

# 同心

DOHSIN

2002 11号

## クリニック日より

発行者

医療法人・いしくろクリニック

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、瘡すひと。同じ心でいたいものとの願いからつけました。

## 医薬分業について

月日の経つのは早いもので、このいしくろクリニックも今年で開院10周年を迎えることになりました。病院やクリニックなどというのは、運悪く体の都合が悪くなった人達が集まる所です。だから、できるだけ医者は忙しくないほうが良いはず。というのに私は、今日も、患者さんの応対に声を震らしています。

医者も人間ですから体力にも能力にも限界があります。あんまり忙しいと、ついには医者が病気になるって、診たてもおかしくなってしまう。クワバラ、クワバラ。ですから医者も、良い仕事をしたからでできるだけ暇になるようにしないとダメだと思ふのです。

で、治療に不可欠な薬ですが、例えばこれをキチンと決められた

ように患者さんへのんでもらうということだけでも大変な仕事です。座薬を「こんな大きな薬は座っていてもめません」などと電話してくる患者さんもいるのです。薬の副作用の説明には十分過ぎるほ



どの時間が必要ですか。また、間違つた薬をお渡しするなんてことは絶対に許されません。でも医者ひとりですべてチェックしても完全なはずがないと思ふのです。さらに、いくつもの病医院にかかっている患者

さんの薬の重複投与がないか調べるとは、医者ひとりではどうもパーフェクトにできませんでしょうか。だから私は、最初の頃から、このちっほけなクリニックに薬剤師さんを重用してきたのです。

ところがある日、その薬剤師さんに、「もうこれだけの患者さんの数では、私の手に負えません」と言われてしまいました。

平成13年、去年の11月に、鶴来のコメヤ薬局さんをお願いして、クリニックの隣に「プリスケア」という調剤薬局をつくってもらいました。私の発行した処方箋を持っていくと、4人の薬剤師さんが調剤をしてお薬を渡してもらえ、調剤専門の薬局です。患者さんの負担は多少増えたかもしれませんが、でも、医療というのは安ければよいというものではありません。質の高いものにはそれなりの負担が必要のように思います。

(院長)

# 日本人のがん

伊藤 博先生



がんにならない方法はあるでしょうか？がんの原因には様々な

ものがあり、一律にがんを防ぐ錬金的な物はない。しかし、がん化の機構はかなりわかってきたので、よりがんになりにくい生活はできる。正常な細胞ががん細胞に変わって増殖を始めるには、階段を昇るように何段階かのより悪性な細胞に変わっていく過程が必要である。悪性変化は遺伝子DNAに起きるが、DNAの変化は細胞が複製するとき生じるので、何回も複製を繰り返してきた高齢者の細胞には様々な異常が蓄積して行く可能性が大きい。高齢者にはがんが多いという大きな理由であり、高齢になると免疫能力が落ちるのもがんを抑えきれなくなる原

因となる。今後高齢者の増加とともにがん患者数は飛躍的に増えたと予想される。累積がん罹患率からは、75歳までに男性は約半分、女性も半の人が何らかのがんになることが示唆されており、高齢者のがんの性質解明とともに早期診断、侵襲の少ない治療法の開発が当面の問題になる。

多くのがんが長期間かかって段階的に成長するということから、がんの一次予防の道が開けてきた。より悪性の段階に成長をすすめる物質を避け、予防的に働く物質をとることによってがんを防ぐことができる。がん化促進物質として働く代表的物質は、たばこである。喫煙のように肺がんのみならず、喉頭がん、口腔咽頭がん、食道がん、胃がん、膵がんなど多くのがんに絡んでいるものを標的に、ま

ず禁煙対策に取り組むのが効果的なのは自明の理である。WHOでは、たばこをなくすことにより、がんの3分の1を減らせると予測している。日本でも男性の肺がん死亡が平成5年以降第1位になったが、日本における禁煙対策の遅れが肺がんを作り続けた結果といえる。しかし、がん予防に明るい展望もある。緑黄色野菜や繊維の多い根菜類などの摂取は消化器がんの抑制に働く。食物の中には、ベータカロチンやビタミンC、最近続々と発見されてきた植物化学物質のように、積極的に発がん物質の生成阻害、分解、不活化に関与するようなものも含まれていて、良い食生活習慣にすることにより3分の1のがんが減ると予測されている。

つまり、がん予防には個人個人の生活習慣が大事であり、また、大気汚染や水質保全、職場環境など、社会環境をクリーンに保つことも重要である。しかし、紫外線

や電磁波のように避けるのが困難なものもある。発がん物質といっても、がんを起こすのに強弱のあることが動物実験によってわかってきた。また、社会環境から発がん性のある物質を除去する場合、その物質の有用性を考え合わせて長期的な視点で基準を決める必要がある。さらに一次予防は効果が現れるまでに10年から15年がかかるといわれている。老後の健康は思春期から始まり、自分の健康は自分で守るという思想がなにより大事である。がんに打ち勝つ第一歩はがんを正しく知ることであり、講演を契機にがんを正しく理解し予防に努めて頂ければ幸いである。

平成13年10月31日に開かれた健語会総会での講演の要旨です。伊藤 博先生は、平成10年金沢大学大学院卒で、現在国立金沢病院外科に勤務されています。胃や腸などの消化器がん、乳がんや肺がんなどの外科治療が専門です。

## あなたの動脈は硬くありませんか？

動脈硬化というのは、動脈の血管壁にコレステロールなどの脂肪が沈着して厚くなり、硬くなって弾力性がなくなり、やがて動脈が細くなっていく状態です。5、6歳から始まるといふ人もいるくらいで動脈硬化イコール病気ではありません。が、進行すれば心筋梗塞や脳梗塞といった大変な病気を引き起こしてしまいます。

動脈硬化の3大危険因子と  
いうのは、1. 高血圧、2. 高脂血症、3. タバコです。その他に、糖尿病や肥満のあるひとは要注意です。

診察をする時に、私は皆さ

んの眼底検査をすることがあります。ことに、動脈硬化の危険因子を持っている患者さんには欠かせません。眼底にある動脈がどの程度硬くなっ



ているか診ているのです。なぜなら、眼底の動脈硬化の程度を診ることで、脳や心臓、手足の動脈硬化の程度を推定

することができるようになりました。

最近、心電図をとるよりも簡単な方法で手足の動脈硬化を調べることができるようになりました。眼底検査とポラフという検査器械を当院に導入しました。眼底検査とポラフ、MRIやMRAなどと組み合わせると、かなり正確に脳動脈硬化症の診断が可能になりました。

取り返しのつかない状態になる前に自分の動脈の硬さを知り、可能な限り危険因子を除去して恐い病気を予防していく。今は積極的に「未病を治す」時代なのです。

(院長)

### お知らせ

6月17日(月)に、院長の新刊書が発売されます。タイトルは「Dr・ワツシーの診療よもやま話―未病息災のススメ」です。東洋医学では、「名医は未病を治し、凡医は既病を治す」とか言うそうです。今回の本もとても読みやすく、つい噴き出してしまいそうになるユーモアで一杯だそうです。生活習慣病に悩んでいるあなた、院長の本をすぐ読んで未病息災のひけつを学びましょう。

7月10日(水)午後6時から、金沢東急ホテルで、いしぐろクリニック開院10周年を記念した講演会と懇親会が開かれます。会費は3000円。どなたでも参加できます(但し、申し込み順)。ご希望のかたは、いしぐろクリニック受付まで。

テーマ・医学の常識・ウソ&ホント?

演者・いしぐろクリニック院長

\*\*\*\*\*

# 芋煮会

4月21日に健語会セミナーを開催しました。当日はあいにくの雨模様でしたが、約60名の方が参加されました。

午前中の講演会は、エーザイ(株) 本社 小俣祥忠氏をお招きし、「笑う門には健康きたる」というテーマでお話しして頂きました。ユーモアを交えた楽しいお話で、あっという間に時間が過ぎました。懇親会では、今回は趣向を変えて東北風芋煮鍋を作りました。謎の料理の鉄人が下準備の時から登場し、各テーブルをまわって慣れない手つきの私達をしつかりサポートしてくれました。みそ味としょうゆ味でお鍋によって具材も変えてありましたがお味はいいかでしたでしょうか。お酒とお鍋で身体も温まりおなががいっぱいになった後も、しばらく歓談が続きました。

ちょうど盛り上がりつつあるところで、河内村で川魚の養殖を営まれている谷端節義さんより岩魚の骨酒がふるまわれ、皆さんで九谷の大鉢で回し飲みしたのも楽しかったです。炭で塩焼きにした岩魚のうまみがよく効いた本当においしいお酒で、一番のごちそうでした。セミナーのたびに健語会の方より思わぬさしを頂き、私達も楽しませていただいています。今回参加できなかった方も、次回はぜひご参加下さい。お待ちしております。

(熊田 記)



## お願い

お薬の投与日数について、皆さんにはかなりの誤解があるようです。「この4月から、薬は4週間分出るようになったそうだ。私も4週間分出して」と、何人かの患者さんに言われました。で、「その理由は？」と聞くと、「同じ薬やし、2週間分だったらすぐ経つから」とか、「忙しくてなかなか来れないから」とかおっしゃいます。薬の恐さをイヤというほど知っている医者としては、背筋の寒くなるような話であり、また自分を粗末にしている患者さんの顔を見るのはつらいものです。

確かに、この4月から、それまでは2週間しか出せなかった薬も4週間分出せるようになりました。でも、その薬の種類によっては、その都度レセプトに理由を付記しないと医療保険の請求ができないのです。例えば、「海外へ出張」とか、「家族の入院」とかいった

理由が必要なのです。

どんな薬であっても、私はこの先もずっと、「投薬は2週間が限度」という考えを変えるつもりはありません。が、もちろんそれは原則です。私が判断して、「この患者さんなら大丈夫」とか、「この薬なら大丈夫」と思える時には4週間分投薬させていただきます。

(院長)

## 編集後記

三方一両損とかの何が構造改革やら分からないままに、この秋には、社会保険本人の自己負担が3割になるようだ。この不景気な世の中で、ひどい病気にでもなろうものなら致命的。一病息災なんてのはもう古い。今は未病息災でいかなくっちゃ。院長の本でも読んで、もう病院へ行くのはよそう。えっ？ そしたら、私たちがリストラされる？