

私のカルテ

No 3 2 2

眼瞼下垂がんけんかすいについてのお話津島市民病院
形成外科医師
宮嶋 尊則

突然ですが、「目つきが悪い」「や」いつも眠そうな顔をしている」と言われたり、「おでこの皺が増えてきた」と悩んだりしていませんか？それは「隠れ眼瞼下垂」かもしれません。もしこの文章を読んでみえるあなたに先のようなことで心当たりがあれば、それは治療することのできる可能性があります。

今日は眼瞼下垂症についてお話をさせていただきます。

眼瞼下垂の症状

眼瞼下垂とは眼瞼挙筋、簡単に言うと「まぶたを開けるための筋肉」が様々な原因で働きの悪くなり、目が開けにくくなる病気のことを言います。これにより色々な症状が引き起こされます。例えば「肩こり」、「頭痛」です。がんばって目を開けようと肩に力が入りっぱなしになるのです。夕方くらいには肩がパンパンになり頭痛もしてきます。ひどい人では朝から頭痛に悩まされる場合もあると言います。

その他に「額の皺」などが増えることでもあります。額の皺は単なる「老化」だけではありません。がんばって目を開け

ようとすると人はおでこの筋肉を使って開けるのです。そうするとおでこにいつも皺が寄った顔になってしまいます。

眼瞼下垂の原因

この病気の原因は、まぶたを動かす筋肉が何らかの原因で機能不全を起こしているからと言われています。そのために「目が開けにくい」、「すっきりとした目元にならない」のです。

では何らかの原因とは何でしょうか。多くは加齢性の変化です。それ以外にも最近ではコンタクトレンズを長く使っている若者にもこの病気になる人が出てきています。また、生まれつきのものや神経や筋肉の病気、怪我や腫瘍が原因になったりする方もいらっしゃいます。

眼瞼下垂の治療

この病気は手術することで治療可能な場合があります。しかし、手術という怖い感じがします。

これから治療についてよくあるご質問を紹介しながら説明していきます。

手術の方法は？

部分麻酔と目薬の麻酔を併用して行

手術にかかる時間は？

時間は両まぶたで平均して1時間半で終わります。

入院は必要ですか？

当院では原則として抜糸する1週間までは安静を保つ目的で入院を勧めています。ただし眼瞼下垂の程度によっては日帰り手術も可能です。

傷はどうなるの？

切開した傷痕は残りますが二重のラインとなりほとんど目立ちません。逆に元々一重だった方はこの手術で二重になります。

手術後は腫れるの？

皮膚を切り取ったり、筋肉を短縮したりするのでまぶたが腫れたり、内出血を起こしたりします。この腫れは概ね1週間程度で落ち着きます。内出血は完全に落ち着くまで1カ月くらいかかりますが、女性の場合はお化粧することである程度カバーはできます。

手術後気をつけることは？

手術後3カ月目は目をこすらないようにしてください。目が腫れたり、その腫れが長びく方もいらっしゃいます。抜糸は1週間後です。手術後、抜糸前でも洗顔することは可能です。目の周りのお化粧は抜糸後から大丈夫です。

最後に

頭痛や肩こり、おでこの皺で悩んでいる方の中にはこの病気が潜んでいる可能性があります。その他にも目つきが悪いと言われたり、いつも眠そうと言われている方の中にもこの病気が潜んでいるかもしれません。一般的に一重まぶたの方は潜在的な眼瞼下垂の可能性があるとも言われています。

この話を聞いて心当たりのある方は一度お話だけでもお聞かせください。少しでも皆様のお役に立てることができれば幸いです。



3月の母子健康診査、BCG予防接種、教室のお知らせ

場所・予約・問い合わせは保健センター

種別	日	受付時間(開催時間)	対象	定員	持ち物
HAPPYマタニティ(ストレッチ編)	10(火)	午後1時10分~1時20分 (午後1時30分~3時30分)	妊娠中の方とその家族※2回目以降の参加もできます。 内容:妊娠・出産・育児についての講話、妊婦さん向けストレッチ	30人 予約制	母子健康手帳 *動きやすい服装
妊婦歯科健康診査	10(火)	午後1時10分~1時20分 (午後1時30分~3時30分)	妊娠中の方(安定期のときに受けてください) HAPPYマタニティ(ストレッチ編)と同時開催 内容:妊婦さん向けの歯科健康診査、ブラッシング指導	30人 予約制	母子健康手帳 手鏡、歯ブラシ コップ・タオル2枚
離乳食前期	24(火)	午前9時45分~10時 (午前10時~11時30分)	教室開催月に5~7カ月頃になるお子さんをもつ保護者 内容:離乳食初期から中期のお話と試食など	25人 予約制	母子健康手帳
BCG予防接種	3(火)	午後1時20分~2時 (指定された時間)	生後1歳に至るまでのお子さん *対象者に個別通知をします	—	母子健康手帳 BCG予診票
4カ月児健康診査	4(水) 18(水)	午後1時~2時30分 (指定された時間)	生後4カ月を過ぎたお子さん *対象者に個別通知をします (1歳未満まで受診可)	—	母子健康手帳 問診票
1歳6カ月児健康診査	5(木) 19(木)	午後1時~2時	平成25年8月生のお子さん *対象者に個別通知をします (2歳未満まで受診可)	—	母子健康手帳 問診票
2歳児歯科健康診査	12(木)	午後1時~2時 (指定された時間)	平成25年3月生のお子さん (3歳未満まで受診可)	50人 予約制	母子健康手帳、問診票 コップ・タオル 仕上げ磨き用歯ブラシ
3歳児健康診査	6(金) 20(金)	午後1時~2時	平成24年3月生のお子さん *対象者に個別通知をします (4歳未満まで受診可)	—	母子健康手帳 問診票 視力・聴力アンケート

☆健康診査はすべて1~2時間程度かかります。健康診査を受けていない方は、保健センターの保健師がご家庭を訪問します。
 ☆1歳6カ月児・3歳児健康診査でブラッシング指導をご希望の方は健診終了後に実施します。(歯ブラシを持参)
 ☆3歳児健康診査では当日会場で尿検査を実施します。
 ☆麻しん(はしか)、風しん(三日ばしか)、水痘(水ぼうそう)、流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)、インフルエンザ、とびひ等にかかっている方は、医師の許可が出てからお越しください。
 ☆予約制の場合は、定員になり次第締め切らせていただきます。
 ☆暴風警報等が、愛知県西部地方に発令された場合は実施できないことがありますので、保健センターにお問い合わせください。

★あなたの健康づくりを応援します。★看護師・保健師・管理栄養士・歯科衛生士が担当します。

健康ホットライン ☎27-1021(相談専用です)	ご自身や家族の健康について、また、育児に関する ことを専用電話で、保健師が相談をお受けします。	月~金(祝日は除く) 午前9時30分~11時
健康相談	生活習慣病など健康に関すること。 血圧・尿・体脂肪・喫煙度チェックもできます。	月~金(祝日は除く) 午前9時~午後5時 *要予約 電話相談可
こころの健康相談	こころの不調への早期対応、予防に関すること。	
お口の健康相談	歯みがきの方法等、歯科に関すること。	2月13日(金)、3月13日(金) *上記以外の日程でも相談可能
体力チェック	簡単な体力測定で、体力年齢がわかります。	
家庭訪問	ご家庭に訪問して、相談をお受けします。	
栄養相談(要予約)	食生活に関する相談を管理栄養士がお受けします。	

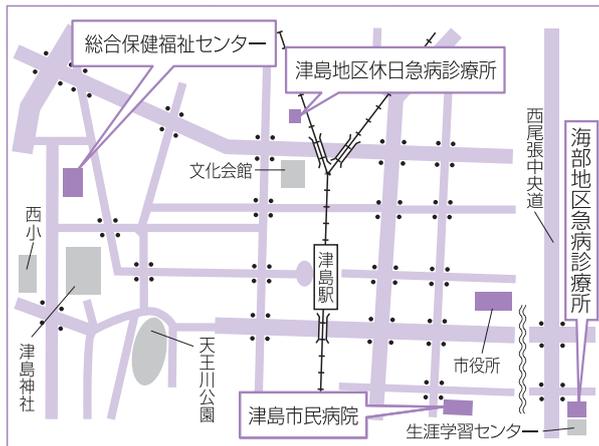
くすり安心電話

津島海部薬剤師会
会員が、緊急時の薬
の相談に応じます。

午後9時~翌日午前
9時

☎090-2136-3858

問合せ 保健センター(総合保健福祉センター内) 所在地 上之町1-60 ☎23-1551



津島地区休日急病診療所

内科・小児科
日曜日・祝日
午前8時30分~11時30分
午後1時~4時30分

所在地 藤浪町4-14
☎24-3611

海部地区急病診療所

内科・小児科
平日 午後8時30分~11時
土曜日 午後6時~8時30分
日・祝日 午前9時~11時30分
午後1時~4時30分
午後6時~8時30分

歯科 日・祝日 午前9時~11時30分
午後2時~4時30分

所在地 菟原町字郷西37
☎25-5210

津島市民病院

所在地 橘町3-73
http://www.tsushimacity-hp.jp/
☎28-5151

診療可能な病院を案内します

消防本部
☎23-0119
救急医療情報センター
☎26-1133

2 月 市 民 相 談

※相談員の都合により相談を休むことがありますので、当日、電話でご確認ください。翌月7日分まで掲載。
 ※法律相談は、受付件数が限られていますので、ご希望の日時に相談できない場合があります。
 ※年金相談は、受付件数が限られています。(番号札は、当日午前8時30分より配布)

相 談 名	日 時	場 所	問 合
行政相談	6日、3月6日 午前10時～正午	総合保健福祉センター 2階市民相談室	☎24-3456 相談日のみ
内職相談	5、12、19、26日、3月5日 午前10時～午後3時	総合保健福祉センター 2階市民相談室	☎24-3456 相談日のみ
心配ごと相談	13、27日 午前9時～正午 受付は終了時間の1時間前まで	総合保健福祉センター 2階市民相談室	☎24-3456 相談日のみ ☎25-8411 社会福祉協議会
法律相談(要予約)	3、17日、3月3日 午後1時～4時	総合保健福祉センター 2階市民相談室	☎24-3456 相談日のみ ☎25-8411 社会福祉協議会
結婚相談	2、5、9、12、16、19、23、26日、 3月2日 午前10時～正午 受付は終了時間の1時間前まで	総合保健福祉センター 2階市民相談室	☎24-3456 相談日のみ ☎25-8411 社会福祉協議会
高齢者の健康相談	3、10、17、24日、3月3日 午後1時～3時	老人福祉センター	☎28-7561
高齢者の健康相談	4、18、21、25日、3月4日 午後1時～3時	神島田祖父母の家	☎32-2151
認知症介護相談	月曜日～金曜日(祝日は除く) 午前10時～午後4時	公益社団法人認知症の人と 家族の会・愛知県支部	☎0562-31-1911(電話相談)
家庭児童相談	月曜日～金曜日(祝日は除く) 午前8時30分～午後5時15分	総合保健福祉センター 3階家庭児童相談室	☎24-0350
年金相談	4、18日、3月4日 午前10時～午後3時	市役所1階市政相談室	保険年金課 医療・年金G 内線2121
法律相談(要予約)	9、23日 午後1時～4時	市役所1階市政相談室	総務課 庶務G 内線2351
消費生活相談	6、12、20、25日、3月6日 午後1時30分～4時30分	市役所1階市政相談室	産業振興課 商工観光G 内線2253
相続・登記相談(要予約)	4、18日、3月4日 午後1時～3時	津島商工会議所相談室	☎28-2800 津島商工会議所
肢体不自由児療育相談	お休みします	彩雲館	☎24-7111
労働者特別相談・ 勤労者金融相談	月曜日～金曜日(祝日は除く) 午前10時～正午、午後1時～4時	勤労者安心ネット ワークセンター	☎0120-81-1505 (電話相談)

津島データファイル

人口と世帯 (外国人を含む)	総人口……64,450人(-110) 男……31,667人(-63) 女……32,783人(-47) 世帯数…25,579世帯(-32) 1月1日現在、()内は前月比
市内の交通事故・ 犯罪 [12月]	事故発生件数…43件(401件) うち死亡者……1人(1人) 犯罪発生件数…55件 ()内は平成26年中の累計
市内の火災	12月……1件(18件) ()内は平成26年中の累計
救急車の出動回数	12月……267件(2,780件) ()内は平成26年中の累計

今月の市税や料金など

納期限 平成27年3月2日(月)

国民健康保険税…第10期 介護保険料…第11期 固定資産税・都市計画税…第4期
 後期高齢者医療保険料…第8期 市営・改良住宅家賃、住宅新築資金等償還金、
 保育所運営費負担金…2月分 下水道事業受益者負担金…第4期

市税の今後の納期

	3 月	4 月	5 月
市 県 民 税	—	—	—
固定資産税・都市計画税	—	平成27年度第1期	—
国民健康保険税	—	—	平成27年度第1期

税や料金の納付には便利な口座振替をご利用ください

水道料金をはじめ、市に対するお支払いの多くにご利用いただけます。
 取扱金融機関の窓口にてお申し込みください。

取扱金融機関

いちい信用金庫、三菱東京UFJ銀行、大垣共立銀行、三重銀行、愛知銀行、名古屋銀行、中京銀行、東海労働金庫、海部東農業協同組合、あいち海部農業協同組合、ゆうちょ銀行(郵便局)



**日光川河川
防災ステーション竣工式**

26・12・20(土)
愛西市諸桑町地先

日光川と目比川の合流点である愛西市諸桑町地先で、日光川河川防災ステーションの竣工式が行われました。

この河川防災ステーションは、県の整備管理の河川では、初めて設置されました。海部津島地域は、海拔ゼロメートル地域にあり、近年では昭和51年に目比川の決壊で津島市及び愛西市に大きな被害をもたらしました。施設の設置は、水害等の拠点施設として重要な役割を果たすものと考えています。



**つしま夢まちづくり提案補助事業
～韓国文化体験講座～**

27・1・10(土)
JA海部東
営農センター

つしま夢まちづくり提案補助事業である韓国文化体験講座が、開催されました。

体験講座の1つである韓国料理講習会では、料理研究家の千氏を特別講師にお招きし、津島の小松菜などを使った韓国料理を三種類作りました。午前・午後の2回開催され、参加された各約30人は、千氏と楽しく談話しながら料理を作り上げていました。

この日は駐名古屋大韓民国総領事館の朴総領事も出席され、「津島の野菜を通して、韓国の食文化に触れ、日韓交流につながってほしい」と述べられました。この他にK-POPのダンス教室や民族衣装の体験が行われました。



▲神野 大地さん

第91回東京箱根間往復大学駅伝

東京・大手町から神奈川県箱根町までの往復10区間に、関東の20校とオープン参加の関東学生連合を加えた21チームが参加して行われました。

昨年に引き続き出場した津島市出身の神野大地さんは、山登りで難所とされる往路第5区を走り、青山学院大学を総合優勝へと導きました。この活躍から「3代目山の神」として称され、最優秀選手に贈られる金栗四三杯を受賞しました。箱根駅伝での活躍から、メッセージをいただきましたのでご紹介します。

神野大地さんから

「小田原をスタートすると思ったより体が動きました。しかし山へ入ると冷たく、路面も一部凍る中、前へ前へと足を運びました。芦ノ湖で往路優勝のテープを切った時は夢のようでした。また個人では『新・山の神』と言われる事に誇りを持ち、主将としてチームをまとめていきたいと思います」

また、同じく津島市出身で、関東学生連合に選抜された村瀬圭太さんも、復路第7区を走りました。

村瀬圭太さんから

「1番感じたことは、本当にたくさんの人に応援していただき支えられているな、ということです。次回の第92回は、どうしても箱根駅伝にチームとして出場したいと強く思い、その目標を達成するため今まで以上に走り込み、努力をしています」



▲村瀬 圭太さん

発行

津島市市長公室企画政策課 〒496-8686 愛知県津島市立込町2-21 ☎0567-24-1111
内線2333
http://www.city.tsushima.lg.jp

携帯サイトから施設の所在地・電話番号が確認できます(別途通信料が必要です)。

「市政のひろば」にご自身の写真が載っている場合、お申し出いただければ差し上げます。