



▼SDGs 「Sustainable Development Goals (持続可能な開発目標)」の略称。国連加盟国が採択した目標で、「すべての人に健康と福祉を」など17項目を掲げている。県民健康講座はその目標に合致する。

目と耳から 豊かな人生

山形新聞、山形放送の8大事業の一つで、健康寿命延伸に向けて身近な病気をテーマに最新の医療情報を伝える「県民健康講座」の2025年第2回講座が7月31日、寒河江市文化センターで開かれた。山形大医学部耳鼻咽喉・頭頸部外科学講座教授の伊藤史氏が「あなたの聞こえは大丈夫?～最新

の難聴治療と認知症予防～」鈴木眼科(寒河江市)院長の鈴木一作氏が「眼底検査が、あなたの人生を救う」と題し、それぞれ講演した。市民ら約110人が認知症発症リスクを高める難聴の治療法や、目の疾患の早期発見・治療につなげる眼底検査の重要性について学んだ。講演要旨を紹介する。



認知症発症リスクを高める難聴の治療法や眼底検査の重要性について学んだ聴講者。寒河江市文化センター(撮影・関賢一郎)

あいさつ

健康寿命の延伸を祈念

山形新聞社長
佐藤秀之



県民健康講座は、本県の医療の中核を担う山形大医学部と、地域医療を支える県医師会から講師を招き、最先端の医療情報を県民にきめ細かく伝えるため2019年から開催している。SDGs(持続可能な開発目標)推進に向けた活動の一環でもある。「健康で長生き」は人生を豊かにする上で誰もが願うこと。この講演が健康づくりのヒントとなり、健康寿命の延伸につながることを祈念する。

前向きな意識広がって

寒河江市長
斎藤真朗氏



住民の健康増進を図るには検診体制の整備や、認知症への正しい知識の普及といった環境を整えることが必要。一人一人の意識の向上が欠かせない。講座が皆さんの健康づくりの第一歩となり、明るく前向きな健康への意識が、県全体に広がっていくことを願う。



血管年齢を測定し、県看護協会の職員から健康維持の助言を受ける聴講者

山形大医学部耳鼻咽喉・頭頸部外科学講座教授
伊藤 史氏



いとう・つかさ 54歳。大江町出身。山形大大学院医学研究科修了。山形市立病院済生館での勤務やスイス・チューリッヒ大留学を経て2017年山形大医学部耳鼻咽喉・頭頸部外科准教授、24年2月から現職。

難聴治療し認知症予防

難聴には伝音難聴と感音難聴の2種類がある。外耳や中耳に障害が生じ、音の振動が伝わりづらくなるのが伝音難聴。音を感じ取る内耳や、信号を脳に伝える蝸牛神経が悪くなるのが感音難聴だ。伝音難聴で多いのは鼓膜に穴があく中耳炎で、手術で治すことができる。感音難聴の代表格が加齢性難聴。加齢で音を感じる有毛細胞が減り、元に戻す方法はない。補聴器や人工内耳への対応が必要だ。加齢性難聴は誰にでも起こり得る。家族や友人とのコミュニケーションがうまくいかず、自信を失ったり、社会的孤立が生じたりするフレット配布するなどしてかかりつけ医との連携強化を図る。高度の難聴ほどリスクが高くなるとの研究結果もあり、放置せずに対応することが重要だ。日本の難聴者の補聴器普及率は15%で、欧州に比べ低い。医療従事者の啓発不足が原因の一つで、本県では医師会員に啓発リーフレット配布するなどして、22年度には保険適用と

化を図り、受診につなげていく。補聴器を使う際は、以前は聞こえなかった音に対する脳の慣れと、聴力や耳の形に合わせた調整が必要で、本人のやる気も重要となる。試聴や購入後の調整、定期点検などを行って、認定補聴器専門店での購入に加え、補聴器相談医への定期受診を勧める。高齢者では中耳炎を併発することも多く、真珠腫性中耳炎は特に危険だ。真珠腫は周囲の骨を壊しながら大きくなって、内耳や顔面神経に障害を及ぼす恐れがあり、手術が必要だ。標準的な手術では耳の後ろ側を切開し、骨を削らなければならぬ。山形大が開発した内視鏡手術は切開が不要で、傷の治りも早い。22年度には保険適用と

なり、山形大は毎年セミナーを開催して普及を図っている。補聴器を使っても会話が困難な場合は、人工内耳が適応となる。内耳に埋め込んだ電極で蝸牛神経を直接刺激し、音の情報を中枢に伝える。筆談で妻とコミュニケーションを取っていた70代男性のケースでは、手術の3週間後に日常会話ができるようになった。難聴予防には、大音量でテレビを見ない▽騒音下での仕事時は耳栓をする▽といった耳に優しい生活習慣が必要だ。生活習慣を見直し、老化を遅らせることも大切。難聴と認知症は皆さんの共通の課題。家族や友人が会話に困っていたら、ぜひ耳鼻科の受診を呼びかけてほしい。(吉村瑛人)

鈴木眼科(寒河江)院長
鈴木 一作氏



すずき・いっさく 69歳。千葉県出身。山形大医学部大学院修了。同大講師を経て1993年に開業。県眼科医会副会長、東北眼科医会連合会理事などを歴任。学校保健普及に尽力し2024年文科大臣表彰。

眼底検査で明るい未来

今日の講演では「眼底検査があなたの人生を救う」という1点に絞って話をしたい。聞いた方が「自分も検査を受けなければ」と思ってしまう。検査を受けるのが眼底検査だ。網膜には「黄斑部」という最も鮮明に物が見える部分がある。黄斑部に異常があれば、すぐに見えにくさ

眼底写真を撮影している。そのうち約8・5%に当たる約2100人が要精密検査に分類されている。中でも多いのが緑内障だ。40歳以上の17人に1人が緑内障で、失明原因としても最も多い。患者は国内に推定400万人いるが、実際に治療を受けているのは2割。残りの8割は自分が緑内障だと気付いていない。視野が徐々に狭くなる病気で、自覚症状が出ない。進行していることが多く、早期発見して治療を受ければ失明はほぼ防げる。だからこそ眼底検査が必要だ。糖尿病網膜症も見逃せない。糖尿病患者の約3割が5年以内、約4割が10年以上に発症する。初期は自覚症状がほとんどなく、見え

にくいと感じた時には既に失明の危険が迫っている。内科治療をしても、眼底検査を必ずしてほしい。早期に見つけて治療することが重要だ。眼底検査では他にも、血管病変、網膜疾患、視神経疾患などの病気を発見することができる。白内障も加齢とともに誰にでも起こりうるもので、眼底検査で疑いが見つかることがある。人間ドックや検診などで、ぜひとも眼底検査を追加してほしい。企業の検診項目に入っていない場合でも、受付で伝えれば600円ほどで検査できる。この検査があなたの未来を大きく変えるかもしれない。90歳になっても「目は元気」と言える人生が待っている。(高野周平)

主催＝山形新聞、山形放送、山形大医学部、県医師会、県看護協会
共催＝県、寒河江市