



MY HOME DOCTOR

生かばい



散歩道 びわ

なんと3千年も昔から、インドの古い仏典の中に、「びわは大変優れた薬効を持ち、生きとし生けるものの万病を治す植物」として登場します。びわの樹は「大薬王樹」と名付けられていたことから、その癒しの力の絶大さが、すでにこの頃から知られていたことがうかがわれます。



西福岡病院の理念

地域の人々に信頼される
納得と安心の医療・介護・
福祉の提供を目指します。

健康 随筆

無力と念力と幸運

定年退職の直前の春休みのことで
す。交流協定を結んで3回目のハワイ
イ大学研修引率でした。到着翌日の
寮の朝「先生、目が腫れてる。眠い
の？」と言われ、喉が重かったと気
付きました。その日は、ホノルル市
が建ててくださった愛媛丸の慰霊塔にお参りに行く予定で
した。花束を見繕っていたら、突然鼻から多量の血が流れ
出て床を汚しました。ペーパータオルで鼻を押さえなが
ら、海に消えた若い命を惜しみ、立派な塔を建ててくださ
ったハワイ州に感謝しました。鼻血は昼夜の別なく突然襲っ
てきましたが、「ハワイで入院すると、引率の責任が果た
せない。」と、毎日大量のちり紙を消費しながら全行程を
頑張り通し、水で冷やしながら帰国しました。研究室に辿
り着くと、机の上に「3月25日までに部屋を明け渡すべし。」
という達しに乗っていました。鼻血と戦いながら40年間蓄
積した品々を選別し、大量のごみと格闘しました。鍵返却
後、やっと辿り着いた循環器内科では、「この脈拍は高円
宮様と同じですよ。心房細動です。よく生きていましたね。
このまま入院です。」4月に非常勤として最初の講義には
出たいのです。「出してあげるから、とにかく今すぐ安静
にしないさい。」となり、40日間溜め置きでした。

病院からの出勤の日、先生は腕や腿に刺さった点滴の針
をさっさと抜いて、静脈注射を一本打ち「はい行つてらっ
しゃい。必ず、タクシーの往復ですよ。」と送り出して下
さいました。退院した後、月一度の診察を感謝しながら、
10年以上続けています。そして元気に地域の仕事、その他
で多忙な毎日を送っています。

(中村学園大学名誉教授 理学博士)



山藤 やまふじ
圭子 けいこ

特集

花粉症について

耳鼻咽喉科

医師

森園 もりその

哲夫 てつお

アレルギーとは？

ギリシャ語の allos (other) と ergo (action) を組み合わせた言葉で、免疫反応に基づく生体に対する全体的または局所的な過剰反応。(医学書院 医学大辞典より)

花粉症…アレルギー反応が、季節性花粉によって出現するもの。

花粉症の症状

鼻症状↓鼻水・くしゃみ・鼻詰り
眼症状↓かゆみ・結膜発赤・涙

Q&A

Q なぜスギ花粉症の人はヒノキ花粉症にもなりやすいの？

A 抗原と認識される原因物質は、スギ花粉の中の糖蛋白だが、スギ花粉とヒノキ花粉は、この糖蛋白の構造が良く似ているため、スギ花粉に反応する人は、ヒノキ花粉にも反応する事が多い。これを共通抗原性という。ヒノキ花粉の飛散量はスギ花粉

に比べればその量はわずかだが、スギ花粉の反応に上積みされてアレルギー反応が出るので反応する人が多い。

Q スギとヒノキの花粉は互いにどのような影響を及ぼしあうのか？

A スギ花粉はヒノキ花粉に比べて非常に強い抗原惹起性を持っている。スギ花粉症は他の花粉症の入口となっている。

Q 花粉は何個鼻腔に入れば症状が出るのか？

A 90個〜150個と推察される。花粉チエンバー内での実験では99%の花粉が鼻腔内に付着する。80%が30分以内に纖毛運動機能により鼻外に排出される。

Q スギ花粉症の自然治癒はあるか？

A 全く治療を受けずに自然治癒することはほぼない。自然治癒したと思われる症例でもスギ特異性IgE抗体は依然として血中に存在する。症状が3年間出ない例…3%

花粉症の症状が出たら、早めに病院もしくはクリニックへ相談しましょう。



スギ花粉



ヒノキ花粉

何も治療を受けずに自然治癒…2%
Q 花粉症の気管支への影響は？
A アレルギー性鼻炎患者の約30%に気管支ぜんそくに罹っている。気管支ぜんそく発症の予防としての花粉症治療の重要性は高い。

谷正之

体験活動協会 FEA 理事長

中隈山 なかのまやま 〈福岡市西区〉

超低山散歩 ①

小戸公園で一番の高台が、中隈山(39m)だ。警固のため、砲台を築いた場所の一つと言われている。JR筑肥線「下山門」駅から、ぶらりと往復する。

駅から最初の踏み切りを越え、「生の松原東」標識がある交点①を右へ。松を中心とする九大演習林が続く、元寇防塁跡もある。吉岐橋を渡りすぐ左へ折れ、川沿いを歩く。左手に糸島富士の異名をもつ可也山(かやさん)が望める。林立するヨットの帆柱が見え出すと、駅から30分弱で「小戸公園」標識がある交点②に着く。この一帯が小戸公園だ。

有料駐車場、管理事務所を抜け、分岐①を右へ。木陰の坂を上りきると、交点②から約10分で頂上に到着する。山頂標示は無く、あすまやが目印になる。眼前に能古島、遠くは三郡山地など見渡せる。

頂上から5分程下ると分岐②に出る。ここから海側の景色も素晴らしい。左へ向かう。途中、地元でおなじみの小戸神社がある。分岐②から5分強で交点②に戻ってくる。駅まではおよそ25分。

小戸公園には広場、大型遊具、バーベキュー場もある。

花粉症の重症度別治療法

(アレルギー診療ガイドライン2013)

重症度	初期療法	軽症	中等症		重症・最重症	
病型			くしゃみ・鼻漏型	鼻閉型または鼻閉を主とする完全型	くしゃみ・鼻漏型	鼻閉型または鼻閉を主とする完全型
治療	①第2世代抗ヒスタミン薬 ②遊離抑制薬 ③抗LTs薬 ④抗PGD ₂ ・TXA ₂ 薬 ⑤Th2サイトカイン阻害薬	①第2世代抗ヒスタミン薬 ②鼻噴霧用ステロイド薬	第2世代抗ヒスタミン薬 + 鼻噴霧用ステロイド薬	抗LTs薬または抗PGD ₂ ・TXA ₂ 薬 + 鼻噴霧用ステロイド薬 + 第2世代抗ヒスタミン薬	鼻噴霧用ステロイド薬 + 第2世代抗ヒスタミン薬	鼻噴霧用ステロイド薬 + 抗LTs薬または抗PGD ₂ ・TXA ₂ 薬 + 第2世代抗ヒスタミン薬
	くしゃみ・鼻漏型には①、②、鼻閉型または鼻閉を主とする完全型には③、④、⑤のいずれか1つ。	①と点眼薬で治療を開始し、必要に応じて②を追加。				必要に応じて点鼻用血管収縮薬を治療開始時の1~2週間に限って用いる。 鼻閉が特に強い症例では経ロステロイド薬を4~7日間処方して治療開始することもある。
		点眼用抗ヒスタミン薬または遊離抑制薬			点眼用抗ヒスタミン薬、遊離抑制薬またはステロイド薬	
	アレルギー免疫療法 抗原除去・回避					鼻閉型で鼻腔形態異常を伴う症例では手術



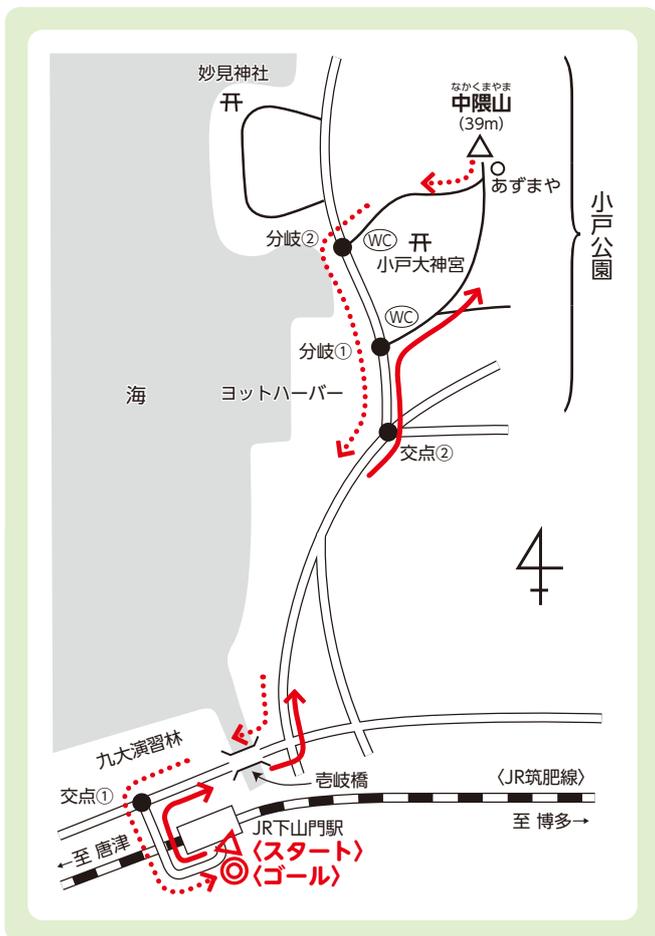
花粉回避方法

- ①花粉情報に注意する。
- ②飛散の多いときには外出を避ける。外出時マスク、メガネを使う。
- ③飛散の多いときには窓、戸は閉めておく。換気時は窓を小さく開け、短時間にとどめる。
- ④飛散の多い時のふとんや洗濯物の外干しは避ける。
- ⑤表面が毛羽立った毛織物などのコート（衣服）の着用は避ける。
- ⑥外出から帰宅したら、衣服や髪をよく払ってから入室する。洗顔、うがいをし、鼻をかむ。
- ⑦掃除を励行する。特に窓際を念入りに掃除する。

主な花粉症原因植物の飛散カレンダー（九州）

花粉	月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
ハンノキ属													
スギ													
ヒノキ科													
シラカンバ													
イネ科													
ブタクサ属													
ヨモギ属													
カナムグラ													

木本花粉 (赤) 草本花粉 (緑)



▲小戸公園内から眺める中隈山の山姿

福岡市西区
 範囲 福岡市西区
 歩行距離 5・0 km
 歩行時間 75分
 一ロメモ 園内に、もうひとつ妙見神社のある高台がある。分岐②から10分位で周回でき展望もよい。

今月の街の行事予定

西陵公民館 ☎092-891-6342

高齢者教室

「食事で作る健康ライフ」

日時 5月26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



子育てミニミニひろば

「フーフーおもちゃ作り」

日時 5月21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

◎指導 保育士

大歯美穂子さん

第31回「西陵ふれあい卓球大会」

日時 5月17日(日) 9:00から

◎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。



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 / 転んでいませんか?【第二弾】》

と き 平成27年5月30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 整形外科医師 勝野 雷二郎

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(2休診)		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)		金子(1休診)	
			高野	高野	團	吉川	高野	高野	吉川		
			國武	國武	國武(3)	國武		團(結核)	國武	國武	
消化器内科	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	
循環器内科		松尾	松尾	松尾	松尾		松尾	松尾	松尾		
糖尿病内科	井野(2)/下田(3,4)		井野	若杉		下田(3,4)	非常勤(1,2)/下田(3,4)		若杉/井野	若杉(15時~)	
神 経 内 科	非常勤				非常勤		非常勤				非常勤
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	勝野	高比良	高比良		勝野	高比良	勝野		高比良	勝野(4休診)	非常勤
泌尿器科				非常勤				非常勤			
皮膚科	福與		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(3休診)/非常勤		森園(4休診)/非常勤		森園(2,3,5)/非常勤
婦人科			非常勤								非常勤
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27年4月23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。(一覧表もごさいます。)

予防接種

で体を守ろう!!

*重症化を防ぐ効果もあります

肺炎球菌ワクチン

一般の方 8,520円

助成対象年齢の方 .. 4,200円

(福岡市の金額です)

診 療 日 : 月曜日~金曜日

(祝日は行っていません)

受付時間 : 8:30 ~ 16:30

診療時間 : 9:00 ~ 17:00

※比較的午後からの時間がスムーズに接種できます

生活保護受給者・市県民税非課税世帯に属する方など、個人負担が免除になります。詳しくはお電話にてお問い合わせください。

予約制ではありません。ご希望の方はお気軽に来院ください。

●お問い合わせ 病院代表 ☎092-881-1331