

寝たきりゼロを目指して！ Part 2

皆様、新年あけましておめでとうございます。寒さ厳しき折皆様におかれましては如何お過ごしでしょうか？昨年はカーブがセリーグ 2 連覇を達成しファンの一人として大変うれしい年でした。日本シリーズには行けませんでした。今年こそ頑張ってくれるものと期待しています。

さて我々は以前から“安芸津町における健康寿命を伸ばそう～”をスローガンに掲げ日々の診療を行ってまいりました。特に骨粗鬆症に続発した背骨・腰骨の圧迫骨折の増加への対応が急務であり寝たきりとならぬよう可及的早期にコルセットを装着し歩行を行う、骨をできやすくする注射又は飲み薬を積極的に使用する、必要があれば入院にてリハビリテーションを追加するなどにより対応してきました。幸い外来または退院時においてほとんどの患者さまが杖、押し車での歩行が可能となっています。今年も引き続きこの問題に取り組んでいきます。また昨年6月から開始させていただきました人工関節置換術術後フォローアップ外来もおかげさまで多くの患者さまに御利用いただきました。フォローアップが円滑に進んだ一方で“受診したくても連れていってくれる人がいないため受診できない”と言われる患者さまが予想以上に多くおられるなどの問題が浮き彫りになりました。そのためこちらから出張して診察するという新たな試みも行いました。寝たきりゼロを目指す当院の小さな一歩ですが確かな一歩を記しながら前に進んで行こうと思っておりますので今年も“寝たきりゼロ”をめざし共に進んでいきましょう！



副院長 後藤 俊彦

門松の竹の切り方

放射線科 榎山 秀男

門松を作らせていただいて通算 6 回目、今年の門松の出来栄はいかがでしょうか？見様見真似の素人です。プロの方等、見るに堪えない方は、ご容赦ください。

門松はメインが竹だと思い込んでしまうくらい、中央に立てられる3本の竹が目立ちますが、竹の切り口はどのような形が思い浮かびますか？私はななめにそいだ形がスタンダードだと思っていたのですが、門松の切り口には、斜めにカットされている「そぎ」水平にカットされている「寸胴（すんどう）」という2つのタイプがあります。



竹を斜めにそいだ切り方になっている門松には逸話があります。「三方ヶ原の戦い」で家康が生涯で唯一大敗を喫した相手が武田信玄でした。当時まだ「松平」を名乗っていた家康が、次は必ず「武田（竹）」を切るといい、門松の竹を斜めに切ったことから、江戸幕府が始まって以来、関東では「そぎ」が定番となりました。また、他にも、ふしのところでそぐと、切り口が笑い顔に見えることから縁起がいい、寄席や料亭など、お客様が訪れるところでは中身を良く見せるという意味などの縁起をかついでいます。確かに、ふしのところをそぎ切りすると笑った顔に見えますね。「笑う門には福来る」ということわざを連想させます。お好みに、ふしのところを避けてカットしているものを飾っている場合や、ふしを残す位置を変えておちょぼ口風にしたものもあり、現在では様式はさまざまです。

もともと門松に使われる竹は、ふしのところで真横に切った寸胴という切り口でした。

現在でも金融機関などは、節がしっかり詰まっていることに「お金がたくさん詰まる」とかけて、寸胴の門松がよく使われています。また、年末年始の人がいない時間帯に危険なことに使われないように、繁華街にある店舗などでは先が尖っていない門松をおく場合が多くなっています。門松の竹が防犯の意味をもってしまうというの、少し世知辛い感じがしますね。

さて、本年、安芸津病院の門松は初めて寸胴で作らせていただきました。「お金がたくさん詰まる」防犯のためというよりも、本業が放射線技師の私には、竹を斜めに切る作業は、結構危険で大変だからです。門松は寸胴ですが、本業の医療で患者さまを笑顔でお迎えし、安全、安心な医療が提供できるよう邁進致します。本年も宜しくお願い致します。

病院でもらったお薬、お家に余っていませんか？

薬剤科 池田 恵美子

■ 病院で薬をもらったけれど、「飲み忘れて余ってしまった」、「症状が良くなって飲まなくなった」薬が余っていませんか？この余ったお薬のことを「残薬」といいます。

この「残薬」ですが、75歳以上の高齢者だけでも年間 500 億円に上ると推計されています。今後ますます高齢化が進み、国の医療費をどんどん圧迫していきます。皆さん一人ひとりの取組で400 億円分は改善できるとも言われております。

なぜ薬が余るのでしょくか？

毎食後に薬を飲むよう言われたけど、食事は2回しかとらないので1回分余る。

飲むのを忘れてたり、外出時に携帯するのを忘れた。

飲むと調子が悪くなることや大きな錠剤、粉薬は飲みにくい。

使い方が良くわからない。

調子が良くなったけど薬はいつも通りもらった。

先生にいらぬと言えない。など、理由は様々だと思ひます。



残薬の何が問題なのでしょうくか？

病院でもらう薬は、その時の症状に合わせて医師が処方しています。そのため、病気が良くなり、余った薬は今度同じ症状が出た時に使おうと思ひても、病状と合わないとかえって悪化させることもあります。また他人に渡して良くわからず使うと害になることもあります。

入院された患者様の薬を調べると、処方された日付の異なる内容の違う薬が何種類も同じ袋（薬袋）に入っていることもよくあります。

使用期限の切れた薬を大事に持っておられる方もいます。

また薬を飲んでいなくて病気が治らなければ、医師はさらに薬を追加することもあるでしょう。

ではどうしたら残薬を少なくできるなのでしょうくか？

次回の診察時にどのくらい薬が余っているか医師に伝えたり、残薬を持参してください。

薬が飲めないときは遠慮なくご相談ください。薬の回数（1日の回数や週1回、月1回など）や剤形（錠剤や粉薬、貼り薬）を変えて、その人に合った飲み方に変更できます。

また飲み込みにくい場合など口の中で溶ける薬もあります。

※医師には言いにくい時には、薬をもらう「かかりつけ薬局」でご相談ください。

最後に、皆さん！おくすり手帳は持ち歩いておられますか？

病院・薬局には必ずおくすり手帳を持参し、お見せください。

（病院や薬局ごとに使い分けたりせず1冊にまとめましょう）

おくすり手帳を持参すると、費用が安くなる

場合もありますよ。