



おかむら通信 第105号

平成26年1月

*皆様、1月に入り、体調はいかがですか？

ふと、思うことがあります。昨年は20年余の開業医生活で一番つらく疲れた年でした。今回は比較的長い年末年始の休みをいただきました。不眠は続いています、一時の精神の葛藤感はだいぶ癒されてきました。時間が大切なのですね。できれば今年自分の自由なやり方で頑張りたい、そのひとつが海外のドクターと接することです。これが、私には、本物に出会えるチャンスであり、楽しみです。今まで15か国位回ってきましたが、まだまだ知り合いたい海外のドクターばかりです。

*今年のスローガンです。わたしの独断ですが。

自分を大切にしよう・寝たきりにならないように・心豊かな人生を生き抜きましょう。

*もう一つのひらめき、

みなさん、もう一人の自分を、自分を冷静に見てくれるもう一人の自分の存在を作ってみたらいかがでしょうか？ そうしたら病気ひとつとってもご自分の疾病を客観的に見る目ができて、自分が望んでいる生き方に近づくのではないのでしょうか？

*院長、日常診療より

i) 鼻カメラ いいところ

全国どの医療機関でも、苦痛がより少なく、安全で、確実に内容のある経鼻内視鏡をしたいのです。しかし多くの施設で採用されていません。それは、今までの内視鏡に比べて時間当たり数をこなせないからです。今、学会でもより速やかに消毒操作のできる方策などが検討されています。そのうち、皆様にももっと早く検査予約を入れて差し上げられるようになるでしょう。

ii) 血圧の管理の意味

単に血圧？と思われていませんか？ 自覚症状もないし、世の中では150/やそこらでは何の問題もない。むしろ服薬は副作用があるし、何せお金がかかる、と。ちょっとだけお話しします。家族的な疾病発症のリスクと、治療をしていなかったために今起きているご自分で感じていない既に存在する合併症発症のリスクの事です。私が強く言うのは、そのリスクが見えているのに治療を拒否される場合です。治療は何もすぐ服薬と言ってるのではありません。日常生活を自分のできる範囲で気を付けることにより、将来の脳溢血や梗塞・心筋梗塞を大分予防することが出来るのです。

iii) 風邪は、万病のもと？

昔よく言われましたね。しかし厳密に言えば、風邪はウィルスにより生じる病気です、こどもにも大人にも起こります。このウィルスには数えきれないほどの種類があると想像できます。ウィルスは皆様がよく知っている上気道に来るもの、おなかに来るもの、肝障害をおこすもの、色々ですが、ヒトが何らかの原因で自己の免疫力が落ちた時に、体内に侵入し引き起こされる病気です。だから、体のある程度鍛え、無理をしすぎないで、気力を維持し、度を過ぎたことを控えれば、重篤にはならない病気です。風邪が重傷な病気を発生させるのではなく、すでに存在していた病気が悪化するとい



う事です。したがって日頃から自覚症状がないからと言って起こりうる病気を放っておけばご自分が損をすることになります。

iv) 電子カルテとはなんでしょう？

これを使ってクリニックの診療内容などをオープンにするということです。そう、診療室では、当院ではなるべく皆様によく見えるように、3つのディスプレイ（画面）を大きくしています。電子カルテ（メデイカルステーション）・PACS（検査画像）・インターネットPCです。

v) 膵炎について

比較的好くある疾患ですね。慢性膵炎、急性膵炎、家族性膵炎、アルコール性慢性膵炎、膵石症、膵のう胞などがありますが、一過性の膵障害は一般の方でも、エコー、CTなどでよく見られます。昔はなかなか診断が難しく、悪化してからでないといわなかった事がよくありました。

vi) 参加型治療

患者さんと医師（及び看護師、XP技師、パラメディカル）とともに、ともに一緒に協力して病気と戦うというやり方です。

vii) 患者さんからのご意見

すばらしい、心から感謝の気持ちをいただきました。全文を載せることができませんが、院長を含めてまだまだ大変未熟なスタッフで申し訳ありませんが、今年も辛いことがあっても前向きに指導してゆきますのでお願いいたします。

*12月の活動紹介

- /5 (木) NTTDMCS・BML関係者来院、院内CPシステムの改良
- /8 (日) 日本プライマリーケア学会 東京医科歯科大学にて
- /9 (火) Mr Sanjay 来院、世界の動静、医療の現状、世界観の大切さなどについて
- /10 (火) 当院電子カルテシステムの改良 患者さんデータの直接診療画面に反映、
- /11 (水) 異業種の方々と懇談、考え方の相違、人生観、世界観のとらえ方に難渋
- /12 (木) バリ島支援（3月予定）の団長となる。意見調整。まだ一般には海外の方との交流経験が少ない方が多く、一緒に勉強すべきことが多い。
- /19 (木) 夜間小児急病センターで当直
- 21/ (土) 順天堂大学外科系の集まり、若い先生も多くたしかに積極性、目の輝き、医師としての責任感を強く感じられたのは収穫でした。ホテルニューオータニにて
- 26/ (木) 一日中 MSCT, デジタルXP装置、デジタルエコーの点検・整備
- 31/ (火) 夜間小児急病センター、久しぶりに忙しかったが参加された小児科の先生たちと気持ちの良い診療ができました。またじっくりと2歳から8歳までの子たちと若い母親、父親との接点を通じて、日頃の大変な生活を垣間見る事ができました。



今年は開院22年目になります。院長はじめ、年を重ねてはまいりましたが皆様の健康のお役に立ちたい気持ちは変わりません。どうぞ、気軽にお声を掛けて下さい。

職員一同

担当 岡村(恵)

