

ご自由にお持ち帰り下さい。



MY HOME DOCTOR

生きがい

2014年
5月号



創立1955年 医療法人 西福岡病院

散歩道

秋月城跡

黒田官兵衛の孫にあたる黒田長興^{ながおき}が現在の秋月城を築城しました。秋月は今も旧城下町の敷地割りや道路・水路網などがほぼ当時のまま利用されています。清々しい新緑の季節、黒田家ゆかりの地を散策してみたいかがでしょうか。



健康 随筆

福岡大好き どんたく大好き

まつなが
松永 眞帆美



自分の不注意で両足共に股関節骨折をして、人工関節となり、リハビリを六か月程度行いました。自分の力で歩けるようになったことで、踊りを踊りたいと思うようになりましたが、出来ないことも多く、むしろ自分で踊るよりも、皆様に踊って頂くことを願うようになりました。幸いに四十年程前から民謡を踊り、皆様に踊っていただくことを始めておりました。踊り好きの方々に集まって来て頂き、グループも多く、週一回の稽古を楽しく続けて頂いていることが私の楽しみにもなっております。新しい曲に踊りの振りをつけることも楽しくなり、皆様に踊り続けることも嬉しいことです。周りの素晴らしい方々のお力も頂きながら、舞台や、楽しいどんたくなどを、これからも続けて参ります。福岡市役所どんたく隊、福岡商工会議所どんたく隊なども、微力ながらお手伝いさせて頂き、それぞれ参加して楽しいと思つて頂くことが一番だと思っております。

今年も「博多どんたく」の準備が始まりました。皆様は福岡市民の祭を楽しんで頂くことを、心から願っております。又、博多どんたく人気投票で入賞も目指して参ります。

(博多民踊協会 理事長)

西福岡病院の理念

私たちは、医療の基本に則り、更なる研鑽につとめ、常に地域の人々の立場に立った病院づくり、最適な医療提供を目指します。

特集

難聴の話

加齢性難聴と補聴器の選び方

その1

耳鼻咽喉科医師

森園 もりその哲夫 てつお

テレビの音が大きいと言われたことがありますか？

現在、難聴の人はどのくらいいるのでしょうか？

世界保健機構（WHO）の調査

では、日常生活に支障をきたす障害の第一位は成人になってからおこる難聴です。言葉が良く聴き取れないと、スムーズな会話が困難になりコミュニケーションが上手くいかなくなつて引きこもりの原因となることもあります。図1を参考に聴こえのセルフチェックを試みましょう。

- 病院の受付で自分の名前を呼ばれた時、聴き取れない。
- 静かなところで家族と1対1で向かい合って話すとき、聴き取れない。
- 自分の後ろから声をかけられて、気がつかなかった。
- 早口の人言う事が聴き取れない。
- 買い物やレストランで、店の人と話すとき、聴き取れない。
- 小さい声の人言う事が聴き取れない。
- 2～3人での会話がわかりにくい。
- 話が聴き取れずに、聴き返すことが多い。
- 片耳に小指を入れて動かし、反対側の耳の聴こえを調べます。
- 次に逆にして、左右の聴こえに差がある。

1項目でも該当する人は、念のため耳鼻咽喉科で聴力検査を受けましょう。

図1 聴こえのセルフチェック

75歳以上の人では、男女とも7割以上が聴こえにくさを感じています。

補聴器の対象となる中等度難聴の人の割合は、70歳で男性10%、女性5%、80歳では男性41%、女性23%といわれます。

男性では女性の約2倍と高くなっています。この男女差は、遺伝的要因、糖尿病、高血圧などに関

係する動脈硬化が背景にある可能性が考えられています。

現代生活に潜む

難聴の引き金は沢山あります

現代社会にはいろいろなストレス、それによる睡眠障害、騒音、大音量で聴く音楽、欧米型の高カロリー食、運動不足など難聴になりやすい社会環境があります。つまり、だれでも難聴になりうる生活をしているのです。

これらは、難聴の引き金となるだけでなく、加齢性難聴が病的に進行する原因でもあり、加齢にともない難聴が増える背景となっています。

ストレス、睡眠障害、メタボ（メタボリックシンドローム）、薬物、抗がん剤、利尿剤などが原因とされています。

血圧を上げさせるストレスや睡眠障害に気を付け、メタボなどの動脈硬化を促進する状態にならないように注意し、規則正しい生

福博寺 仏像めぐり ①

青樹山長垂寺

霊場本執筆家

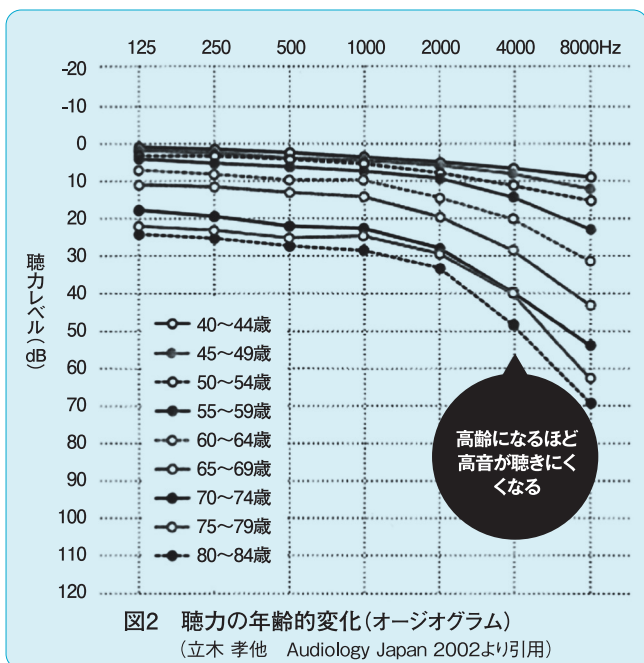
西原そめ子

長垂寺は、長垂山のJRTONネルの上にある。今は無住で、うっそうとした木立の奥にひっそりと閑まっている。

この寺の前進は閑松院という。元禄年間に博多の古刹大乗寺（現在廃寺）の快雄和尚が自分の隠居寺として下対馬小路に創建、寛政年間には東長寺の鳳岸和尚も隠居所にして、ここで没した。

明治に入り「神仏分離令」で、紅葉八幡宮（当時西新にあり）は西光寺をやむなく廃寺にしたが、明治一七年、その頃無住だった閑松院を境内の西光寺跡に移転させて、名は閑松院、実態は西光寺という変則の形で寺を再興させた。

明治四三年、福岡の市内電車架設のため紅葉八幡宮は現在地の高取に移転した。閑松院も移転を迫られ、長垂山の現在地に移り、これを機に本尊を兜跋



聴力の年齢的变化(高齢になるほど高音が聴こえにくくなります)

活習慣を守ることです。運動は加齢性難聴の予防のみならず認知症、動脈硬化、がんの予防、ストレスの軽減など全てのことに関わっています。

図2の聴力の年齢的变化は耳の病気をしたことがなく、メタボなどもない健康な人の平均聴力です。誰でも加齢とともにゆっくりと難聴が進行します。低下のスピードには個人差があります。その原因としては、遺伝、騒音、生活習慣のほか、特に、糖尿

耳鳴りとその治療

病、心臓疾患、腎臓疾患などが難聴に影響を与え、それらの要因の幾つを持っているかが難聴の個人差となります。

耳鳴りとは、音がないのに音を感じる状態を言います。本人にしか聴こえませんが、ごくたまに筋肉の痙攣による耳鳴りがあり、これは他覚性耳鳴りと呼ばれます。中耳炎などの伝音難聴でも起こりますが、耳鳴りの多くは感音難聴で生じます。蝸牛内の感覚細胞の障害によって、もともとある聴神経の自発放電が増加し、中枢神経路の細胞が活性化することによって生じます。普通では、耳鳴りがあっても、中枢神経路や脳で順応が起こり、耳鳴りとして認知されませんが、この過程で不安、緊張、睡眠障害があると、自律神経系の反応も加わって、耳鳴りとして認知されます。

この頃注目されているのが順応療

法です。耳鳴りの発生のメカニズムを理解し、不安を軽減し、耳鳴りを意識しないように心掛ける力ウンセリング療法と、補聴器型の器械から弱い音をいつでも流すことで耳鳴りを気にしないようにする音響療法があります。テレビやラジオで静寂を避けることも有効です。

中等度の難聴では、補聴器を使って聴力が改善すると耳鳴りが軽減するという効果もあります。耳鳴りを完全に消すことはかなり難しいのですが、苦にならないで日常生活が送れるようにするのを目標にしましょう。耳鳴りの消失を目指すことで、逆に消失に執着してしまい苦痛が増すという結果になります。

耳鳴りの苦痛度が高い人の場合、順応療法に加えて睡眠薬、精神安定剤、抗うつ薬を使うこともあります。

.....
この文章は明日の友、2004号、2013年 慶應義塾大学名誉教授神崎仁先生の文を参考に作成しました。

来月号では、聴こえの検査方法、補聴器の選び方について記述します。

毘沙門天に、寺名も長垂寺と改めた。

長垂寺と雷山との縁は、真木宥馨住職が昭和二年に大悲王院一四世を兼務した事がきっかけで、今では大悲王院が長垂寺を預かり、毎月三日には大悲王院住職が出向いて法要を営む。このように長垂寺は福博著名の古刹やお宮に所縁をもち、歴史に翻弄された寺である。

二百余段の石段横、向かって左側崖下に太閤秀吉が名護屋城での茶会に船で運ばせて使ったと伝えられる、名水の井戸「太閤水」がある。



▲長垂寺

※当記事に関するお問い合わせは、直接お寺ではなく当院代表電話(092-881-1331)へお願いします。

今月の街の行事予定

西陵公民館 ☎092-891-6342

子育てミニミニひろば

「バクバク人形」

日 時 5月15日(木)
10:00~12:00

◎場 所 西陵公民館 児童等集会室
◎対 象 0~3歳児と保護者
◎講 師 保育士 大歯 美穂子 さん

第30回「西陵ふれあい卓球大会」

日 時 5月18日(日)
9:00~

◎場 所 西陵小学校 体育館
◎対 象 西陵公民館卓球サークル・一般
*校区にお住まいであれば
一般参加受付けます。

高齢者教室

「食事で作る健康ライフ」

日 時 5月27日(火)
10:00~12:00

◎場 所 西陵公民館 講堂
◎指 導 管理栄養士
竹下 和子 さん
◎対 象 60歳以上の方
◎費 用 500円
(老人クラブ加入者は無料)
◎定 員 30名
(定員になり次第締め切ります)
◎申し込み期間 5月1日~5月20日まで



詳しくは公民館にご確認ください。

健康講話

《今月のテーマ／外用薬の正しい使い方 Part2》

と き 平成26年5月24日(土)
午前10時より午前11時まで

場 所 医療法人西福岡病院
本館3階会議室

☎ 092-881-1331

住 所 西区 生の松原3-18-8

講 師 当院薬剤師 田中 貴光

会 費 無料

お問い合わせ先

医療法人 西福岡病院 総務課 ☎092-881-1331

外 来 診 察 表

診療科目	月 曜 日		火 曜 日		水 曜 日		木 曜 日		金 曜 日		土曜日
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前
内 科	副島	児玉	飯田	副島/飯田		副島		濱本		副島	飯田/交代
内 科	原田	原田(15時まで)	原田	原田(15時まで)	原田	原田(15時まで)	原田	原田(15時まで)			
			高野	高野	團	吉川	高野	高野	吉川	金子(15時まで)	
	國武	國武	國武	國武	國武(1・3)	國武		團(結核)	國武(2休診)	國武(2休診)	
	安藤(文)/山田		安藤(文)/山田	宮本	安藤(文)/宮本		安藤(文)/宮本		安藤(文)	山田	
		松尾	松尾	松尾	松尾		松尾	松尾	松尾		
	大庭		井野	若杉		大庭(1休診)	大庭(4休診)		若杉/井野	若杉(15時~)	
消化器内科											
循環器内科											
糖尿病内科											
神 經 内 科	非常勤				非常勤		非常勤				非常勤(4休診)
外 科	中垣		非常勤		中垣		中垣		非常勤		非常勤
整形外科/リハビリテーション科	佐々木/勝野	高比良	高比良		勝野	高比良	勝野		佐々木/高比良	勝野	非常勤
泌 尿 器 科				非常勤				非常勤			
皮 膚 科	福與				福與		福與		福與		
眼 科	非常勤		非常勤		非常勤		非常勤		非常勤		
耳 鼻 咽 喉 科	非常勤		森園/非常勤		森園/非常勤		森園/非常勤		森園/非常勤		森園/非常勤(2・4)
婦 人 科			非常勤			安藤(真)(15時30分まで)	安藤(真)				非常勤(4休診)
緩和ケア内科			川上	川上					川上	川上	
腫 瘍 内 科							川上				
禁 煙 外 来				國武(予約制)							

※ご質問は各科担当医あるいは外来看護長、外来医長までおたずね下さい。

平成26年4月24日現在

※変更の場合がありますので、外来直通☎092-881-1371もしくは病院代表☎092-881-1331までおたずね下さい。(一覽表もごさいます。)

《新任医師紹介》

●川崎医科大学 平成20年卒
●趣味/料理
●ひとこと/患者さんの立場に立つて
診療を行っていくと思います。



福 與 麻 耶

◆専門/皮膚科

●琉球大学 平成14年卒
●趣味/ゴルフ
●ひとこと/患者さんやご家族の方にわかりやすい、丁寧な診療に励みたいと思います。よろしくお願ひします。



金 子 靖 子

◆専門/呼吸器内科

●東京大学 平成12年卒
●趣味/子供たちと出かけること
●ひとこと/患者さん一人一人を大事にして参ります。日々精進してまいりますので、よろしくお願ひ致します。



吉 川 充 浩

◆専門/呼吸器内科

●九州大学 昭和50年卒
●趣味/旅行、釣り、読書(古代史、一般向け科学書)、知友との歓談、子供や孫と遊ぶこと
●ひとこと/当病院の佇まいが好きです。特に屋上からの博多湾の眺望は絶景です。ナンバー内科出身者として、微力を尽くしたいと思っております。宜しくお願い致します。



副 島 正 典

◆専門/内科

●発行/ 医療法人
西福岡病院

〒819-8555 福岡市西区生の松原3-18-8 ☎ 092-881-1331・FAX 092-881-1333
(事業者個別番号) <http://www.nishifukuhp.or.jp>