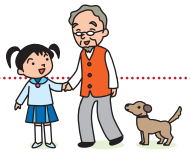
減感作療法とは、アレルゲンを、低濃度・少量から投与し、徐々に増量、高濃度へ移行させ、アレルゲンに対する過敏性を減少させる治療法です。専門医師への受診が必要な治療方法です。下記図のような効果が期待されています。




**花粉症の治療方法や、国の対策は年々進化しています。花粉症の治療を希望される方は、花粉シーズンが始まる1ヶ月くらい前から相談して下さい。**

# 5月診療日のご案内

| | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 午前診療<br>受付 8:00～12:00<br>診療 9:00～ | 内科 | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| | 神経内科 | | | | ●※1 | | ●※1 |
| | 糖尿病外来 | | | | | | ●※2 |
| | 循環器科 | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| | 外科 | ● | | ● | | ● | ● |
| | 整形外科 | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| | 関節外科 | ● | ● | | ● | ● | |
| | リウマチ科 | | ● | | ● | ● | |
| | 小児科 | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| | 皮膚科 | | | ● | | | |
| | 形成外科（受付10:30迄） | | | | | | ●※3 |
| | 耳鼻咽喉科 | ● | | ● | | ● | ● |
| | 泌尿器科（受付11:30迄） | | ● | | ● | | |
| | 婦人科 | | ● | | ● | | |
| | 歯科口腔外科 | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| 午後診療 要事前連絡 | 脳神経外科 | | | | | ●※4 | |
| | 歯科口腔外科 | ● | ● | ● | | ● | |
| 夕方診療<br>受付 16:30～19:00<br>診療 17:00～ | 内科 | ● | ● | ● | ● | ● | |
| | 外科 | ● | ● | ● | ● | ● | |
| | 小児科 | | ● | | | ● | |
| | 整形外科 | | ● | | | | |
| | 歯科口腔外科 | ● | | | | ● | |



**急患は年中無休・24時間**
**いつでもお受けします。**

（内科・外科による受付）

紹介状がなくてもお受けしますが
初診に限り保険外併用療養費として
1,080円をご負担頂きます。

**診療日の変更・休診もございます**

とくに初診時には、来院前に下記まで
お問合わせいただく事をおすすめします。

**tel.054-256-8008**

※1：1日と17日　※2：24日
※3：17日と31日　※4：16日

# 26年5月公開医療講座

入場無料！　申込不要！

お問合せ先　**静岡徳洲会病院・育友会**　tel.054-256-8008

| 日・曜日 | 開始時間 | 講座名 | 場所 | 講師 |
|---|---|---|---|---|
| 2日（金） | 13:00 | いぼ痔の新しい治療法<br>～痛みの少ない PPH 法、切らずに治すジオン注～ | 焼津市<br>焼津公民館 | 村山　弘之<br>（外科） |
| | 14:00 | 日帰りで出来る下肢静脈瘤の治療<br>～スカートをはいて街にでてみませんか？～ | | |
| | 15:00 | ソケイヘルニア（脱腸）の日帰り手術<br>～ダイレクトクーゲル法について～ | | |
| 8日（木） | 14:00 | インプラント治療法<br>～人工歯根インプラントを知っていますか？～ | 清水区<br>駒越生涯学習交流館 | 田中　信幸<br>（歯科口腔外科） |
| 9日（金） | 14:00 | いぼ痔の新しい治療法<br>～痛みの少ない PPH 法、切らずに治すジオン注～ | 静岡徳洲会病院<br>1階講義堂 | 村山　弘之<br>（外科） |
| 15日（木） | 14:00～16:00 | インプラント（人工歯根）個別相談会<br>★ お電話にてご予約のうえ来院下さい。★ | 静岡徳洲会病院 | 田中　信幸<br>（歯科口腔外科） |
| 16日（金） | 14:00 | ソケイヘルニア（脱腸）の日帰り手術<br>～ダイレクトクーゲル法について～ | 静岡徳洲会病院<br>1階講義堂 | 村山　弘之<br>（外科） |
| 19日（月） | 14:00～18:30 | 歯科矯正（歯並びの治療）個別相談会<br>★ お電話にてご予約のうえ来院下さい。★ | 静岡徳洲会病院 | 中川　史彦<br>（矯正歯科） |
| 21日（水） | 14:00 | がんのお話 | 駿河区<br>健康文化交流館<br>来・て・こ | 荒深　景一<br>（外科・副病院長） |
| | 14:30 | 身体にやさしい手術 | | |
| 23日（金） | 14:00 | 知っていただきたい腎臓の話<br>～あなたは腎臓を大事にしていますか？～ | 藤枝市<br>岡部公民館 | 岩崎　早苗<br>（看護部） |
| | 15:00 | 腎臓病教室<br>～腎臓を守る食事～ | | 管理栄養士<br>（栄養管理室） |
| 28日（水） | 14:00 | 介護を必要としない身体作り<br>～ロコモティブシンドローム～ | 藤枝市<br>西益津公民館 | 杉山　貴哉<br>（リハビリテーション科） |
| | 15:00 | やってみよう！リハビリトレーニング！<br>～簡単なトレーニングを一緒に体験しましょう！～ | | |
| 29日（木） | 14:00 | 高額療養費について<br>～限度額と還付金について～ | 駿河区<br>長田生涯学習センター | 英　徳文<br>（医事課） |
| | 14:30 | ～介護保険の申請から利用まで～<br>介護保険の上手な使い方 | | 水野　三有紀<br>（医療相談室） |
| 30日（金） | 14:00 | 日帰りで出来る下肢静脈瘤の治療<br>～スカートをはいて街にでてみませんか？～ | 静岡徳洲会病院<br>1階講義堂 | 村山　弘之<br>（外科） |
| 31日（土） | 13:00（12:50 受付） | 乳癌検診セミナー・・・希望者は検診ができます。 | 静岡徳洲会病院<br>1階講義堂 | 村山　弘之<br>（外科） |
| | 14:00 | 巻き爪・陥入爪で悩んでいるあなたへ<br>～痛みのない矯正法～ | | |

どなたでもご参加いただけます！お気軽にご来場ください♪※諸事情により時間、講演内容が急遽、変更になる場合がございます。