

日赤おおつ

なから



“斜光線”写真提供：今村 真治(検査部)

滋賀県がん診療広域中核拠点病院・がん診療連携拠点病院  
 基幹災害拠点医院・救命救急センター  
 総合周産期母子医療センター・地域医療支援病院  
 滋賀県肝疾患診療連携拠点病院・滋賀県難病医療拠点病院  
 ・滋賀県エイズ診療拠点病院

**大津赤十字病院**

〒520-8511 大津市長等1-1-35  
 TEL.077-522-4131 FAX.077-522-4385  
<http://www.otsu.jrc.or.jp>

# 理念

私たちは「人道・博愛」の赤十字精神にのっとり、患者さまの人權と意志を尊重して、最善の医療を提供し、地域の人々の健康増進に努めます。

# 基本方針

- ① 患者さまと共にあゆむ医療を心がけ、プライバシーと権利を大切にします。
- ② 医療の質の向上に努め、安全で高度な医療を提供します。
- ③ 救急医療に積極的に取り組み、災害救護に貢献します。
- ④ 地域の中核病院として他の医療機関との連携を推進します。
- ⑤ 研修・研鑽を積み、次代を担う医療従事者の育成に努めます。

■診療受付時間……**午前8時から**

■初診患者さま……**①番窓口**

■再診患者さま……**診察受付機**

ご紹介患者さまは  
**8時30分**より**⑩番窓口**で  
 受付します。

❖病院敷地内禁煙にご協力ください❖

平成25年度

# 赤十字県民大学受講生募集

大津赤十字病院と日本赤十字社滋賀県支部は、平成25年度も「赤十字県民大学」を開講いたします。

本講義は地域の皆様を対象に病気の予防と健康の増進のため、ピアザ淡海で開催しています。

受講希望の方は下記の要領でお申込下さい。

期 間：平成25年4月13日～平成26年3月15日  
 (月1回 全12回コース)  
 時 間：9時45分～11時30分(受付は9時10分から)  
 場 所：ピアザ淡海 県民交流センター  
 講 師：大津赤十字病院院長・副院長・各診療部長  
 定 員：約200名(申込多数の場合は抽選)

申込期間：平成25年3月1日(木)～3月22日(金)まで

申込方法：往復はがきに住所、郵便番号、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を記入の上郵送(この個人情報には本目的以外には使用いたしません。)

申込み先：大津赤十字病院 医療社会事業部社会課

【〒520-8511 大津市長等一丁目1-35】

お問合せ：同 上 電話 077-522-4131(内線2191)

申込締切  
3月22日まで!

開 講 日	テ ー マ	講 師
4月13日(土)	(開講式)「大津赤十字病院の過去・現在・未来」 心臓病の予防のために	病 院 長 廣 瀬 邦 彦
5月11日(土)	見逃しやすい手指の外傷とよくある手指の痛みについて	副院長 石 川 浩 三 形成外科部長
6月15日(土)	肝臓がんと膵臓がん	副院長 土 井 隆 一 郎 第一外科部長
7月27日(土)	血液がんにつきあう	副院長 大 野 辰 治 第一内科部長
8月17日(土)	がん診療には不可欠な“放射線”について	第一放射線科部長 芥 田 敬 三
9月28日(土)	緩和ケアを学ぼう	第二消化器科部長 三 宅 直 樹
10月19日(土)	パーキンソン病について	神経内科部長 松 井 大
11月16日(土)	QOL(生活の質)を考慮した肺がん診療の最近の動向	呼吸器外科部長 山 中 晃
12月21日(土)	いつまでも丈夫な足・腰で長生きするために ～ロコモティブシンドロームの予防と治療について～	第一整形外科部長 田 縁 千 景
1月18日(土)	高齢者の目の病気とその治療法	眼 科 部 長 栗 山 晶 治
2月15日(土)	胃腸の健康を守るために ～感染症予防からがん検診まで～	第一消化器科部長 河 南 智 晴
3月15日(土)	メタボリックシンドロームと言われないために ～今年こそやせよう～ (閉講式)	副院長 岡 本 元 純 第二内科部長

★パンフレットは外来1階の総合案内・医事課窓口・総合医療相談室・人間ドックセンター・赤十字展示コーナー等にも設置しております。



赤十字運動標語

Together for humanity  
 「人間を救うのは、人間だ。」

担当課：大津赤十字病院社会課

# 高血圧と脳卒中



第一脳神経外科部長  
山添直博

**高**血圧とは上の血圧（収縮期血圧）が140mmHg以上または下の血圧（拡張期血圧）が90mmHg以上の状態のことを言います。この高血圧は非常によくある病気で日本人全体では3000万人から4000万人の患者さんがいると推測されています。そのうち継続的な治療を受けておられるのは800万人程度で、特にこれといった症状が無いため治療を受けておられない方も多いのが現状です。しかし放っておくと怖い病気で、脳卒中、虚血性心疾患、腎不全等を引き起こしたりしますので、サイレント・キラー（静かな殺人者）などとも言われます。今回は特に高血圧と脳卒中の関連について述べさせていただきます。

脳卒中には脳梗塞、脳出血、クモ膜下出血の3つの病気が含まれます。病気の部位や発症してからの対処が遅れたりすると、後遺症が残ったり最悪の場合は死亡してしまうこともあります。現在では癌、心疾患に抜かれましたが、昭和50年代半ば頃まで脳卒中は日本人の死亡原因のトップでした。

脳卒中の中で一番多い脳梗塞とは、脳を栄養する動脈が詰まり脳に血液が行かなくなった結果脳細胞が壊死してしまう病気で、脳卒中全体の約6割以上を占めます。さらに脳梗塞は、①脳塞栓、②アテローム血栓性脳梗塞、③ラクナ脳梗塞の3つのタイプに分類されます。その各々について少し述べさせていただきます。

①脳塞栓：心臓等でできた血液のかたまりなどが血液の流れに乗って運ばれ、脳の血管に詰まってしまう病気で、症状は急激な発症で重症化しやすく、高血圧以外にも心房細動等の不整脈や心臓の弁膜症からも生じることがあり、最近で高齢の方に増えてきているタイプです。

②アテローム血栓性脳梗塞：脳血管の内側にコレステロールが

蓄積され、それが動脈を細くしたり、血栓を形成して脳梗塞を引き起こすタイプです。高血圧のほか、高脂血症、糖尿病などがあると発症する確率が上がります。

③ラクナ脳梗塞：血圧、加齢により脳の細い血管が脆くなり、脳の深部に小さな脳梗塞が起る病気で、脳梗塞の中では比較的症状が軽い場合が多いとされています。

脳卒中の中で二番目に多い脳出血は、脳の小動脈が高血圧、加齢により壊死をきたし出血すると考えられています。出血する部位によって、意識障害、半身麻痺、感覚障害、ふらつきなど様々な症状をきたします。脳梗塞と比べると後遺症障害が残りやすいとされています。飲酒や低コレステロール血症も危険因子と考えられています。

脳卒中の中で三番目に多いくも膜下出血は、脳の比較的太い動脈が枝分かれする部分にできた血管の瘤が破れることによって起ります。突然の激しい頭痛と引き続いての悪心・嘔吐はこの病気の典型的な症状です。突然死に近い非常な重症なものから後遺症なしで済む軽症のものまでさまざまです。原因がよくわからない場合も多いのですが、高血圧、喫煙、飲酒は危険因子とされています。

以上述べさせていただいたように、脳卒中の個々のタイプによって程度の差はありますが、高血圧はすべての脳卒中の危険因子と考えられています。高血圧の定義は収縮期血圧140mmHg以上または拡張期血圧90mmHg以上ですが、それとは別に至適血圧という言葉があります。これは脳、心臓、腎臓などの臓器が障害を起こさないための理想的な血圧の値のことで、収縮期血圧120mmHg未満かつ拡張期血圧80mmHg未満とかなり厳しい基準になっています。実際の日本の調査では至適血圧の人が脳卒中にかかる確率は重症高血圧の人の約1/8、軽症高血圧の人の約1/3という結果がでています。一旦脳卒中になると取り返しのきかない場合が多いため、高血圧に対し塩分のとり過ぎ等の食習慣の改善、必要な場合にはお薬を使った治療が大切かと思われま

# 冬場の乾燥肌対策

**毎**年冬になると皮膚のカサカサや痒みに悩まされている方が多いのではないのでしょうか。日本の冬は湿度が下がり大気が乾燥するので、対策を怠ると皮膚も乾燥してしまいます。乾燥肌対策には保湿外用薬の使用が最も効果的です。入浴後のまだ肌が潤っているうちに保湿外用薬を毎日塗り続ける習慣を身に付けて下さい。就寝前や朝の着替えの時に塗布するとさらに効果が上がります。



皮膚科部長  
吉川義顕

また、乾燥肌の予防には、日ごろのちょっとした生活習慣を見直すことも大切です。

- 熱いお湯での長湯は皮膚の乾燥を招きます。また、タオルを使って体をゴシゴシ強く洗ってはいけません。泡立てた石鹸を両手にのせて優しく洗いましょう。
- 部屋の湿度管理も重要です。暖房器具の使用により湿度はさらに低下します。部屋の乾燥対策には加湿器の使用が有効ですが、洗濯物や濡れタオルを部屋干しするだけでも効果が期待できます。
- 就寝中に痒みを感じる方も多いと思います。電気毛布は乾燥肌の原因となるだけでなく、あたため過ぎは痒みを助長します。就寝前には電気毛布のスイッチを切りましょう。
- 乾燥した皮膚は敏感になっているため少しの刺激で痒みを感じます。木綿や絹など刺激の少ない肌着を選びましょう。
- 食生活にも注意が必要です。香辛料を使った刺激の強い食べ物やアルコールの摂取は痒みを起こすことがあるので控えるようにしましょう。

乾燥肌を放置しておく、やがて皮膚には赤いブツブツやひびわれなどがみられ、痒みもさらに増してきます。これが、いわゆる「皮脂欠乏性湿疹」です。このような症状にはステロイド薬の外用や抗アレルギー薬の内服が必要となります。乾燥肌が続く場合には皮膚科を受診して下さい。