

理念

観音さまの大慈悲のみこころにそって、
思いやりの精神のもとにあたためた医療を提供します。



脳内4大幸せホルモンの話

内科 岩崎功明

脳内神経伝達物質は、ドーパミン、セロトニン、オキシトシン、 β （ベータ-）エンドルフィンが“脳内4大幸せホルモン”とも言われております。

ドーパミンは脳を覚醒させ、楽しいことをしている時や目標を達成し、褒められた時に分泌されます。脳内報酬系という神経回路があり、楽しさや気持ちよさをもたらす刺激に対して脳が活性化され、快感や意欲などの感情が引き起こされ、これが経験となり学習されます。この脳内報酬系回路に参与する調整ホルモンがドーパミンとなります。ある行為によってドーパミンが放出されると、人は報酬を得られたかのような幸福感や達成感を覚えます。脳はその感覚を学習し、再び報酬を得るために、その行為を繰り返し行うようになるのです。つまり、習慣化するのです。これが脳内報酬系と言われるところと思われます。脳内報酬系は、人間も含め動物が持っており、食欲や性欲などの欲求が満たされることで生命が維持し種を存続させてきました。しかし、報酬と認識する行為が、必ずしも食欲や性欲とは限りません。例えば、高脂肪や高炭水化物のファーストフードを習慣的に食べることで心が満たし、また、SNS でいいね！をもらうために投稿を繰り返すなどの行為は脳内報酬系によるものと思われます。

セロトニンは、ドーパミン・ノルアドレナリンを制御し精神を安定させる働きをします。他の神経伝達物質であるドーパミン（喜び、快楽など）やノルアドレナリン（恐怖、驚きなど）などの情報をコントロールし、精神を安定させる働きがあります。睡眠に深く関わるメラトニンの前駆物質としても有名で、ヒトではおよそ 90%が消化管に分布し、腸の蠕動（ぜんどう）運動にも関わっています。

オキシトシンは“愛情ホルモン”とも呼ばれる物質です。他者への愛情や信頼感を形成し、心に安らぎをもたらす働きがあります。ストレス軽減の作用もあるようです。

β （ベータ-）エンドルフィンは、脳内モルヒネとも言われ鎮痛や気分高揚効果があります。ランナーズハイと聞いたことがあるかもしれませんが、ランナーが長時間走ることによって苦痛軽減や多幸感がエンドルフィンによる説があります。

ストレス社会の現代では、これらの神経伝達物質が不足/過剰分泌などが、うつ病等精神疾患や薬物依存症の原因として考えられております。皆さんも、ご自身を振り返り、“脳内4大幸せホルモン”を意識した生活をしてみてはいかがでしょうか？



私たち視能訓練士は眼科における検査の専門技術者として、皆さまの大切な目の健康を守るお手伝いをしています。この度、眼科に以前からありました検査機器『OCT』がバージョンアップしましたのでご紹介させていただきます。

OCT とは、赤外線を利用して眼球の一番奥にある網膜(眼底)を三次元的に撮影出来る機械です。網膜のむくみの程度や出血の範囲・深さ等を精密に把握することが出来ます。加齢黄斑変性や、糖尿病網膜症、緑内障の診断や経過観察にも有効です。

前述した内容だけでも画期的な機械ですが、主に2つの機能が新たに搭載されました。

1つ目は『OCT アンギオ』です。網膜の血流を描出して血管の状態を評価する検査で、血管の狭まりや詰まり等を画像化することが出来ます。2つ目は『前眼部 OCT』です。前眼部とは目の中の空間を指し、ここではそのなかでも隅角(眼内を循環するお水の通り道)の広さを測定します。隅角が狭いと、失明につながりやすい緑内障発作を引き起こす可能性があるため、それを予防するために役立ちます。

より詳しく、より多くの疾患に対応出来るよう努めてまいりますので、今後ともよろしくお願いいたします。



☆はじめまして



医事課 鵜飼 展衣

私はこの7月末から浅草寺病院医事課課長として勤務させて頂いている。

大阪で生まれ育った私は、日本の大学で建築を専攻し卒業。総合商社で総合職としてインテリアデザイン等に携わった後、渡英。英国の大学では国際関係論を専攻。帰阪後新聞記者となった。6か月後、東京転勤。東京というフィールドで伸び伸びと仕事をさせて頂いた。私の主な取材先は国内外の首脳たち。素晴らしい方々に出会えたことは私の人生の宝。その後フリーで執筆活動を展開。浅草寺近辺で20年暮らした。

母が突然倒れた為事務職に就くことに。母は以前から「女子は事務職」が口癖だった。そして、私は医療事務の世界へ。医療事務として初めての職場は、病床数1,000床の大学病院。初再診受付、会計、レセプト点検(診療報酬明細書の点検)が始まった。レセプト点検を通じて医療事務の奥深さを知った。その後、大阪の400床以上の医療機関で、レセプト点検業務を中心に経験を積み、レセプト業務全般を任せて頂くこととなった。

そんな中、審査支払機関のひとつである国民健康保険団体連合会(国保連合会)でレセプト点検指導員として任命された。これまで、医療機関では審査支払機関から減点されるだけの立場。が、一方、国保連合会ではどのように減点するかを保険者に指導する役割。雲が晴れるかのように、これまで減点されてきた謎が解明された。

その後、管理職として200床未満の医療機関で医事課長経験を積ませて頂いた後、全国展開で審査と点検を行う企業の管理職として勤務。全国へ出張してレセプト点検を通して算定指導、業務改善提案をさせて頂いた。その中で私はもう一度、東京で落ち着いて仕事がしたい思いが日々募り、浅草寺病院と出会い、こちらで貢献できればと願う。

フリーライター時代、私はある雑誌の特集記事で「厄年」特集の依頼を受け、浅草寺に取材させて頂いた。嬉しいことにその特集記事を載せた号は完売となり、私にとっては忘れられない一冊となった。その取材をさせて頂いた浅草寺と縁の深い浅草寺病院で微力ながら皆様のお役に立てることを切に願う。

金木犀の香る中、年内最大のスーパームーン「Hunter's Moon」の輝きに包まれた浅草寺周辺。私は今、ここで仕事ができる幸せを噛みしめている。