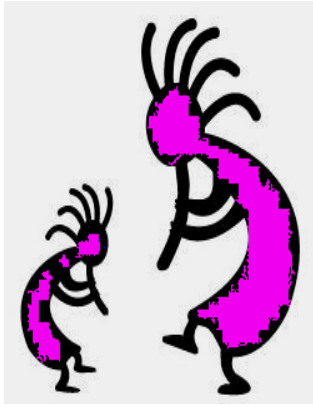




令和3年4月(213)

医院だより

秋山医院
藤岡市小林748-8
☎0274-22-8315



石楠花(赤城自然園)

四月 別名 卯月(うづき)、孟夏(もうか)
他に、卯の花月

桜の散った後のあまりの月、桜花がない月ということから、余月、陰月とも呼ばれるが、少しかわいそうな名前である。

『四月の花』

日本列島も北の方では、まだ桜が咲く。チューリップ、山吹、木瓜(ぼけ)、蓮華、サクラソウ、春蘭、菫、ハナミズキ、カタクリ、一輪草、一人静(しずか)、座禅草、熊谷草(クマガイソウ)

目次 1 四月の花、四月の言葉

- 2 四月の暦、お知らせ、
- 3 発熱受診・相談センター(群馬・埼玉)健康テレフォン
- 4 診療心得、詩、けんこう(137)
- 7 院長のひとりごと(183)

『四月の言葉』

いわゆる伝道事業のみが伝道でない。神を信じてなす、すべての事業が伝道である。神を信じてなす農業が伝道である。神を信じてなす工業が伝道である。神を信じてなす商業が伝道である。しかし、神を信じてなす工業が伝道である。しかし、神を信じてなす政治もまた罪悪ならずして、ある種の伝道である。伝道をおこなわんと欲して、与えられし職業を去りて専門伝道師となる必要は少しもない。パウロは言った、「兄弟よ、なんじら各自その召されし時にありしところの分にとどまって、神と共に

おるべし」(コリントⅠ、7・2)と。職業は何でもよい。神と共におりて、人は何びとも神の光を放ちて伝道師ならざるを得ない。

内村鑑三著「統一人生」三月六日

『四月の暦』

一日 親鸞聖人誕生会、エープリルフール

四日 清明、復活祭

清明・・・桜花爛漫にして、天地万物が精神の木に満ち溢れることを言います。

六日 春の全国交通安全運動

七日 世界保健デー、法然上人誕生会
戦艦大和撃沈(一九四五)沖縄救援を目指した海上特攻は惨敗に終わった

八日 花まつり

十一日 メートル法公布記念日

十二日 世界宇宙飛行の日

十三日 啄木忌、明治四十五年、薄幸の詩人石川啄木没。岩手県波民村に育つ。森岡中学中退、代用教員や新聞記者などをしながら各地を転々、貧困にあえぎつつ三

行書きの現代短歌を残す。歌集

「悲しき玩具」「二握の砂」

巖流島の決闘(一六二二)細川家主宰のもとで行われた宮本武蔵と佐々木小次郎の決闘は後世まで語り草となった。

十八日 発明の日

二十日 穀雨 このころの春雨は田畑を潤し、穀物の成長を助けます。

郵政記念日、郵政週間

二十四日 初の日本ダービー(一九三二)

東京優駿大競争と呼ばれた。

二十九日 昭和の日

三十日 荷風忌(昭和三四年)「あめりか物語」「ふらんす物語」「溧東奇譚(ぼくとうきたん)、隠者的生活を続け「浮沈」「踊子」などの後、一人死す。

参考 令和3年神宮館運勢暦(神宮館)

暮らしの歳時記365日「今日は何の日か?」(講談社)

お知らせ

一、保険証の提示について

月の最初の受診時には、受付に保険証をご提示ください。

二、診療案内

○一般外来診療・往診・在宅医療

○禁煙外来

○骨粗鬆症の検査・治療

○ピロリ菌有無の検査と除菌

○CT、MRI、PETの予約

○胃カメラ(九月より再開)・大腸カメラ(現在休止)

在は休止

○肺炎球菌・带状疱疹ワクチン

○発熱対応 四月以降も

五、発熱外来をご覧ください。

三、四月二十九日(木)

休日当番医です。九時～十八時まで受付

四、外来の一部予約制の利用について

外来の混雑でご迷惑をおかけしています。待ち時間を減らす努力はいつも心がけておりますが、救急の人や重症な患者さんが多く、全員の予約制は取れないのが現状です。どうしても時間に制約がおりの方には

☆1時間2名ずつ、予約制で診療を行っていますのでご利用ください。

前日までの診療時間内に来院されるか電話で

受付けておりますのでご利用ください。

なお、予約を取っていただいても重症者の処

置などで予約時間内に診察できないことがあります。

ります。

五、発熱外来 4月以降も継続

一般の慢性疾患で通院されている患者さんと分けて（動線を別にして）診療することが必要なため以下のように診療します。

- ・発熱外来は完全予約制で行います。
- ・発熱・風邪症状がある方はまずお電話いただき、医院の案内に沿って待機してください。

医院の電話 0274-22-8315

発熱外来対応時間と、予約時間は次の通りです。

原則としてかかりつけの方のみとなります。

発熱外来	午 前	午 後
月、火、水、金	12:00-13:00	17:00-18:00
木、土	11:00-13:00	なし

予約受付時間	午前	午後
月、火、水、金	8:30-12:00	17:00-18:00
木、土	8:30-11:00	なし

かかりつけではない方は相談センターに連絡してください。

群馬県受診・相談センター (24時間対応)	0570-082-820
前橋市受診・相談センター (午前8時30分～午後9時)	027-220-1151
高崎市受診・相談センター (平日 午前8時半～午後5時15分) 前橋・高崎とも時間外は県のセンターへ	受診相談 027-381-6112 一般相談 027-381-6113, 6114
埼玉県新型コロナウイルス感染 県民サポートセンター (24時間受付)	0570-783-770

六、群馬県保険医協会二十四時間健康テレホン

電話 027-134-4970

<http://www.raijin.com/kenko/>

月	不妊症
火	歯科におけるステロイド
水	低温やけど
木	医療用放射線と放射線防護について
金	ドライマウスについて
土日	売薬と処方薬のちがい

医師に伝えるべきこと 日野原重明

医師の診察を受けるときには、自分の持っている問題を、的確に、短く表現することが大切である。現在から過去にさかのぼって症状を伝えること（現在歴）、過去にどうという病気をしたか、いまの状況に直接関係はない病歴も伝えること（過去歴）、もう一つ大切な情報は、平生、どういう生活をしているかという生活歴であり、食事、酒、タバコ、どういう会社に勤めていて、どんな仕事をしているのか、普段はどのような生活をしているのか、生活像を知らせることである。

日野原重明著「いのちの言葉」



自分の感受性くらい 茨木のり子

ぱさぱさに乾いてゆく心を
ひとのせいにはするな
みずから水やりを怠っておいて

気難しくなってきたのを
友人のせいにはするな
しなやかさをうしなつたのはどちらなのか

苛立つのを
近親のせいにはするな
なにもかも下手だったのはわたくし

初心消えかかるのを
暮しのせいにはするな
そもそもが ひよわな志にすぎなかった

駄目なことの一切を
時代のせいにはするな
わずかに光る尊厳の放棄

自分の感受性くらい
自分で守れ
ばかものよ

花神社「茨木のり子詩集」自分の感受性くらい」

けんこう (百三十六)

新型コロナウイルス肺炎(10)

1 はじめに

2019年12月31日、中国湖北省武漢市に端を発した新型コロナウイルス感染症は、数か月で世界各地に感染が広がり、もう1年経ってしまいました。世界中でも身の回りでもこれまでの生活が大きく変わってしまいました。

2 経過(日本政府の措置と患者数の変化)

2020年4月7日に発令された政府の緊急事態宣言により感染者数が減少したが、5月25日をもって全ての都道府県で解除されたあと東京中心に再度感染者が増加し、日本各地でも増加する一方だった。

3 緊急事態宣言

このような情勢下で9月16日に安倍晋三は健康理由で退陣、官房長官だった菅義偉が第99代内閣総理大臣となった。内閣はようやく2021年1月7日、4都県(東京、千葉、埼玉、神奈川)に限り、緊急事態宣言を出し、さらに1月13日、大阪府をはじめとする7府県を追加発令した。内容は感染リスクが高い

とした飲食店に午後8時までの営業
時間短縮を要請し、応じない場合は
施設名を公表できるとしたものであ
る。

3月5日には3月21日までの延
長、しかし解除後も患者数は徐々に
増加していることがとても気になり
ます。

アカヤシオ（赤城自然園）



4 世界と日本、群馬県の感染者数 (死亡者数) (4月7-8日現在)

世界	1億3297万62869人 (288万6586人)
米国	3084万7737人 (55万6529人)
インド	1280万1785人 (16万72468人)
ブラジル	1310万0580人 (33万6947人)
日本	490万3450人 (9313人)
埼玉県	3万3766人(711人)
群馬県	5156人(101人)
前橋市	723人(7人)
高崎市	604人(6人)
藤岡市	131人(0人)
伊勢崎市	1044人(7人)

5. 個人でやれる予防

個人がやれることはたくさんあります。

3密(密集、密接、密閉) 機会回避を基本
に、手洗い、睡眠、栄養、運動など個人の

問題として対応をとることと周囲にいる
弱者への援助も心がけましょう。
新型コロナでは、85歳以上の死亡率は
17歳以下の死亡率の1000倍という
報告があります。

6. 医院としての対応

- ① 9月から再開された胃腸検診などで
内視鏡検査中の感染防止対策
- ② インフルエンザ対策
当院での今季受診者はゼロです。
- ③ 一般患者さんとの動線が重ならない
ための対策

例

- ・発熱者は院内に入らない
- ・診察は院外で、主に乗用車内での診
療(問診、検体採取、薬剤・処方箋な
どの発行)となります。かかりつけの
患者さんには、電話での診察・処方箋
発行もあります。(2月から徒歩や
タクシーで来られた方用のテントを
ご用意します。定員は1名です)
- ・軽い発熱、風邪症状の方は、1、2
日間家で過ごし、軽快しない、また
は症状が強くなるようであれば来院
していただきます。

・来院前に必ず医院に電話をして、指

示を受けてください。

- ・家または車内で待機していただきます
- ・可能な限り携帯電話を携行してください。携行できない場合は玄関扉の左側手前にあるインターホンをご利用いただき指示をお待ち下さい。
- ・その他

7. 新型コロナウイルス感染症について(整理)

(1) 症状

37.5℃程度の発熱や呼吸器症状が1週間前後続くこと、強いだるさ(倦怠感)、のどの痛み、筋肉痛、嗅覚・味覚障害など

(2) 重症化しやすい人

高齢者や基礎疾患がある人など

(3) 自分でやること

3密(密集、密接、密閉)を避ける

栄養 感染に対する防御として重要運動 免疫力向上

(4) 発熱やせきなど比較的軽い風邪の症状が続く人は次のように。

- ① かかりつけ医に連絡して指示を受ける方法

イ. 自宅待機の指示

(症状軽く解熱剤で対処できるとき)

ロ. 時間を指定し来院し、車内で待機していただく場合

- ② かかりつけ医がいない場合

(一般的な相談の場合)

(前記、3ページ、五の3発熱外来の記事参照)

8 医療機関に入る前に

・37℃以上の発熱がある方は基本的には院外対応。

・咳、くしゃみ、のどの痛みなど風邪症状のある方も、同じ対応です。

○院内に入る前に、電話で医院受付に連絡してください。

○携帯電話をお持ちでない方は、玄関にあるインターホンで連絡してください

○医療機関に入る際にはマスクを着用するほか、手洗いや咳エチケット(咳やくしゃみをする際に、マスクやティッシュ、ハンカチ、肘を使って、口や鼻をおさえること)の徹底をお願いします。



白木蓮(赤城自然園)

院長のひとりごと(百八十二)

医者にかかる十か条

◇厚生労働省の研究班がインフォームドコンセントを普及させるために行った事業のなかで「患者の心構え」となるものを10にまとめたものがある。これを利用することで、限られた時間の中でより多くの情報が伝わるを考え、紹介する。

◆新・医者にかかる十箇条

- 1 伝えたいことはメモして準備
- 2 対話の始まりはあいさつから
- 3 よりよい関係づくりはあなたにも責任が
- 4 自覚症状と病歴はあなたの伝える大切な情報
- 5 これからの見通しを聞きましょう
- 6 その後の変化も伝える努力を
- 7 大事なことはメモを取って確認
- 8 納得できないことは何度でも質問を
- 9 医療にも不確実なことや限界がある
10. 治療方法を決めるのはあなたです

たまご酒

◇ある深夜のこと、家内が寝静まったのを確かめ、体を温めようとたまご酒を作ってみた。それが体を温めてくれるか知らない。間違つて幼いころの想い出の世界に連れて行ってくればこの上ないもうけものである。

◆これまでも一度か二度は作ったことがあるが、子どもころのそれとは別物の感じがしていた。熱燗にするのでアルコール臭がきつくておいしいものではなかった。子供ころは貴重品だった玉子につられて飲んでいたのかもしれない。



カタクリ

◇故郷を離れて、いろんな土地のお酒を飲んでみたが、法事などで実家に集まると故郷の川のおいを頼りに戻って来た鮭のように

「やっぱり、土地でできたこの酒が一番うまいな」

と兄貴とうなずき合う。

◇子どもころ、風邪をひくと、母は必ずたまご酒を作って飲ませてくれた。地元の辛口の日本酒で熱燗だったので、匂いが鼻先に来ると「うっ」と息が詰まった。これに耐えて風邪が治ったのかもしれない。

◆子供のころ村の中を走り回って遊んでいた仲間から暮れに地元その酒が送られてきた。

どんなに大事にしても、家内の目にとまると、お酒イコール料理酒で、いかなる銘柄もたまつたのではない、惜しげもなく料理に注ぎ込んでしまった。このお酒だけはそうはさせまいとこっそり奥にあった箱の陰にかくまっておいた。

◇さてその酒で作ったたまご酒を口元に運んだ時、「ああ、これだ」と合点した。子供のころかぜを引いて母が作ってくれたあの風味がまさにこれだった。

セリバオウレン（赤城自然園）



◆子供のころのにおいの記憶が、同じ銘柄をつかって作った熱燗のたまご酒を飲んだ時に、思い出されたことは興味深いことだと考えた。

◇時に酒の度を超してしまうことがあった父の傍らで、母は男の子を横並びに座らせて

『お前たち、酒飲みにはなってくれるな』と説教した。

しかし母の期待に反して、4人の男子は次々と酒のみに成長して行った。

◆酒を飲むなといった母は、小学生の私にごく強烈なお酒を、さあさ早く飲んで風邪を治せ、と盲目になる母でもあった。そのパラドックスめいた言動を、残った兄弟が集まると、懐かしんで盃を重ねた。

アカヤシオ（赤城自然園）



石楠花（赤城自然園）



馬酔木（アセビ）（赤城自然園）

