JR ほすぴたる

第２５１号
2022 年４月号
発行責任者　事務部長

上手に薬を使いましょう

【院長　佐藤　博】

「病（やまい）は気から」と昔から言われています。たしかに精神力や基礎的体力によって病気の予防や自然回復が見込めるのは事実ですし、実際、「風邪」の多くは薬を使わなくても治ります。胃潰瘍、椎間板ヘルニアのような「立派な病気」でさえも自然治癒があります。でも薬を使わないと「どうしても治らない」病気もたくさんあります。たとえば 1 型糖尿病、尿崩症、重症高血圧、急性腎盂腎炎、全身性エリテマトーデスに代表される膠原病・自己免疫疾患、ある種の腎臓病、副腎不全、喘息重積状態などでは薬剤の使用が「絶対的に必要」であり、それを怠ると致命的な結果に至りかねません。

1945 年 2 月にクリミア半島で開催された「ヤルタ会談」の写真（アメリカ合衆国・イギリス・旧ソビエト連邦の首脳 3 人が仲良く並ぶ）は、あまりにも有名なので誰もが御承知と思いますが、その中央に座るルーズベルトが、会談の僅か 2 か月後に脳出血で逝去したことは意外に知られていません。ルーズベルトは、1940 年頃には既に 190/110mmHg に及ぶ重症高血圧を呈しており、1944 年 11 月の遊説中には 260/160mmHg に至ることもあったようです。時のアメリカ大統領ですので、それこそ「世界で最高の治療」を受けられる立場だったのですが、残念ながらその当時は有効な降圧薬がまだ開発されていませんでした。

今は、カルシウム拮抗薬、RA（レニン・アンジオテンシン）系阻害薬、交感神経遮断薬（αブロッカー・βブロッカー）など様々な降圧薬が開発されており、ほとんどの高血圧がコントロール可能になっています。もしルーズベルトが今の時代に生きていたら、脳出血で死亡することは無かったと考えられます。

もちろん、高血圧に対しては、塩分制限、野菜・果物の摂取、適度な運動、肥満の解消、節酒、禁煙など、生活習慣の改善が重要ですが、それでも血圧がコントロールできない時は、適切な薬物療法の実施が勧められます。高血圧だけでなく、糖尿病や脂質異常症に対する治療にも同じことが言えます。

「日本の医療現場は薬漬け」と各方面から揶揄されていますが、逆に言えば、しっかりと薬を使える環境が整っていることにもなります。「上手に薬を使う」ことが大事ですので、専門の先生方と相談しながら健康管理に努めていただければと思います。

ご存じですか？
『人生会議』

ACP 人生会議

月　日　曜日　日直

緩和ケア認定看護師　阿部浩美

皆さんは『人生会議』という言葉を聞いたことがありますか？

『人生会議』とは、将来のために、あなたが望む医療やケアについて前もって考え、繰り返し話し合い共有する取り組みのことを言います。

皆さんはいざという時のことを誰かと話し合ったことはありますか？

約 70%の人が亡くなる前には自分で意思表示をすることができない状態になると言われています。そして、その時がいつ来るかは誰にも予測ができません。その時を迎える前に、自分自身を見つめ直し、将来に備えて家族や大切な人とお互いの「大切な思い」を話し合ってみてはいかがでしょうか。いざという時になったら、ご家族を含む周囲の大切な人たちは、あなたの人柄や生き方を尊重し考えてくれると思います。

もし明日、あなたの大切な人が倒れたとしたら、
認知症になって思いを伝えられなくなったら、
その方がどんな医療やケアを望んでいるか代弁することはできますか？
『将来のことを心づもりしてみませんか？』

☞ 不明な点やもっとこんなことを知りたいなどありましたら 5 階病棟　阿部浩美までお声がけください。

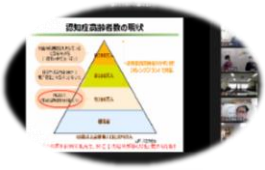
認定看護師活動報告

1月

14 日　出前授業　南吉成小学校　（認定看護師 4 名）
19 日　認知症サポーター養成講座　LiViT　（認知症看護認定看護師）

2月

15 日　「ACP（人生会議）」 勉強会開催
愛宕橋メディカルネットワークの集い　（緩和ケア認定看護師）
25 日　「認知症について」 勉強会開催
五橋地域包括支援センター　（認知症看護認定看護師）



3月

16 日　認知症サポーター養成講座　仙台駅
16 日　意見交換会　セントケア仙台荒井（認定看護師 2 名＋看護師 2 名）
24 日　認知症サポーター養成講座　LiViT

今後も『住み続けられるまちづくり』を目指して
地域活動に取り組んでいきます！！

☆JR 仙台病院・　予約センター電話　0120-958-207　受付時間　9:00～16:00
【診察の順番は予約をされている方が優先となります。】
【当院は予約制となっておりますが、事前予約できない診療科や予約受付時間が上記と異なる診療科があります】
☆検査・診療受付・電話　022-380-2317　受付時間　9:00～17:00
☆健康管理センター・電話　022-380-2330　各種健診予約受付時間　13:30～16:00