健康

おだいじに

網膜はれて血管が中心に侵入

出血前に予防治療急ぐ

異常ない左目を検査しよう

【問い】六十三歳の主婦です。右目の視力が落ちてきたことに気付き、眼科で眼底検査を受けたところ、網膜がはれ、血管が目の中心付近まで出ていると言われました。「レーザー治療は、やらないほうがいいから」と、目への注射（週二回）と飲み薬の治療を二カ月ほど続けましたが、効果がありません。このまま続ければよくなる可能性はあるのでしょうか。

【答え】網膜と脈絡膜の間には色素上皮という膜があり、網膜に有害な物質が入らないように保護しています。何らかの原因で色素上皮の層が弱くなると、脈絡膜から血管が侵入してくることがあり、この状態を「網膜下血管新生」と呼びます。

ご質問の「血管が目の中心付近まで出ている」という状態は、おそらく網膜下血管新生が網膜の黄斑（おうはん）部で起こっているのでしょう。六十歳以上の方で、こうした症状が出る病気としては「老人性円盤状黄斑変性症」がよく知られています。年齢的に色素上皮が弱っていたということ以外に原因は分かっていません。

最初は網膜がはれるため、物がゆがんで見えたり、小さく見えたりしますが、続いて出血が起こると急激な視力低下が生じます。出血が起きて初めて視力異常に気付かれる方が多いようです。出血は徐々になくなり、かさぶたのような繊維膜ができるため、網膜は萎縮（いしゅく）した状態で固まります。出血の程度や場所により、治った後の視力は変わりますが、多くは〇・一以下に落ちてしまいます。

唯一有効な治療はレーザー光凝固療法で、侵入してきた血管をつぶしてしまうことです。しかし、レーザー治療は周囲の視細胞も一緒に破壊してしまうため、血管が網膜中心部に近いと、治療後の視力がさらに悪化する危険があります。蛍光眼底撮影という血管造影写真を撮り、侵入してきた血管の状態を正しく把握したうえで、レーザー治療が可能かどうか判断する必要があります。

お尋ねのケースでは、もしレーザー治療ができないのなら、右目の視力回復はあまり期待できないようです。しかし、大切なのは現在異常を感じていない左目も検査してもらうことです。欧米では、この病気は両目に起こることが多いとされています。一度出血してしまうと視力は元に戻りにくいので、出血する前に新生血管を破壊してしまう予防治療が重要です。定期的に眼底検査を受けられることをお勧めします。

回答者 眼科杉田病院副院長（名古屋市） 杉田元太郎

予測式電子体温計

特徴知り正しく使おう

「一分間で測れる」がうたい文句の予測式電子体温計はとても便利ではある。しかし、水銀体温計に比べ「測るたびに体温が違う」といった不満も絶えない。予測式体温計の特徴と正しい使い方を調べた。

「下から45度で差し込む」と説明する西山助教授＝大阪経済大で

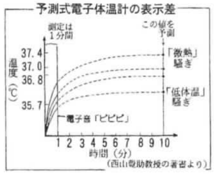
大まかな目安知る

測る度バラつき大きく 過信すると微熱騒ぎも

現在、約二千万本出回っているという電子体温計には、予測式と実測式の二種類がある。実測式は従来の水銀体温計をデジタル表示にしたものだが、予測式は短時間で測れる利点があることから、家庭や看護婦不足の医療現場で重宝されるようになった。しかし、必ずしも使い勝手がいいわけではない。最大の難点は誤差が大きいうえ、測る度にバラつきが出ることだ。

六年前、風邪が治ったのに依然"微熱"が続くことに不審を抱き、予測式電子体温計の研究に取り組んだ西山豊・大阪経済大助教授の実験によると、ある社の予測式では、平均値で三七・一度と水銀計より〇・四度高く、また、最高三七・六度、最低三六・九度と、その差が〇・七度。しかも、測る度にバラつきが大きかった。

こうなる理由は、予測式体温計の仕組みにある。測り始めて一分間（九十秒や四十四秒のものもある）の上昇カーブをもとに、十分後の平衡温をマイコンで計算して表示するようになっているため、ピッピッピッと電子音が鳴って表示される温度は、実は一分後の実測値ではなく「十分後にはこの程度になりますよ」なのだ。



（西山豊助教授の著書より）

「予測はあくまで予測。ちょっとした温度上昇のパターンの違いで、推定結果に大きな誤差が出てくる」と西山助教授。たとえば、体温計の温まり具合によっても大きな違いが出る。室温が低いと上昇カーブが緩やかになり、予測値は低めに出がちだし、何度も測り直すとセンサー部分が温まって、高めに出る。

わきの下の測定では、真ん中のくぼんだ動脈の部分が体温に最も近いのだが、場所がずれると二度も違ってくる。構造的な問題もある。電子体温計は熱をキャッチするセンサー部分が水銀計に比べて小さい。「水銀計が面でとらえるなら電子体温計は点」と、西山助教授は弱点を指摘する。

だが、こうした予測式電子体温計の特徴を知っているのは、一般消費者で四二・三％、医療従事者はそれ以下の三四・四％というデータ（九一年通産省計量行政室）も。子供の微熱騒ぎや、三六度以下の低体温児の急増が社会問題になったが、その背景に、実は予測式体温計の測定誤差があるとする、西山助教授や医師らの報告が相次いでいる。

「安易に解熱剤を使うと、薬剤熱で逆に発熱を招く」との過剰医療の問題もクローズアップされており、体温計の正しい知識が求められている。

正しい使い方のポイントは—。西山助教授によると❶体温計を下から突き上げる感じで、下側約四五度の角度でわきの下のくぼんだところに差し込む❷入れたら腕を抱え、わきを完全に締め、熱を逃がさない❸予測式なら手で握って、ある程度温めてから測る。

予測式は数分後には実測式に切り替わる仕組みになっているが、同助教授は「予測式は熱があるかないかの大まかな目安を知りたいときに使う。正確な体温を知りたいときは、水銀計か電子体温計の実測式で五—十分測るのがよい」と話している。

◇メモ◇十一月から施行された新計量法で、電子体温計も一本ずつ検定を受けることになったが、予測式の機能部分だけで、実測式は対象外。しかも指定製造事業者の資格を得れば、メーカーが検定できる。一般用の実測式に許される誤差は出荷時で水銀計と同じのプラスマイナス〇・一度（婦人用は〇・〇五度）。消費者が使用する際の許容誤差は同〇・二度（婦人用〇・一度）。完全実施は九六年十一月から。JIS規格では予測式の許容誤差はプラスマイナス〇・四度だが、罰則はない。

ホームケア機器 点検 ㊼

夢食器レインボー

すくいやすく便利

和食器の特徴として、器の美しさがおかずを引き立て、食事をおいしく見せるといえるでしょう。食欲をわかせるためには、食べ物の味のみならず食器の工夫も大切です。

「夢食器レインボー」は有田焼の器です。器のふちが内側に向かって丸くなっていますので、ふちに沿ってスプーンやフォークを移動すると、食べ物をうまくのせることができます。ですから、食べ物がすくいやすく器の外にこぼれにくくなっています。

「器の一部分だけスプーンなどですくいやすくした食器は従来からありましたが、これは器の形が円なのでどこからでもすくいやすくなっています」と食器を開発した熊本託麻台病院の本多賢光作業療養士。

お年寄りや脳卒中のため、手が不自由になってはしが使えず、スプーンを使う人には便利な食器です。淡い色なのでやわらかい印象を与えます。サイズはこのほか五種類あります。

サイズ＝直径一七㌢、器のふちの高さ四㌢。重量＝三四五㌘。カラー＝淡いピンク。価格＝三千七百円。問い合わせ＝アメックス熊本、電096（384）6565。

（ホームケアアドバイザー・濱田 浩美）

心療内科の現場から

中野弘一

<14>

……性）は山へしば刈りに行き、おばあさん（女性）は川へ洗濯に行きます。昔話の時代から男性は外で働き、女性は家庭で働くという習慣がありましたが、いまは外で働く女性が大活躍し、社会の中でも地位が確立してきています。つまり、現代の女性は主として働く場所が二つあり、一つは家庭であり、もう一つが職場です。

……た女性の心の危機の一つのピークは更年期です。夫の仕事も一段落し、子供も家庭から少しずつ離れていきます。空の巣に取り残された親鳥のような虚無的な気持ちになり、心療内科へもそうした女性たちから相談が持ち込まれてきます。

では、主な働く場所を職場とする女性たちの心身の危機はどうなっているのでしょうか。最近は、職場の……が出現し、相談に来られる女性の患者さんが心療内科で目立つように感じています。職場で勤務が十分できなかったり、仕事がうまくこなせなくなった不適応感から相談にみえた女性患者さんを、同じ状況で来院した男性患者さんと比べてみました。

件数の上では、女性の相談は男性の半分でしたが、年齢層を見てみると、二十歳代後半に男女ともピークがあります。男性ではもう一つ四十歳代に大きなピークがあり、中年の"惑い"を感じるのですが、女性ではこの世代の相談はほとん……

のしかかる家庭問題

働く中年女性

雨の日の美術館 え・原 光子

……は中年の働く女性に悩みがないのではなく、社会進出した女性がまだ一つの群れとして"惑う"世代に入っ……ないのかもしれません。

しかし、働く中年の女性に職場への不適応が少ないもう一つの理由は、家庭の……いると考えています。中年まで共働きを続け、家庭を支えていると、仕事も忙しさを増してきます。子供たちは思春期を迎え、家庭の主役である彼女たちにいろいろな問題を突き付けてきます。そして年老いた両親の介護が必要になってくる場合もあります。このような家庭と職場の板挟みは、職場で働く有能な中年女性たちの多くが直面し、通過しなければならない状況です。選択の幅は広くはありません。

壊れそうになった家庭を立て直すため、職場の仕事より家庭での役割にエネル……す。子供たちや両親の問題を契機に夫婦間の問題へと発展し、家庭という単位そのものが崩壊してしまう人もいます。多くは自らを含め家族皆の持っている役割の再構成をし、立て直していきます。

こうして考えてみると、職場で働く中年女性たちは、職場での不適応という手段で自分たちの、内在している問題を解決していく余裕が与えられていないのではないでしょうか。いま働く中年女性は、心身の不調を訴えてSOSを出すゆとりもないという危機を感じています。（東邦大医学部助教授）