

同心

DOHSIN

1999

9号

クリニックだより

発行者

医療法人 いしぐるクリニック

金沢市窪4丁目515番地

TEL (076)243-2500

編集責任者

石黒 修三

同心の由来

病いを持つひと、癒すひと。同じ心でいたいものとの願いからつけました。

皆さんと一緒に

今の日本人が「自分だけ」はなりたくないと思っている病氣」は、「がん」、ついで「痴呆」だそうです。「がん」のほうは、早期発見、早期治療という手があります。昔の結核がそうであったように、21世紀早々には退治できる病氣かもしれません。でも、「痴呆」ときたら、その原因が何であれ、今のところはなってしまうと治す手立てがないのです。

つまり、「痴呆」という「既病」は治すことができません。ですから、なんとかして「痴呆」になる前の「未病」の段階で対策を考えなければなりません。もちろん、アルツハイマー病のように予防の方法すら分かっていないものもあります。でも、「痴呆」の多くは、毎日の生活習慣をちょっと工夫し

たり、ごく少量のお薬をのんで、脳の血管がきずつかないように、脳が老化しないようにしてやれば回避できる可能性があります。

「血圧の薬は忘れずに」。「できるだけ塩分を取りすぎないように



に」。「汗をかくような運動を」。「食べ過ぎないように」。「タバコはやめて」。「水分を十分に」等々と、患者さんによって多少異なりますが、私はクリニックで声を暖らしています。でも、どうなの

でしょうか？「分かっちゃいるけど、ねえ……」という患者さんは少なくないようです。

「歩かなければ足だつて弱くなります。頭だつて使わないとボケやすくなります」。「ひととの会話を多くするように」。「ポランテアのようなことをやってみたら」とか、私なりに患者さんに合うと思われるアドバイスをしています。でも、どうなのでしょう？まさに、「言うは易く、行なうは難し」のようです。

どんな良いことでも、ひとりで行っていきるのは難しいものです。ですから、同じことを考え、不安になっている人たちが集まる。同じことをしなければならぬ人たちが集まる。集まって、お互いに話し合う。私も一緒に行動する。今年、同心会の中でそんな集まりを充実させていきたいと切に思っています。

◆◆◆◆◆
(院長)

いしぐるクリニク

開院五周年出版記念会

1998. 3.

当いしぐるクリニクも、今年で八年目を迎えることとなりました。昨年三月には、金沢ニューグランドホテルに於いて、「開院五周年および出版記念会」を行いました。

当初、会場等を決め、皆様からのご参加を募ったところ、私たちの予想をはるかに越える方々の参加のお返事を頂き、うれしく思う反面、急換、会場と日程を変えての記念会となるというハプニングもあり、皆様にもいろいろ御迷惑をおかけしてしまいました。

お陰様で、三月二十八日には四〇〇名以上の方のご参加を頂き無事行うことが出来、深く感謝しております。

当日は、まず「あなたの脳は大丈夫」という演題で院長の講演がありました。スライド等を用いて、

脳の病気の怖さや、またその予防の大切さなど、具体例を混えたわかりやすいお話しで皆さん熱心に聴いておられました。

その後、懇親会へと移りました。有志の方々によるフラダンスの実演もあり、楽しい時間を過ごさせて頂きました。普段は、「お酒は少しひかえめに」、「カロリーの取



りすぎには気をつけて」と言う院長もこの日はかりは、おおめに見ていたようです。

私たちも、いつもとは違う顔で、患者の皆様といろいろお話しが出来、本当に楽しいひとときでした。また、これからもスタッフ一同、一丸となって、一生懸命頑張っていきますので、よろしくお願ひします。またいつでも、お気軽にお声をかけて下されば、本当にうれしく思います。

日頃、患者の皆様と接して
いますスタッフ、五つの部所
からの一言です。
皆、気持ちも新たに、「今年も頑張るぞ」とはりきっています。
どうぞよろしくお願ひ致します。

受付

今年もよろしくお願ひ致します。当クリニクの受付では、「笑顔ですばやく正確に」と、皆スタッフ一同常々心がけて、今年もがんばっていきましょうと思っております。とはいっても時に現場では、「パニック」続出ですが一人一人が一生懸命になって取り組んでいます。こんな私達受付ですが、何か至らない点がありましたら気軽に声をかけて下さい。お待ちしております。



あなたの脳は大丈夫？

〈手後れにならないように〉

クリニックの患者さんの中には、「この頃、物覚えが悪くなって。アルツハイマーになったのでは？」などと深刻な顔をしておいでるかたが少なくありません。私は、患者さんの顔を見るだけで、だいたいそのかたの脳の状態は分かります。が、やはり、いくつかの脳の検査をします。大概のかたは、心配のしすぎです。そのため、記憶する時に集中力が低下する。覚えられない。心配する、と悪循環が起きています。なんのことはない、頭の使い方がちよつと下手なだけですね。だいたいが、アルツハイマー病なんかになつたら、そんな難しい病名なんか覚えておれませんか。「ひよつとしたらこのひと軽い痴呆かも？」と、私が心配になるような患者さんは自

分で来院されません。そんなひとほど、かなりボケ症状が進んでしまつてから家族のひとたちが、「どうにかして治してくれ」と云つて連れてお



痴呆のひとつでは、まず「記憶力」といつて新しいことを覚える能力が低下してきます（もちろん、年をとるだけで多少は記憶力は落ちますが程度が問題です）。ちよつと先に聞いたことを覚えられなくなりません。朝ごはんは何を食べたか思い出せなくなつたりします。忘れてしまつているのに、うまくこまかして話を作つたりします。簡単な知能テストをし、MRIや脳波の検査をすれば、記憶力低下などの症状がどの程度か、どのように治療し病気の進行を防ぐことができるかを容易に知ることができるとは、周知のひとが、「えっ、ちよつとヘンじゃない？」と思つたら、すぐに私どもに相談してほしいものです。

(院長)

看護婦

いしぐろクリニックに勤務して、早三年目を迎えるようとしています。今迄は、ただ一生懸命日々の仕事をこなしていく事で終つていました。しかし、これからは、薬・検査・食事療法など、もっといろいろな方面の勉強を行い、自分達を磨き、患者さんに対して、より適切なアドバイスが出るような心がけて行きたいと思っています。

放射線科

月日の流れるのは早いもので、クリニックに勤務し、二度目の春を迎えようとしています。その間にも、最新CTが導入され、MRIとの両立で、診断の大きな戦力となっております。これは患者さんに早い時間内により詳しい情報を提供出来るサービスです。これからは、きめこまかい心配りのサービスも出来るように、誠心誠意がんばりたいと思います。

私の病氣予防法

K・Y 50歳(男性)

今から五年前の晩秋、頭がガンガンし舌がもつれ、人に勧められ、ていしぐろクリニクにて初めて治療を受けた。軽い脳血栓であった。毎年暮れになると頭痛がする。原因は仕事上のストレスが一番であろう。二番、三番は種々あるが、解消する為にアルコールに依存する事となる。さほど飲める訳でもないが秋口ともなると日本酒がおいしい。体質的(?)に、日本酒を飲むと血液が濃くなり血管が詰まり、脳梗塞、心筋梗塞の症状が出る様に思われる。生活習慣(運動不足、食習慣等)による血の濃さもあるであろう。当然、血圧も高い。最近人に勧められ血が薄くなる食品を摂取する様心掛けています。しそ茶、玉ねぎ茶、玉ねぎワイン、熊笹粉末、レイシの梅酒等々……種々試したが結局血圧を下げ

るには減塩食に慣れアルコールを控え、ストレスを感じぬ様に気の持ち方を変える事に尽きる様である。……それがなかなか実行出来ない。悪くなったら先生にお願いすれば何とか成る”が一番いけないのかも……

先生、今後共よろしく。私にはこれが一番楽で簡単な病氣予防法の様思われる。(イヤな患者でゴメンナサイ)



薬局

昨年より、いしぐろクリニクに社会人一年生として働き、「仕事に慣れる」を目標にがんばってきました。現在、すこしまわりを見る余裕ができました。

今年、患者さんに薬のことを聞かれたら、わかりやすく、親切に説明できるように勉強していきたいです。

薬局としての目標は、野島先生と協力し、患者さんに「より身近な薬局」と思っていただけのようにがんばることです。

リハビリ

皆さん、こんにちは、私達はいしぐろクリニクの二階で働いておりますリハビリのスタッフ一同でございます。昨年は、マッサージの先生が一人退職されましたので、マッサージをする患者さんには、大変ご迷惑をおかけしました。今年の春よりスタッフも一人加

えて、充実したりハビリができるように努力したいと思います。

抱負としましては、知識の向上はもとより、患者さんのニーズにこたえられるような柔軟な頭でがんばっていかうとスタッフ一同考えております。

へねがひ

月に一度、来院時に保険証及び老人手帳を受付にお見せ頂くようお願い致します。

編集後記

新しい年を迎え、ようやく一年二カ月ぶりの同心を発行することができ、ホッ”としていきます。

同心ができるまでは、はっきり言って四苦八苦していますが、院長はじめスタッフみんなで時間をみつけどうにかできあがりました。

また、色々な企画も検討中ですのでお楽しみに!