



発行責任者  
隠岐広域連合立  
隠岐病院長  
西郷町城北町 355



眼のけが

# 「眼外傷」のお話し



眼科医長 長谷川次郎



眼は直径約二十三mmと小さく、危険を察知すると瞬間的に眼を閉じたり、反射的に手で防いだりするのですが、けが全体から見ればそれ程多いものではありません。しかし、手足なら多少の打撲も平気ですが、眼は痛いし、恐いし、時にはかすむこともあります。そんな「眼外傷」についてお話ししましょう。

眼外傷には、一、眼球打撲・二、鋭い物で眼を切ったり刺したりする鋭い外傷・三、目に物が入った眼の異物・四、薬品類が飛入した化学的損傷・五、紫外線や熱等による物理的損傷があります。

眼球打撲は、眼内の出血や、網膜剥離を生じたり、眼球を入れて骨(眼窩壁)が骨折したり、最悪の場合眼球破裂することもあります。交通事故、林業など危険な作業中の事故、傷害事件、おもちゃの鉄砲(BB弾)等のほか、スポーツでも多く、野球・サッカーでは重症のこともあります。鋭い外傷は比較的稀ですが、釣り針や針金、はさみ、ナイフ、稀に栗のいが(それも何本も...) 眼に刺さることがあります。

異物は大変多く、風で舞う砂ぼこりのほか、農林水産業、建設業その他作業中に様々な物が目に入ります。土、植物片、砂、木くずがほとんどもありますが、昆虫、うろこ、貝殻が入ってしまうこともありま

す。症状が強く、重症のこともありますが、金属加工作業中の鉄粉異物です。またコンタクトレンズが眼の奥に入ったと心配される方がありますが、たいていは上まぶたのウラに隠れていきます。異物で恐ろしいのが刈り払い機による眼内異物です。石などに当たって欠けた刃が高速で眼に当たるので角膜を突き破って眼内にまで達し、失明することもあります。



化学的損傷は薬品を扱う人にと時々あり、中でも重篤なのは苛性ソーダ、石灰などによる角膜結膜障害で、アルカリは大変危険なので細心の注意が必要です。物理的損傷では、溶接作業での角膜障害がしばしばあります。たいいていは不慣れな人がなるように、溶接作業では必ず顔面をガードしてください。また他人の溶接作業を決して直視しないようにしましょう。栗いが大変危険なので、決して見上げて探らないようにしましょう。栗は拾うものです。レーザーはたとえ玩具でも子どもに触らせないようにしましょう。BB弾は至近距離では威力があり、多くは家庭内での事故です(どうもお兄ちゃんが弟の眼を撃ってしまった)。室内での使用は厳禁にすべきです。不幸にして眼をけがした場合の最低限かつ最も重要なことを最後に付け加えましょう。

いろいろなあげましたが、予防できる物もあります。金属を加工する際は必ず眼鏡あるいはゴーグルをかけましょう。これだけでほとんど危険はなくなりま



す。溶接作業時は必ず顔をガードしてください。また他人の溶接作業を決して直視しないようにしましょう。栗いが大変危険なので、決して見上げて探らないようにしましょう。栗は拾うものです。レーザーはたとえ玩具でも子どもに触らせないようにしましょう。BB弾は至近距離では威力があり、多くは家庭内での事故です(どうもお兄ちゃんが弟の眼を撃ってしまった)。室内での使用は厳禁にすべきです。不幸にして眼をけがした場合の最低限かつ最も重要なことを最後に付け加えましょう。

次ページに続くよ!

目がかすむ場合はどんな眼外傷でも、眼科受診が必要です。眼球打撲では、眼底に穴があいて網膜剥離を起こすことがあります。打撲後は安静の上眼科受診してください。鉄粉異物は角膜にめり込み、徐々に角膜を溶かすように広がります。いつまでも我慢していいないで受診してください。

薬品が眼に入った場合は、その場ですぐに大量の流水でしっかりと目を洗ってください。手のひらですくった水でちやばちやば眼を濡らしたくらいではだめです。ホースやシャワーで水道水を直接目に勢いよくかけるのが良いと思います。特にアルカリの場合は一〇分以上徹底的に洗うことが大切です。受診はその後です。

眼にもこのようなががあり、まずので、危険はなるべく避け、眼を大切にしてください。



## 新シリーズ 骨通信

1

骨粗鬆症になると、全身のすべての骨が折れやすくなるのですか？

骨にはもろく

なりやすい部位があります。脊

椎(背骨)、大腿

骨頸部(足の付け根)、上腕骨近

位部(腕の付け根)、橈骨遠位部

(手首)などです。大腿骨頸部

骨折は、入院して治療しなければならず、それがきっかけで寝

たきりになったりする例も多く

みられます。骨折は骨粗鬆症に

より引き起こされる合併症で

す。合併症である骨折を未然に

防ぐために骨粗鬆症の予防と治

療が大切なのです。



この頃よく耳にする「骨粗鬆症」患者さんは増えているのですか？

高齢になると

起こりやすくな

る病気ですから、

平均寿命が延び

たことで、骨粗鬆症の患者さん

も増えていきます。推計で数百万

から一千万人ともいわれていま

す。とくに女性に多くみられ、

全体のほぼ八割を占めていま

す。骨の強さの基準となる骨量

は、一〇歳代後半に急激に増え

て二〇歳代で一生のうちの最大

骨量になります。それは四〇歳

代ごろまで維持されますが、そ

れ以後、女生は男をきつかな

に大きく減少

し、男性も少

しづつ

ですが、

確実に

減って

いきま

す。そ

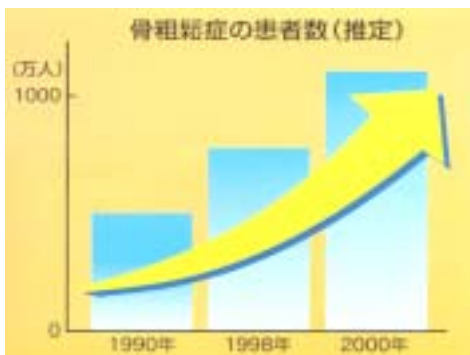
して、

骨量が

低くな

ってもろく骨折しやすくなる病

気を骨粗鬆症といえます。



骨粗鬆症は予防や治療をすれば、よくなるのですか？

年齢に応じた

予防対策があり

ます。加齢とと

もに変化する骨

量に、それぞれの年齢層で適切

に対応すれば予防効果を上げる

ことができます。五〇歳以降で

は骨粗鬆症の早期発見・早期治

療をめざし、六〇歳代以降は転

倒予防など骨折をしないよう気

をつけましょう。四〇歳を過ぎ

たら、年に一度は骨量を測り、

低骨量であったり閉経の影響で

骨量の低下が著しい場合は、医

療機関などにかかり、治療(指

導)を受けることをお奨めしま

す。今は、薬による治療で骨量

を維持から増

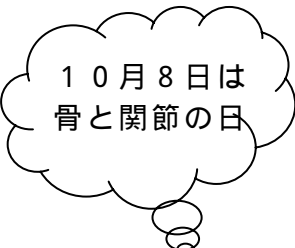
加へ向かわせ、

骨折の危険性

を半分から数

分の一に減ら

すことができます。



今年もありました！

# 一日看護体験



当院では今年も中学生・高校生  
の「一日看護体験」を実施し  
ました。島内より四十名の参加  
があり、生徒さんたちは、それ  
ぞれの体験を通して看護の心  
に触れることができたと思いま  
す。一日看護体験を終えたあと、  
生徒さんたちに感想をいただき  
ましたので以下に抜粋して掲載  
いたします。

総婦長さんに、あこがれて  
いたナースキャップと制服を着  
せていただきありがとうございます  
ました。私は今まで以上に看護  
師になりたいという意志が高ま  
りました。



西郷中Tさん

赤ちゃんを抱かせてもらっ  
た時は体が柔らかく感じて超感動  
しました。患者さんのお世話を  
していて「ありがとう」と言わ  
れたら、すごくうれしくなり  
ました。もつともつと言われた  
くなりました。

西郷中Yさん

看護婦さんがテキパキと仕  
事をこなしている姿を見て、か  
っこいいなーと思いました。今  
日の体験で看護婦さんになるこ  
ともすこしは考えないといけな  
いと感じました。来年もまた来  
たいです。

西郷中Yさん

看護師さんと患者さんほと  
も仲良しな感じで、どうやっ  
つてこのたくさんの人と仲良くな  
つたんだらうと不思議な気持ち  
になりました。

西郷中Sさん

こんなに優しい笑顔がかえ  
ってくる仕事なら、私は毎日し  
ていきたいですね。あの言葉と  
笑顔は一生忘れないです。看護  
師になってやる。

Oさん

少しの言葉や笑顔をかわす  
だけで、患者さんの不安や寂し  
さをとり除いたりできるなん  
て、看護師は、体も心も元気に  
してくるすごい仕事だと思  
います。

Sさん

元気満々  
のおじいさん  
に出会いまし  
た。とても九  
十二歳とは思  
えないパワフ  
ルさに驚きま  
した。年は九  
十二歳でも、  
心はまだまだ  
若いな、と感じました。髪の毛  
を洗っている時「最高！」って  
言ってくれたおばあさんがい  
て、なんだかうれしい気持ちに  
なりました。



隠岐水Oさん

今日一日体験してみて、素  
直に「看護をしたい」と思いま  
した。今は、学校に入るために  
勉強の日々で、息詰まったり、  
悩んだり、不安になってしま  
したが、はつきりと将来のことが  
見えたので、思う存分勉強に励  
めると思います。

隠岐高Nさん



夏休みの貴重な一日にちよっ  
ぱり緊張しているトレーニン  
グ姿の初々しい生徒さんたち。(ほ  
んの数年前の私たち?)病室に  
明るく爽やかな風をながして  
くれました。  
それにしても、こんなに感性  
の豊かな若者がいるなんて嬉し  
いかぎりです。近い将来、一緒  
に働ける日がくることを期待し  
ています。

# 十月は「くすりと健康」月間です。

おくすりを服用される皆様へ

包装シートの誤飲の事例が増えています！

最近、包装シートのまま誤ってくすりと一緒に飲み込んでしまう例が増えています。

誤って飲み込んでしまうと重大な傷害に！

包装シートが、食道や胃などに突き刺さって、穴をあけるなど重大な傷害を招くことがあります。



## Tea タイム

### 病院にはありえないもの...

- ・ポイントカード
- ・割引券
- ・食堂で食べ放題
- ・シュクボックス
- ・アメリクウ
- ・記念スタンプ
- ・生ビール
- ・占い診断



誤飲の原因は「ついうっかり」です！  
年齢に関係なく、外出時にあわてて服用した「会話しながら服用した」「暗い所で服用した」など、ついうっかり飲み込むことが多いようです。  
うっかり誤飲を避けるためには、一錠ずつ小さく切り離さないで！  
包装シートは、一錠ずつ小さく切り離さないで、そのつど、お薬だけを取り出して服用してください。誤飲防止のため、タテの分割線を廃止した包装シートが多いです。

## 異動

退職 (九月まで)

\* 坂本 武 (臨時警備員)  
\* 村上百合枝 (臨時事務員)

採用 (九月まで)

\* 金子 洋一 (診療放射線主任)  
\* 小西あけみ (臨時准看護師)  
\* 佐々木 学 (臨時警備員)



## あとがき

先日、西郷町健康福祉祭で介護の問題を取り上げた「折り梅」という映画を見ました。義母政子(吉行和子)がアルツハイマー型痴呆症であることがわかった。止められない病状と家族の混乱に主婦巴(原田美枝子)は、精神的にも肉体的にも追い詰められてゆくが、ありのままを受け入れることで、それが家族の絆になり、自分自身の世界も広がってゆく。人は病気になるのも心は変わりません。その強さはまるで、折れても花を咲かせる梅のようです。しかし、水がないとおれてしまう植物のように、誰かの理解がなければ生きてゆけない弱さもまた人間です。困難な状況の中で、人と正面からつきあうことの大切さを教えてくれるこの映画は、病气や介護の問題だけでなく、多くの人に問題提起し、多くの人に感動を与えることができる作品です。機会があれば、是非ご覧になってください。