



病院だより



令和5年10月1日 発行:公立福生病院 経営企画課 経営企画係 住 所:東京都福生市加美平1-6-1 <https://www.fussahp.jp>

診療待ちの順番を「LINE」でお知らせいたします

10月2日(月)から、外来診察の順番の目安を「LINE」でお知らせするサービスを開始いたしました。
診察や会計でお待ちの間に登録していただき、ぜひご利用ください。

LINE 連携サービス登録方法

はじめに

本サービスはLINE社の提供するアプリケーション「LINE」を使用したサービスです。お手持ちのスマートフォンにLINEアプリケーションのインストールが必要となります。(詳しい設定方法は、ご契約されている携帯会社にお問い合わせください)



こちらから
読み進めます

※ LINEを利用されない方は、外来の各ブロック受付に設置しております順番検索端末にてメール送信サービスをご利用できます。

お問い合わせ先

いじか
医事課 042-551-1111(代)

片頭痛について

特徴と典型的な症状

片頭痛は、単なる頭痛ではありません。

日常生活に支障をきたすことが大きな特徴です。

具体的には、目の前にギザギザしたような模様(閃輝暗点といいます)が見えた約30分後から頭痛が始まり繰り返し吐いて寝込み、光と音が苦手で布団を被り市販の痛み止めを飲んで寝たら翌朝には治ってしまうような症状と経過が典型的です。

(前兆の閃輝暗点が出ない方もいらっしゃいます)

頭痛さえなければ普通に生活できるのですが、月に何回も頭痛が起きてしまうと、仕事や家事がままなりません。このような頭痛発作による経済的損失は、年間3,600億円～2兆3,000億円とも試算されています¹⁾。

片頭痛で悩んでいる方々は日本に約900万人もいると推測されていますが²⁾、市販薬で我慢したり、忙しかったりして病院を受診できない方々が結構多いようです。

片頭痛の原因

原因は、今のところ解っていません。双子研究や母とその娘に比較的多いことなどから、遺伝的要因が疑われていますが、確実な遺伝子などの特定には至っていません。ただ、片頭痛を起こしやすい因子としては以下のものが指摘されています³⁾。

【片頭痛を起こしやすい因子】

- | | | |
|---------|------------|--------|
| ・ストレス | ・ストレスからの解放 | ・疲れ |
| ・睡眠の過不足 | ・月経周期 | ・天候の変化 |
| ・温度差 | ・におい | ・音 |
| ・光 | ・運動 | ・欠食 |
| ・性的活動 | ・旅行 | ・空腹 |
| ・脱水 | ・アルコール | ・特定の食品 |

もちろん、これらがすべて頭痛を誘発するとは限らず、個人差が大きいです。もし、自分に当てはまる誘因があれば、それらを意識して避けてみるのもよいかもしれません。



当院での治療方針

病院には市販薬以外の治療法があります。

まずは、トリプタン製剤といわれる頓服薬です。前兆を感じたときに飲めば、いつもの頭痛発作がかなり抑えられるようになります。

つぎに、抗CGRP抗体関連薬といわれる予防注射薬です。月に1回皮下に注射すれば、毎日のように重苦しかった頭痛が目の前がパーンと明るくなるように軽くなっていく可能性があります。頭痛薬を飲む回数が3-4回以下に減ることが期待できます。しかも、毎日の鈍痛が軽くなり、日常生活を楽に過ごせるようになるかもしれません。

そのほか、バルプロ酸ナトリウム等の比較的安価な内服薬による頭痛予防療法もあります。

たかが頭痛、されど頭痛

これまで「いつもの頭痛か…」と諦めていた頭痛が最新の治療法で劇的に良くなる可能性があります。たかが頭痛、されど頭痛です。頭痛を減らして良質な日常生活を取り戻してみませんか。われわれ脳神経外科医が患者様の親身になって治療のお手伝いをいたします。

文責：脳神経外科 診療部長
日本頭痛学会認定専門医・指導医

福永 篤志

毎週火曜日午前 初診外来担当



参考文献

- 1) 日本神経学会・日本頭痛学会・日本神経治療学会監修、頭痛の診療ガイドライン2021. p113, 医学書院, 東京, 2021
- 2) 「頭痛の診療ガイドライン2021」(日本神経学会・日本頭痛学会・日本神経治療学会監修, 医学書院, 東京, 2021) p91の記載「15歳以上の年間有病率8.4%」から算出
- 3) 日本神経学会・日本頭痛学会・日本神経治療学会監修、頭痛の診療ガイドライン2021. p104, 医学書院, 東京, 2021

放射線検査における当院の取り組み

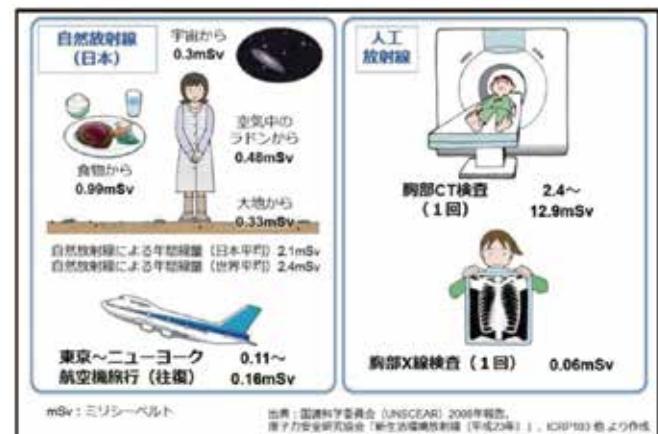
1.「放射線とは？」

放射線(X線)が発見されたのは今から100年以上前の1895年「目に見えない光、不思議な光」ということで「X線」と名付けられました。その由来通り、放射線は電磁波(電波・赤外線・可視光線・紫外線など)の仲間になります。放射線の中にも、様々な特徴を持つタイプがありますが、医療や工業など様々な分野で用いられており、現代社会では無くてはならないものとなっています。

2.「放射線は危険なの！？」

実は、私たちが生活している身の回りにも「放射線」が潜んでいます。日本で1年間に浴びる**自然放射線**の量は、およそ2.1mSvと言われており、主な要因は「食物」「空気中」「大地」になります。

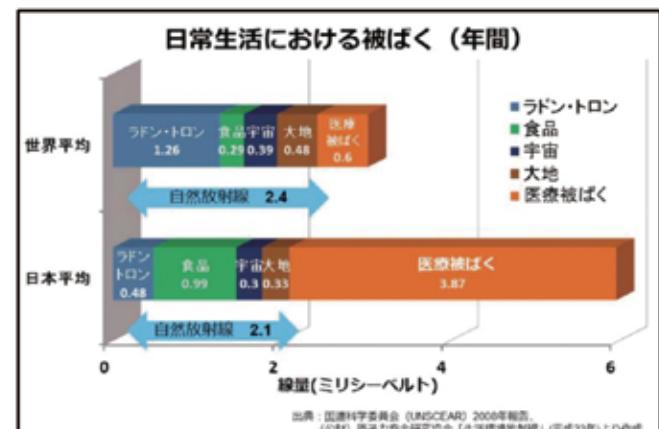
一方、医療で用いられる放射線は、**人工放射線**になります。一般的に胸部X線検査での被ばく線量は0.06mSv程度ですので、医療で用いられる放射線量が低いことがわかります。当院での胸部X線検査はさらに低く、0.03mSv程度になります。



3.「当院の取り組み」

右図のように、日本の被ばく線量は世界の平均よりも高い値にあります。大きな要因は医療被ばくにあります。これは日本の医療機関に放射線医療機器が普及していることが背景にあります。いつでもどこでも放射線検査が受けられる環境だからこそ、医療被ばくを低くする取り組みが必要になります。当院では、日本診療放射線技師会の「**医療被ばく低減施設**」の認定を取得しております。**低線量で高画質**な画像を提供するために、患者さんの放射線検査における被ばく線量を記録・管理し、撮影方法の見直しを行うよう努めています。また、「**医療被ばく相談員**」の資格を有している職員が在籍していますので、放射線検査や放射線被ばくに少しでも不安や疑問がある場合は、「医療被ばく相談員」が対応いたします。

診療放射線技術科は、「信頼され親しまれる病院」という病院理念の基、患者さんに安心していただけるような検査・治療提供を心がけています。



文責 診療放射線技術科 主査
佐藤靖高

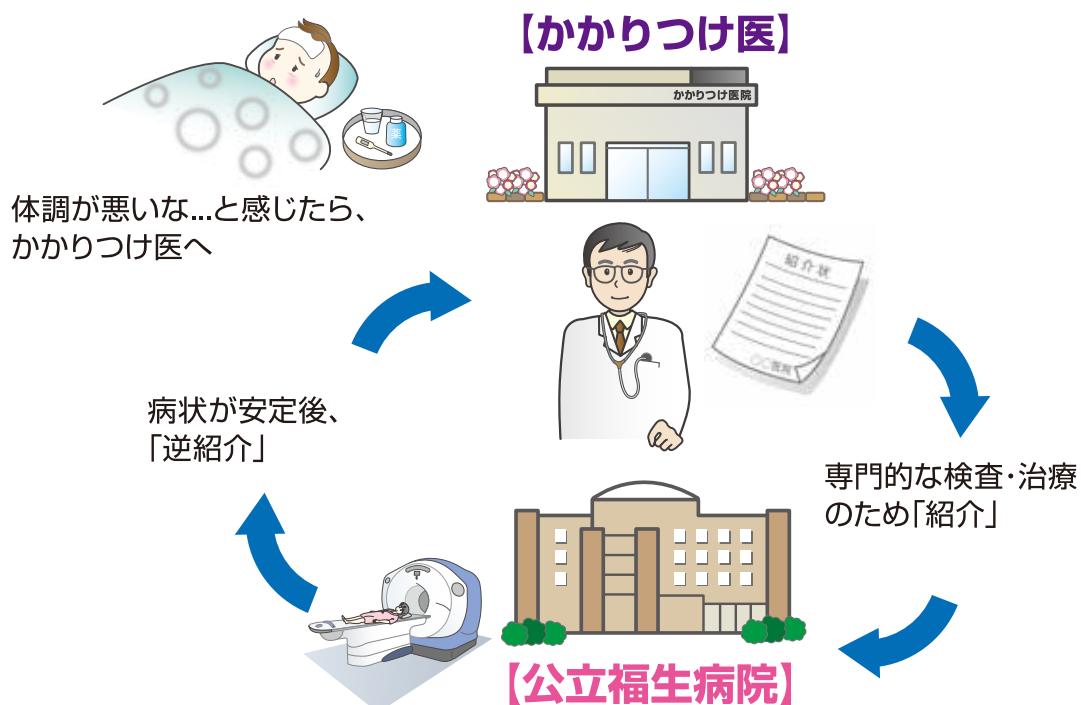
当院では「紹介」「逆紹介」を推進しています。地域のかかりつけ医等と、連携を図り、安心して療養できるように患者さんやご家族を支援いたします。

● 「紹介」とは

専門的な検査や治療が必要と判断された場合は、かかりつけ医や地域の医療機関から当院へ、ご紹介となります。

● 「逆紹介」とは

当院から、地域の医院・診療所などの医療機関にご紹介する場合を「逆紹介」といいます。病状が安定した患者さんは「かかりつけ医」または、地域の医療機関へご紹介いたします。



● 当院からのお願い

- ◆かかりつけ医を介して診療予約を行い、紹介状(診療情報提供書)をご持参ください。
- ◆紹介状(診療情報提供書)には、患者さんの病状や処方されているお薬・検査結果など記載されています。患者さんの情報を共有することでスムーズに診療が行えます。
- ◆紹介状(診療情報提供書)をお持ちでなく当院を初診で受診される場合は、通常の診療費の他に初診時の選定療養費(1,430円(税込み))をご負担いただきます。(一部例外あり)
- ◆紹介状(診療情報提供書)をお持ちでない場合は、紹介状を持参された患者さんの後の診療となりますので、待ち時間が長くなる場合があります。

地域のかかりつけ医などとの連携の強化を図ることで、限られた医療資源を有効に活用し、地域の皆さんのが安心して医療を受けられる環境整備に努めています。皆様方のご理解・ご協力ををお願いいたします。