



## おかむら通信 第131号

平成28年3月

ごあいさつ

みなさまこんにちは。少しずつ季節も変わり徐々に暖かくなってきています。しかし、いやいや、花粉はものすごく、われわれを頭から覆うような勢いです。様々な環境物質も意外なところに顔を出しそうです。気を付けましょう。最近新しい近隣の方々も、お子さんの患者さんも増えてきておられます。一緒にご理解しあいながら、お互いの幸せのために頑張っていきましょう。

<今月のことば>

**You must do the things you think you cannot do.**

(出来ないと自ら思い込んでいるなら、まずやってみなさい。)

**Believe you can and you're halfway there.**

(出来ると思えば、ほら君はもう半分まで来てしまっているのだよ。)

Theodore Roosevelt

テオドア・ルーズベルト

今月の課題

「手遅れにならないようにするには？」

友人や、医療機関などにかかっている方で、手遅れ というお知らせが届きます。多いのは 脳溢血・すい臓がん・動脈瘤破裂そして脳腫瘍・肺癌と続きます。どうしたらいいのでしょうか？ この号のあとで、述べさせていただきます。今月は皆様と一緒に外来、診察室で考えてゆきましょう。

今月のあたらしい進捗

### ① 仮想内視鏡の準備

を開始いたしました。64列以上の性能を持つ先進的なCTスキャンで、大腸内視鏡による様々なリスクがない、かなり鮮明な病変を描出可能な、からだに負担の少ない大腸検査です。

### ② 経皮吸収型持続性疼痛治療/フェンタニルパッチ

厳しい疼痛にもう一つの光明を。

外来での硬膜外神経ブロックの効果は、優れたものがあります。しかしそれでも解決しにくい疼痛に対して我々は、いままでがん病変による疼痛にしか適応のなかった治療を、患者さんと医師、薬局による合意のもと使えるように準備しました。使い方にご理解が必要になります。



### ③ 乳がんの精密検査に用いる「エラストグラフィ」について

この検査は、筑波大学と某社による世界初の有力な乳がん診断用装置です。まだこれを用いている病院は数少ないです。保険適応になってないのですが、当院では普段から用いており、より正確な診断のため、力強い味方となっております。

#### <患者さんからの疑問シリーズ>

\*薬は少ないほうがいいですね？

その通りです。極力、医師と患者さん、協力し合いながら減らしてゆきましょう。

\*ごく当たり前の例

食べ過ぎない 間食をしない ほどほど運動 これができれば素晴らしい人生が待っています。

\*血圧の値の誤解

情報源はわかりませんが、拡張期の血圧にこだわる方がおられます。これは救急医療や重症患者の状態などの場面において重要になるのです。

\*運動はほどほどから

頑張りすぎて、病気になる方がよく見られます。友人の会社の若いスタッフで食事もろくにしないでふらふらになり、急性の臓器障害を起こされたかたもおられます。

\*空腹のプレゼント

空腹に耐える、いいですね。体にも、精神も鍛えられますよ。その後は、あたますっきり、体調回復、仕事もつかれなくなります。3食とって、間食は一切しない、水物も一緒です。適量の水分は採るのですよ。

#### 2月の院長の主な活動内容

6/ (土) 7/ (日) 2790 地区国際ロータリークラブ地区大会 幕張

16/ (火) 松戸市医師会定例理事会 衛生会館

18/ (木) 東葛クリニック病院にて検診

21/ (日) 保険医協会にて「福島放射線被ばくの現状」講演会 千葉市

25/ (木) 来年度(2016年7月から2017年6月)RC会長として事業計画表明  
「世界観をもって、互いに尊重しあい、奉仕活動をしよう」

28/ (日) 夜間小児診療センター当直

だんだん、暖かくなってきましたね。



ふ、だん、運動不足気味なので、休みの日にお散歩カマテら、2時間くらい歩きたいな〜と  
思うのですが、常盤平発で"おすすめのコース"があったら  
教えて下さいね♪ 今月担当は、古谷です♪