

# 市立病院だより

2010  
12月号



南魚沼市立ゆきぐに大和病院 【ホームページ】 <http://www.yukigunihp.jp>

【E-mail】 [niigata@yukigunihp.jp](mailto:niigata@yukigunihp.jp)

南魚沼市立城内診療所 【ホームページ】 <http://www17.ocn.ne.jp/~jounaihp/>

【E-mail】 [jounai@city.minamiuonuma.lg.jp](mailto:jounai@city.minamiuonuma.lg.jp)

大和病院発

## ーシリーズ医師に聞くー

vol.5

ゆきぐに大和病院 神経内科医師 竹内 靖子

日本神経学会認定 神経内科専門医



2ページに、竹内医師による「頭痛」に関する記事を掲載しています。

# 頭痛

ゆきぐに大和病院 神経内科医師 竹内 靖子  
 (日本神経学会認定 神経内科専門医)

慢性的な頭痛で悩んでいる人は、国内でおよそ3000万人いるとされています。しかし、このうちで、実際に医療機関で診察を受けている方は、多くありません。片頭痛がある人の70%は受診していないという調査もあります。頭痛持ちという言葉もあるように、「体質だから仕方ない」と思っている方も多いようです。頭痛は原因や仕組みをきちんと把握して、適切な処置をとれば、症状を和らげ、生活の質を改善させることができます。頭痛が重大な病気のサインである場合もありますし、鎮痛薬の乱用が頭痛の原因になることもあります。どんな頭痛が危険であるか、危険ではないけれど、つらい頭痛にどう対応していけば良いか、お話したいと思います。

## 危険な頭痛

- ・いつもとは違う頭痛。今までに経験したことのない頭痛。
- ・徐々に激しくなる頭痛。特に朝、痛みが強い頭痛。
- ・発熱や吐き気を伴う頭痛。
- ・意識がぼんやりしたり、物が良く見えない、手足の麻痺(まひ)や痙攣(けいれん)を伴う頭痛。

このような頭痛は、くも膜下出血、髄膜炎、脳炎、脳腫瘍など、重大な病気のサインである場合があります。速やかな診断と治療を必要とします。

## 危険ではないが、つらい頭痛

### 1. 緊張型頭痛

慢性頭痛の、70%が緊張型頭痛です。鉢巻きで締められているような、しめつけ感が続きます。肩こり、めまいを伴ったり、午前より、疲れの出てくる夕方の方が症状が強い場合もあります。身体的、精神的ストレスが原因となつて、肩、首、頭の筋肉の緊張が高まることにより生じ、筋肉の緊張を和らげる薬や、痛み止め、精神的緊張を和らげる抗不安薬などが有効です。ストレッチやウォーキングなどの運動をすることや、同じ姿勢を取り続けられない等、生活の工夫も大切です。

### 2. 片頭痛

20〜40代の方に多い頭痛で、ズッキン、ズッキンと脈打つような強い痛みが特徴です。頭を動かすと痛みが強くなり、吐き気を伴うこともあり、ひどい時は、何もできない、寝込んでしまうという方が多く、日常生活に対する影響の大きい頭痛です。脳の血管が拡張することが原因のため、入浴をしたり、アルコールを飲むと、痛みがひどくなります。また、はつきりと拍動性の頭痛ではなくても、動く痛みが強くなる、寝込んでしまつことがあるといった症状のある慢性頭痛は、片頭痛であることが、しばしばあります。普通の痛み止めでは効かない場合、片頭痛の特効薬や、予防薬をためてみるとよいでしょう。



### 3. その他

片側の目の奥がひどく痛み、目の充血や鼻水、涙を伴い、一年のうちの同じ時期に繰り返し頭痛がおこる群発頭痛、片側の顎や顔の一部、後頭部が時々、刺すように痛む三叉神経痛(さんさしんけいつう)、後頭神経痛(こうとうしんけいつう)、痛み止めをむやみに飲むことにより生じる、薬物乱用頭痛(一か月に15日以上頭痛があり、痛み止めを3か月以上頻繁に使う状況が続いている時に疑います。片頭痛の患者さんに多い傾向があります。)などがあります。いずれも、原因に応じた治療が有効です。

原因になる症状のある方、もつと快適に過ごせるようにになりたいと思つている方は、お気軽にご相談ください。

## ご芳志に沿うよう有効に活用させていただきます。

この度、故 森下マツノ さまのご遺族から「大和病院の運営に役立ててください」と100万円のご寄付をいただきました。

ありがとうございました。

当院の診療環境、療養環境を良くする為、有効に活用させていただきます。



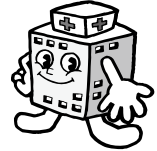
# 平成22年12月 城内診療所 診療担当医師予定表

月		火		水		木		金		土	
午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
				1日		2日		3日		4日	
				高橋(聡)	橋詰	橋詰	橋詰	橋詰	橋詰	薄田	
				橋詰		高橋(正)		橋詰	青木		
6日		7日		8日		9日		10日		11日	
高橋(聡)	青木	高橋(聡)	高橋(聡)	高橋(聡)	中山	橋詰	橋詰	橋詰	橋詰	高橋(守)	
廣田		橋詰		橋詰		高橋(正)		青木			
13日		14日		15日		16日		17日		18日	
高橋(聡)	青木	高橋(聡)	橋詰	高橋(聡)	橋詰	橋詰	橋詰	橋詰	橋詰	堀内	
廣田		福本		橋詰		風間		青木			
20日		21日		22日		23日		24日		25日	
高橋(聡)	青木	高橋(聡)	橋詰	高橋(聡)	高橋(聡)	天皇誕生日		橋詰	橋詰	福本	
廣田		橋詰		橋詰				青木			
27日		28日		29日		30日		31日			
高橋(聡)	青木	高橋(聡)	橋詰	休日救急診療 (9:00~17:00)							
廣田		橋詰									

## 応援医師のご紹介

- 廣田 茂 ゆきぐに大和病院 副院長
- 風間 龍 塩沢 風間内科医院 院長
- 中山 康夫 塩沢 中山医院 院長
- 堀内 正 奥多摩病院 院長

- 高橋 守信 浦佐 萌気園診療所
- 薄田 勝男 金沢医科大学
- 高橋 正和 千葉県松戸市から
- 福本 一朗 長岡市から



- ・都合により診療日に変更になる場合がございます。
- ・土曜日の午後、日曜日、および祝日は休診です。

## お知らせ


- ・29日(水)は9時から17時まで休日救急診療を行います。
- ・年末年始の診療予定  
12月28日(火): 平常どおり診療  
12月29日(水): 休日救急診療  
12月30日(木)から1月3日(月): 休診  
1月4日(火): 平常どおり診療

## —城内診療所外来診療受付時間—

**平日** : 午前 8時30分~ 午前 11時30分  
午後 1時30分~ 午後 4時30分

**土曜** : 午前 8時30分~ 午前 11時30分

**元気で永生き応援します**

 ~あなたの健康のパートナー~

**TEL (025)775-2009**

**FAX (025)775-2295**



## 検査室から「動脈硬化とLDLコレステロール」

厚生労働省「平成15年人口動態統計」によれば、日本人の死因のおよそ3分の1は動脈硬化が原因で起こる虚血性心疾患・脳血管障害で占めています。動脈硬化の原因は一様ではありませんが、最大の危険因子といわれているのが高コレステロール血症です。

コレステロールは身体の細胞膜の構成成分として、また各種ホルモンなどの原料となり必要不可欠です。そんなコレステロールに、「善玉」と「悪玉」があるといわれます。

肝臓で作られたコレステロールは体内の細胞へ「LDLコレステロール」の形で運ばれます。逆に、いろいろな臓器で使い切れず余ったコレステロールは「HDLコレステロール」の形で肝臓へ戻されます。どちらも重要な役割を持っています。ところが、血液中のLDLコレステロールが過剰になると、血管の壁にコレステロールがたまってしまい、血管の動脈硬化を進行させてしまうことになります。これが、LDLコレステロールが「悪玉」と呼ばれるゆえんです。

検査室 高橋和也



# 大和病院

## 平成22年12月 診療担当医師と診療日のお知らせ

TEL025-777-2111

FAX025-777-3853

大和病院のページ

(注) 診療担当医師名の前に記載されている数字は、当該医師の診療日です。

■ 部分は休診日ですが、内部に医師名等の記載がある場合は臨時外来です。

診療科	月	火	水	木	金	土	備考
内科	13・27 本松 (10:40まで) 13・27 寺田	寺田 大学医師	寺田 (10:40まで) 黒木 栗原	権平 関口 仲	権平 10 関口 寺田 10・17・24 浅野	4・18・25 寺田 栗原	受付…8:00～11:00 診療…9:00～
糖尿病外来	13・27 岡村	岡村	岡村	岡村	岡村		受付…8:00～11:00 診療…9:00～
循環器科	松島	大村 松島 (予約のみ)	松島	松島		4日・18日 松島	受付…8:00～11:00 診療…9:00～
睡眠時 無呼吸外来				2・9・16 宮永			予約制 (電話予約可。表下の※1をご参照ください) 診療…13:30～
神経内科	竹内	竹内 河内		竹内	竹内		受付…8:00～11:00 診療…9:00～ 初診の方は、事前に電話予約をお願いします。 予約は表下の※1をご参照ください。
腎臓科					3日・17日 田部井	11日 田部井	受付…8:00～11:00 診療…10:15～
呼吸器科				小檜山		第2・第3・第4 11 小檜山 18 石原 25 大学医師	受付…8:00～11:00 診療…9:00～
和漢診療科	小林	小林	小林	小林	小林 17 徳永	小林 <午前中>	受付…8:00～11:00 (月)～(金)のみ13:00～14:30 診療…9:00～ (月)～(金)のみ13:30～ ※火曜日の午後診察は15:00まで
精神科		7・14・28 米村 21 宮永	22日(臨時外来) 武井	武井	宮永 (午後)モリ-クリニック	18 米村 4・11・25 宮永	予約制 (電話予約可。表下の※1をご参照ください) 診療…9:00～ (金)午後13:30～
高次脳機 能障害科	第2・第4 専門外来						予約制 (電話予約可) 診療…13:30～15:30
外 腸 胃 門 肛 科	中谷	廣田 須田	廣田 中谷	廣田 須田	廣田 須田	廣田 11・25 須田 4・18 中谷	受付…8:00～11:00 診療…9:00～
整形外科	予約 / 再診 日比野 半戸	新患 里見	予約 / 再診 日比野 半戸 星野	新患(一般) 2 半戸 16 中島 9 角谷 上肢専門外来 里見	予約 / 再診 日比野 中島 3・17 星野 10・24 半戸	新患 大学医師 第3(18日) リウマチ専門外来	受付… (月)(水)(金)《予約外来・再診》 8:00～10:00 (火)(土)《新患》 8:00～11:00 診療…9:00～
形成外科					大原 (博敏)		受付…13:00～14:30 診療…13:30～ (電話予約可。表下の※1をご参照ください)
小児科	第2・第4 13・27 五十嵐 (午後/予約制) 特殊外来	7・14・21 長崎 28 金子	唐澤	9 長谷川 2・16 羽二生	柿原 (午後)柿原	大学医師	受付…8:00～11:00 (金)午後14:00～16:00 診療…9:00～ (金)午後14:00～
婦人科		坂本	高橋	高橋		塩津ほか	☎☎受付…8:00～11:00 診療…10:30～ ※電話予約可 ☎☎受付…8:00～11:00 12:00～14:00 診療…9:15～ 13:00～ ※電話予約可
眼科		萩村 (予約のみ)	萩村 (予約のみ)			大学医師	☎受付…8:00～11:00 診療…9:00～ ☎☎予約制 診療…10:15～ ※電話予約可 受診につ いて、表下 の※3をご 覧ください。
皮膚科			藤原		埜澤		受付…8:00～11:00 診療…9:00～
泌尿器科	27日(臨時外来) 谷川			谷川			受付…8:00～11:00 診療…9:15～
耳鼻咽喉科		大学医師		大学医師		大学医師	受付…☎☎13:00～15:00 ☎8:00～11:00 診療…☎☎14:00～ ☎9:00～
歯科 小児歯科	佐藤 星野	佐藤 星野	佐藤 15 星野	佐藤	佐藤 星野	11 佐藤	予約制 (電話予約可) 診療…9:00～
矯正歯科			8・15(午後のみ)・22 大学医師				予約制 (電話予約可) 診療…9:00～
口腔外科	加納 埜	加納 埜	加納 埜	2 小林 9・16 加納 埜	加納 埜	4・18 加納 25 埜	予約制 (電話予約可) 診療…9:00～

※1 診療の予約や変更は、原則的に月～金曜日で該当する診療科の診療日午後2時～4時の間にお願いいたします。

※2 診療担当医・診療日が変更になる場合もありますので、ご確認のうえご来院ください。

※3 眼科の診療は、過去1年以内に受診したことがある方に限らせていただきます。

### 予防接種の予定

予防接種	接種日	受付時間	接種時間
三種混合	12月3日(金)	13:20～14:00	13:30～
麻しん・風しん混合 1期 2期 3期 4期	12月10日(金)	13:20～14:00	13:30～
B C G	12月17日(金)	13:20～14:00	13:30～
二種混合	12月24日(金)	13:20～14:00	13:30～

予約が必要です。予約・お問い合わせは、ゆきくに大和病院・医事課まで。

### 休診のお知らせ

全部の科 1日(水) 創立記念日  
20日(月) 第3月曜日  
23日(木) 祝日・天皇誕生日  
29日(水)～1月3日(火)  
年末年始休診

糖尿病外来 6日(月)

和漢診療科 2日(木) 午後  
4日(土)  
16日(木) 午後