

We are delighted to send you our newsletters.

# 森口クリニック 健康新聞

地域の皆様に 森口クリニック からのお便りをお届けします。

## 第4号は、こんな内容でお送りします！

- ❑ 研修医2～3年目のお話（第3号の続き）
- ❑ クリニックスタッフ紹介
- ❑ 身近なことわざ
- ❑ お役立ち！ ワンポイント豆知識（喘息） / 編集後記

vol. 4



クリニック新聞第4号発刊が随分と遅くなってしまいました。

実は第3号発刊以降、身内が続々と4名入院、患者さん家族の立場を身をもって経験し改めて医療機関の責任を再認識しました。

入院から退院に至るまでに本当に多くの人たちのお世話になりました。

主治医・看護師さんだけでなく、受付の方、薬剤師さん、厨房の方々、リハビリスタッフ、清掃スタッフ、守衛さん、書き出すときりがありません。

森口クリニックでも

- ・辛い症状の患者さんが早く回復されますように
- ・高血圧・高脂血症・喘息・花粉症等の方が安定した健康状態を維持できますように
- ・子供達に同伴のお母さん・お父さんがストレスなく子供達の治療に専念できますように  
来院されてから帰られるまで気持ちよく過ごしていただきたい、  
という心構えを忘れないクリニックでありたいと思います。

第4号では、研修医2年目～3年目の生活と、この2年間で出会った患者さんたちとのエピソードを振り返ってみます。

## 研修医2年目～3年目（第3号の続き）

医師2年目からは大阪大学医学部附属病院（阪大病院）に勤務予定だったところ、偶然、阪大病院からの派遣で大阪府立成人病センターの循環器科で研修をさせていただける幸運に恵まれました。大阪城近くの歴史ある病院で、建物は古いですが医療は最先端で癌の治療成績は国内トップクラス、心筋梗塞-狭心症等の循環器疾患の重症患者さんを沢山受け入れている活発な病院です。優秀な先輩医師の下、研修医は経験値が低いので若さと体力とやる気しか売り物がありません。指導医の先生よりも患者さんとの時間を多く作りたい気持ちで、少なくとも一日3回は担当患者さんの顔を見に行けるようにと、朝は7時前から夜遅くまで病棟～検査室を行ったり来たり。

循環器の病気は突然発症・突然悪化することが多いため、終電に間に合わず病院で寝泊まり⇒朝6時前に掃除のおばちゃんに起こしてもらったこともよくありました。

現在181cm-82kgの私は当時62kgで枯れ木のようにガリガリ、おまけに地下鉄通勤のせいか太陽の光を浴びる時間が1日に10分しかなく年中色白で（美白ではない）、

心配してくれた給食のおばちゃんがちょくちょくパンと牛乳を恵んで下さっていました。

この2年間、地下鉄火災で1回遅刻しただけで病欠することなく研修医生活を送れたのも多くの人に助けってもらったお陰だと感謝しています。

この病院でも数えきれないくらいの多くの患者さんとの出会いがありました。

## 研修医2年目に初めて担当となった患者さん・・・狭心症のHさん 65歳

研修医2年目に初めて担当させていただいた患者さんは大阪-八尾市のHさん、65歳の男性です。大阪の八尾というと「河内のおっちゃん」を連想しますが、言葉や柄が悪いこと等全くなく、大きな声でよく笑う、奥様ととても仲が良い陽気な方でした。

「坂道を登るとすぐにフウフウしんどくなります」との症状で御自宅近くの医院を受診されたところ狭心症を疑われ紹介入院となり、心臓カテーテル検査をしてみると冠動脈（心臓を動かすための血管）が1本完全に詰まっていて、ゾッと冷や汗が流れました。

詰まっている血管を再開通する治療をすることとなったのですが、血管がカチカチでなかなか開くことができず、結局4時間かけてようやく治療終了。

「Hさん、お疲れ様、上手く行きましたよ」とお伝えすると「ありがとうございます……………」と涙をポロポロ流しつつ喜んで下さいました。局所麻酔での治療は意識がありますので、Hさんはとても不安な4時間を過ごされたと思います。

それから数日後奥様と一緒に元気に退院されて行きました。

- ・「病氣」を治すことだけに専念していなかったか？
- ・Hさんの不安感に寄り添うことができたか？
- ・御家族もHさん同様に不安で一杯だったはず。  
担当医として御家族の気持ちを汲み取って気配りある責任をもった仕事できていたか？

と自問しつつHさんをお見送りしたことを覚えています。

あれから17年、Hさんは毎年年賀状を下さいます。

視力が落ちたり足が弱ったりしながらもお元気そうな様子で、毎年お正月から元気-やる気をいただいています。Hさん、まだまだお元気でいて下さいね。

## 意識朦朧の中でも奥様の体調を気遣われたFさん 75歳

若い頃の不摂生がたたり60歳で脳梗塞になってから次々と病気に悩まされていたFさんは大阪市のお寺の住職さん、夜9時過ぎに心筋梗塞で緊急入院となりました。

たまたま居残り中のDrが多かったこともあって心筋梗塞の治療はスムーズに運び、集中治療室での治療と並行して安静度を日々緩和してリハビリに励んでおられました。

ところがある日のこと、食事を喉に詰めて重い肺炎を発症、脳梗塞の後遺症で食事を上手く飲み込めなかったことが原因です。

治療にも関わらず肺炎-呼吸状態は悪化の一途で右肺は真っ白となりあっという間に呼吸不全に。⇒人工呼吸器を使わざるを得ない事態に陥ってしまいました。

人工呼吸器での治療期間中は苦痛緩和の目的でお薬で意識をなくしますので意識はありません。隣の病棟の呼吸器科Drのアドバイスを受けながら諦めずに治療を続けたところ次第に肺炎は良くなり、2週間かかったものの肺炎に打ち克てる見通しがつきました。

人工呼吸器をFさんの体から外す際に次第に意識を戻していく時間帯があるのですが、この意識朦朧の中「家内は、大丈夫ですか？」と奥様の体調を気遣う一言がFさんの最初の言葉で、これを目の前で聞いていた病棟ナースは肩を震わせながら涙ウルウル。

その後は肺炎が再燃することもなく真面目にリハビリを続けられ、めでたく軽快退院の運びとなりました。

Fさんを乗せた車いすを奥様がそっと押して退院されて行った光景は心温まるものでいつまでも忘れることはありません。

## 退院直前に大腸がんが見つかったSさん 58歳

Hさんと同じく狭心症で紹介入院となったSさん、Hさん程の重症ではなく治療は難なく終了。退院を週末に控え病室で同室患者さんと仲良くされていました。

退院後の予定をお話にお部屋に伺ったところ、Sさんから

「実は入院前から便秘がちで、何度も家の近くの先生に言ったけど下剤をくれるだけであまり話を聞いてくれなかった」、「何度も同じことを言うなと怒られました」、「自分では便秘だけではないような気がします」と打ち明けられました。

よくよくお話を聞いてみると体重も減っているし、親戚に大腸がんの人が多く、外食ばかりの食生活で所謂「濃い」食べ物が大好きとのこと。

消化器科の先生に無理を言って直ちに大腸内視鏡検査をお願いしたところ大腸がんが発見され、緊急手術となり無事に成功。当初の退院予定日から2週間遅れで退院されていきました。

自分が手術をした訳でもないのにSさんの息子さんに感謝されて戸惑いました……

- ・ 患者さんのお話は診断・治療へ結びつく貴重な情報
- ・ 言いたいことも言えないオーラを出すような威張るDrには絶対にならないぞ
- ・ 患者さん・御家族との信頼関係は全てに優先する

とSさんに教えていただきました。

人間の体は精巧にできており、体内の臓器がそれぞれの役割を果たしつつ、他の臓器と絶妙なバランスを保つことで健康を維持しています。

そのため一旦バランスが崩れてしまうと、一人の患者さんが同時期に多くの病気を抱えてしまうことも珍しいことではありません。

これは小児の場合も同じことで、単なる鼻水ズルズルの症状や熱の背後に重い病気や難病が隠れていることも稀ながらあるものです。

「来院される患者さん・子供たち・子供達のお母さん・お父さんとの信頼関係を築いていくこと」が地域のクリニックの必要条件だと考えています。

## 研修医生活終了・・・指導医へ

研修医生活は3年で終了し医師4年目からは指導医として阪大病院に勤務することとなりました。

あと数年の研修医生活を希望しましたが、残念ながら、そこは「白い巨塔」です……

この3年間に患者さんから教えていただいたことを少しでも後輩Dr達に伝授できれば、と考え直し指導医として阪大病院での勤務が開始となりました。

肩書き上「指導医」でも何年経っても「終生研修医」だと考えるようにしています。

その理由は、そうでないと謙虚さと医学の進歩に遅れないようにする努力を忘れてしまい

「お山の大将」になってしまうからです。

次回第5号では阪大病院～呼吸器科専門病院での日々を振り返ってみたいと思います。

## 【クリニックスタッフ紹介】

森口クリニックは受付スタッフ3名＋看護師2名で2008年4月に開院しました。

その後スタッフは次第に増えて現在12名、とても賑やかで明るいクリニックになりました。

スタッフは皆、それぞれ持ち味・得意分野があり互いに補い合い・助け合ってクリニックを支えています。常に患者さん目線を忘れずに「親切・丁寧」を心がけています。

皆、素直で真面目なスタッフ達です。今後とも何卒よろしくお願いします。

## 「転ばぬ先の杖」

チャイルドシート・エアバッグ・災害訓練・各種保険。

これらはすべて「転ばぬ先の杖」です。

外国でも同じようなことわざがあり、先人の痛い経験が詰まった意味深い言葉です。

健康管理の観点からは、会社健診、人間ドックや癌検診、

予防接種がこの言葉に当たります。

日本では「予防」よりも「治療」に重点が置かれる傾向があるようです。

慢性疾患で定期通院の方、これから成長する子供達にとっての「転ばぬ先の杖」

辛い症状で目の前で困っておられる方にとっては（これ以上）「転ばぬ先の杖」

の役割を果たせるクリニックになりたいものです。

身近なことわざ……

## お役立ち！ ワンポイント豆知識

### 健康メモ……………「喘息」

開院5年を振り返ってみると、**喘息-ゼエゼエ**がなかなか治らず困っている子供達に  
沢山出会ってきました。

「**呼吸器科**」以外の医療機関で「昔の処方」や「お薬の種類が多すぎる処方」をされて  
発作が**ゼエゼエ**と長引いている子供達は本当に可哀そうで代わってあげたいくらいです。

パパ・ママからの喘息体質の遺伝はどうすることもできませんが、

以下の3点は「喘息になりにくい」、「喘息になっても治りが早く重症化しない」秘訣です。

- ① 同居家族の方の禁煙 ⇒これだけで喘息が出なくなることもありますし  
お母さんのお肌も確実に綺麗になります
- ② 生活環境を清潔に ⇒お部屋掃除をまめに
- ③ 受診科の選択と早めの受診 ⇒喘息の治療は **呼吸器科** が専門科となります  
治療開始が遅れると辛い時間が長引き慢性化しますので  
早期治療で辛い時間を最短に！

**喘息～ゼエゼエ**で幼稚園-保育所-学校をたびたびお休みすることがないように、  
お友達と沢山遊びできますように

地域の医療機関としてお力になればとても嬉しく思います。

### 編集後記

この4月にギックリ腰になり、約3週間も2本の杖のお世話になりました。  
「**転んだ後の杖**」でしたので回復に時間がかかり、来院された方に御迷惑を  
お掛けする事態となってしまう反省しています。  
これから暑い夏⇒感染症が増える秋～冬に向かいます。  
自己の健康管理をサボることなく、最新の医学に乗り遅れることなく、  
来院される方に安心・安全な医療を提供し続けられますように  
スタッフ一同と今後も歩んでいきたいと考えています。



【発行・編集】

森口クリニック（西宮市段上小学校 北側） 代表：森口孝一

TEL 0798 - 57 - 3792 ホームページ：http://moriguchi-clinic.jp