



横須賀市医師会

第 17 号

平成29年 春

# すこやか通信

## めまいの話 —耳石がコロコロめまいを起こす

なかむら耳鼻咽喉科クリニック 中村 正



誰でも内耳という所に耳石という小さな石を持っていますが、この石が三半規管に迷い込むことがあります。そうすると頭を動かしたときにコロコロと石が転がり、三半規管が強く刺激され、突然にぐるぐる回る激しいめまいや吐き気を引き起こします。これが良性発作性頭位めまい症と呼ばれる病気です。めまいを起こす疾患の中で最も多く、救急車で運ばれるめまい患者の2 - 3割はこの病気です。

このような患者さんの目を見ると本当に目がクルクル回っているので、特殊なカメラを使って目の動きをよく観察してめまいの診断を行います。この検査法（眼振検査）がめまい診療の基本的な検査です。

めまい患者に対してしばしば投薬を行いますが、この方法では症状を抑えることはできても根本的な治療にはなりません。最も有効なのは半規管に迷い込んだ石を除去するための特殊な運動療法を行うことです。これにより大多数は簡単に治すことができます。ただし、この治療を行うためには専門的な知識と技術が必要なので、めまいに詳しい耳鼻咽喉科医に相談してみてください。尚、日本めまい平衡医学会 (<http://www.memai.jp>) でめまい専門医（めまい相談医）のリストを公開していますので是非ご利用ください。

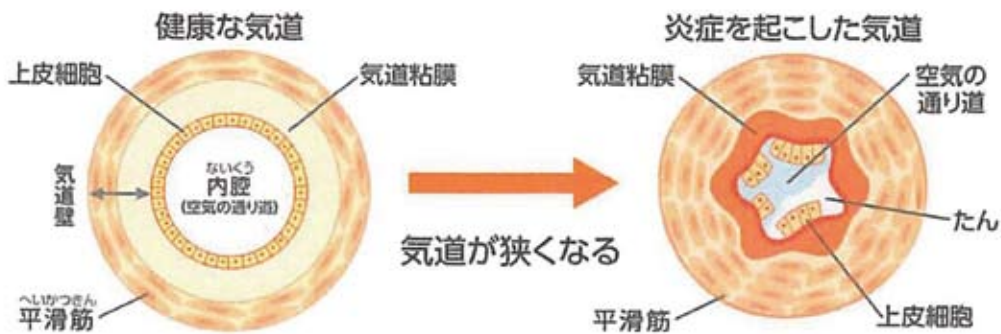


# 気管支喘息



鈴木内科クリニック 鈴木基好

気管支喘息（ぜんそく）は、吸い込んだほこりやダニなどに対するアレルギーが気管や気管支で起こり、咳と痰が出て喉が「ぜいぜい」鳴る（ぜんめい）病気です。「ぜいぜい」が聞こえるときは、すでに空気の通り道は普段より3割も狭くなっています。そこに痰が詰まり、気管支を取り巻く筋肉が縮んで中が更に狭くなると、突然の呼吸困難になり、大変危険です。ときどきぜいぜいするだけ、明け方少し苦しいが昼間は大丈夫だ、などと軽く考えたくりますが、気管や気管支にアレルギーを起こしたままにすると次第に強い発作が起りやすくなり、予期せぬ呼吸困難に見舞われてしまいます。また、発作のあと気管支粘膜が完全に回復するには数か月もかかります。発作がよくなった後もできるだけ吸入ステロイドを中心とした治療を続け、発作が出にくい状態を保ちましょう。タバコの煙は気管支粘膜を傷め、肺を破壊し、ぜんそく発作後の回復も遅らせるので、禁煙しないとぜんそく治療の効果は上がりません。禁煙は必須です。何度もかかりつけの先生に言われて耳が痛いかもしれませんが、「じっくり・しっかり」治して重症化を防ぎ、安全な暮らしを手にするようお願いしております。







# 横須賀市医師会の活動

## 災害時における医療救護体制について

横須賀市医師会救急災害担当理事  
横須賀共済病院 整形外科

江 畑 功

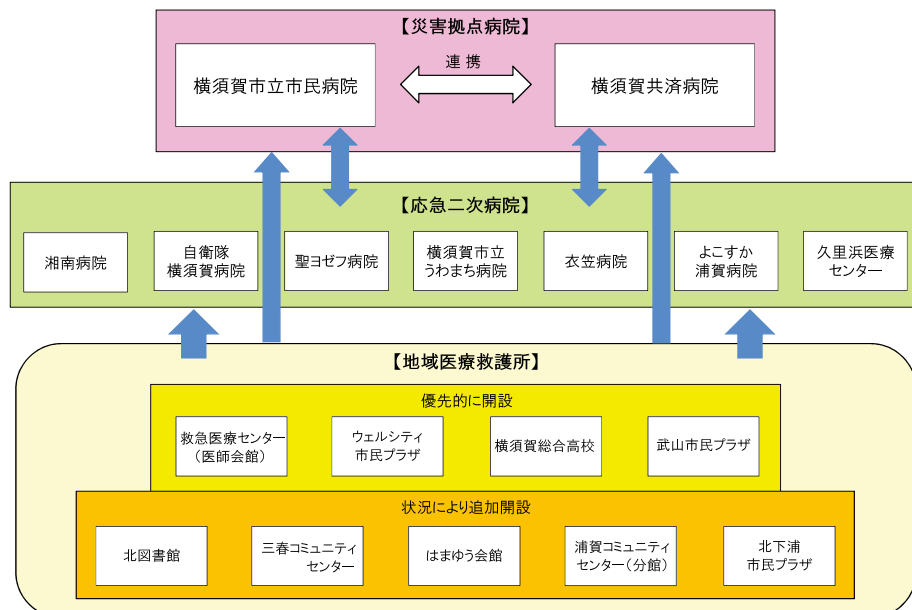


横須賀市医師会は横須賀市との間で災害時の救護体制について協定を結んでおり、過去二十年にわたり、それに基づく災害時の医療救護活動訓練を行ってきました。主に直下型地震による災害を想定していますが、被害地域の範囲に応じて順次医療救護所を開設し、そこに医療関係者（医師、看護師など）が参集するというシステムです。市内の4カ所（救急医療センターなど）を拠点として優先的に開設し、被害範囲に応じて残り5カ所にも開設していくという予定になります。横須賀市のホームページで「地域医療救護所」を検索していただければご覧になれます。

ここで想定する医療救護所とは、比較的軽症の治療を主に担当し、重症の患者さんがいれば応急処置をして病院への搬送を待つ、という形になります。これは中等症以上の患者さんを優先的に治療するべき二次病院や災害拠点病院に、多数の軽症患者が集中してしまうことをできるだけ避けるための重要な役割分担なのです。実際には、発災後の被害状況がある程度把握できてから救護所が立ち上がることになり、どうしてもタイムラグが生じることと思われます。その間、どうしても病院に患者が集中してしまうことは避けられませんが、各病院ではまず入院患者の安全確保を優先し、その後外から来院する患者さんへの対応をする、という体制になります。

最近では津波に対する救護所や備蓄の対策に関しても、横須賀市と協議して訓練も行うようにしており、さらなる改善に取り組んでいるところです。実際の災害の時には、防災行政無線を通じて救護所の情報も放送されますので、参考にしてください。

災害時病院連携



# 横須賀市救急医療センター



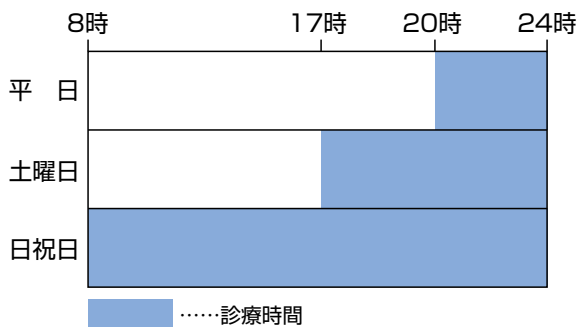
診療科目 内科・小児科・外科

〒238-0005 横須賀市新港町1-11

☎824-3001

横須賀市救急医療センターは、横須賀市医師会が管理・運営をしております。  
横須賀市医師会では、市民の皆様安心していただける  
質の高い医療を提供しております。

## 診療時間



年末年始 12月29日16時～  
1月4日8時まで24時間診療

## 案内図



横須賀市医師会は、市民の皆様により良い医療を提供できるよう

これからも努力していくつもりでありますので、

よろしくご支援をお願いいたします。

詳しいことは横須賀市医師会ホームページ

<http://www.yokosukashi-med.or.jp>

にアクセスしていただきますようお願いいたします。

横須賀市医師会  
モバイルサイト



<http://yokosukashi-med.or.jp/mobile/>

一般社団法人 横須賀市医師会

〒238-0005 横須賀市新港町1-11 TEL 046-822-0542 FAX 046-823-4534