

お元気 ですか

シリーズ：休日・夜間に救急受診 その前に・・・Vol.13

雪眼炎(ゆきめ)

雪眼炎・電気性眼炎は、角膜が直接紫外線に曝露された場合に起こる表層角膜炎です。太陽光による紫外線障害は、雪山での雪眼炎(ゆきめ)が代表的ですが、海水浴場、高山、釣りなどでも発症します。電気性眼炎は紫外線の多い職場(殺菌灯を使用する場所)、紫外線の出る機械・器具の近くでの仕事(溶接作業等)などで発症します。紫外線領域の光は波長によって、UV-C(波長100-280nm)、UV-B(280-315)、UV-A(315-400)に分けられ、波長が短いほど生物学的毒性は強くなります(UV-C>B>A)。UV-Cは大気で吸収され人体へは届かず、地球に届く紫外線の5%がUV-Bで、95%がUV-Aですが角膜ではあまり吸収されません。

雪眼炎は主にUV-Bが原因で92%が角膜で吸収され、角膜の上皮細胞に障害をきたします。UV-B量が夏に多いにも関わらず、太陽光による角膜障害が冬に多いのは以下のような理由です。UV-Bは散乱しやすく反射による影響が大きく、地表面からの反射は5-10%、海岸の白砂は15-20%、水面は20-30%、雪面は80%以上です。またスキーや登山では下を向いている時間が多く、1,000m高度が上が

ると紫外線量が10-12%増えます。つまり、冬のスキーは雪・下向き・高地の条件が揃います。

電気性眼炎は、人工的な紫外線を近距離から浴びる事や、UV-Bより毒性の強いUV-Cも含まれるため、角膜障害・自覚症状が雪眼炎より強く、発症までの時間も短くなります。

目の日焼けのようなものですので、サングラスなどの遮光眼鏡を使用し、予防する事が一番大事です。紫外線を浴びて数時間から1日後と遅れて症状が出る事が多く、両眼白目(結膜)が充血し、目がごろつき、涙が出て、まぶしさと痛みのため目が開けられない事もあります。

病院で特別な治療があるわけではなく、点眼や眼軟膏を入れ眼帯をし、鎮痛剤内服や目を冷やします。翌日か長くても数日で症状は軽快する事が多く、慌てる必要はありません。

市立長浜病院 眼科
梅基 光良 先生

予防できるがんがあるのをご存知ですか？



市立長浜病院

小児科

あさの 浅野 勉 先生

子宮頸がんは、女性がかかるがんの中で乳がんの次に多く、毎年8,000人以上の患者が発生し、2,500人程が亡くなっています。近年、その発症にはヒトパピローマウイルス(HPV)の感染が大きく関わることが判り、またその感染を防ぐワクチン

ンが出来たことで「子宮頸がんは唯一予防できるがん」と認識されています。HPVは性交渉により誰でも感染するおそれがあり、感染しても大半はすぐ治るものの、一部で感染が続くと子宮頸部の細胞が異常な形となり徐々にがん化していくと考えられています。現在100ヶ国を越す国が、検診とワクチンで予防に力を入れています。日本ではようやく昨年12月にワクチンが承認され、当院では2月より接種開始の準備をしています。最も効果的な接種時期は初めての性交渉前であるため、10代前半の少女を対象とした接種が推奨されています。10歳から15歳の接種希望者には、小児科外来での予防接種を予定しています。

問 市立長浜病院 (☎62300代)

お知らせ

健康づくりと未来に花咲く医学研究に参加しませんか？

ぜろじ

〇次健診 最終日程決定！

土日も
行います！

珍しい検査が無料で受けられると評判の〇次健診、今年度の最終日程が決まりました。好評につき、土日健診も行います。〇次健診は、市民の健康づくりの推進と医学発展への貢献を目的に、市と京都大学大学院医学研究科が共同で行っています。

対象は、**30歳から74歳**の長浜市民で、今までに〇次健診を受けたことがない人ならどなたでも無料で受診できます。(今年度、国保特定健診または人間ドックを受診された人は、今年度の〇次健診を受けられませんので、平成22年5月以降の〇次健診を受診してください。)

健診を受けそびれたという人は、ぜひご予約ください。受診を希望される人は、健診日の7日前までに電話で申し込みください。(予約状況により、ご希望の日時が予約できない場合はご容赦ください。)

※1日の予約人数が少数の場合は、別日程をご相談させていただくことがありますのでご了承ください。

【健診日程】右表からご予約ください。※健診時間は約2時間です。

太字は追加日程です。

受診無料です！

《〇次健診日程》

【受診方法】完全予約制

【健診会場】2月：保健センター高月分室(高月支所隣)

3月：市立長浜病院療養病棟2階

【説明会日程・会場】

2月9日(火)：午前10時30分～、保健センター高月分室

申 健康推進課 (☎67779)

健 診 日	
2月	15日(月), 17日(水)
	18日(木), 19日(金)
	27日(土), 28日(日)
3月	2日(火), 3日(水)

湖北長浜1000人献血運動

2/7(日)

献血に
きてください

【時間】10時～15時

【会場】曳山博物館前広場(元浜町)

【内容】全血献血400ml、大鍋で作る豚汁、おにぎり、チョコ味ポップコーン、デコスイーツ作り教室

※都合により内容が変更になることがあります。

問 1000人献血の会事務局
(健康推進課内☎67779)

母子・父子家庭の お子さんに卒業支度金

母子家庭、父子家庭で平成22年3月に中学校を卒業されるお子さんのいる保護者に卒業支度金をお渡しします。

○要件・・・平成22年3月1日現在、児童・保護者共に長浜市民であること

○支給金額・・・卒業されるお子さん1人につき一万円

○受付期間・・・2月8日(月)～3月12日(金)

※土日祝祭日除く

○持ち物・・・申請者名義の預金通帳、印鑑

○申請先・お問合せ先

子育て支援課(☎6514)

各支所福祉生活課(電話番号は5頁をご覧ください。)