

遅くなりましたが、ようやく発行できました。深く反省することになった3月、気持ちも新たに「養生」を考えながら毎日を歩んでいきたいと思えます。あらためて、どうぞよろしくお願いいたします。



3月を迎えました。毎年のことですが、1月、2月と寒い季節を耐え、さあこれから暖くなるなあという雰囲気ですが、実は、気温はゆっくりと上がっていくのではなく、厳しい寒暖の差を経ながら「そういえば春」という感じになっていくんですね。今日は3月11日、東日本大震災から5年です。個人の防災対策を見直し、原子力の問題を改めて考える日ですね。今年の桜の開花予想は23日～25日。縮んでいたところを、そろそろ開放してゆきましょ。

【ニュース】

1. 診療日の変更をお知らせします。

三谷外来（申し訳ありません）

4日（金曜日）夜診～12日（土曜日）

15日（火曜日）夜診

基本的には、**11日（金曜日）の夜診以外は巽が担当します。**

2. 骨そしょう症の検査の日程

2月はありません。**3月は15日（火曜日）午前**です。前回の検査から4ヶ月、間が空いていれば再度受ける事が出来ます。ふるってお申し込み下さい。

3. 装具・補助具の展示会

ちぐさのもりでは、川村義肢さんのご厚意で、連休明けの**22日からの週**に補助具の展示会をします。私が加賀屋病院に勤務していた時、関節リウマチ患者会を府立病院（現・府立急性期医療センター）リウマチ膠原病内科の三宅先生とともに年に3～4回森ノ宮のアピオ大阪で開催していました。その際、川村義肢さんには毎回装具・補助具の展示をしていただき、少しの力でこんないろいろなことができるんやなあ、と感動していました。ドアのノブ、お箸、ボトルオープナーなど、皆さんの生活に役立つものがたくさんあると思います。ぜひのぞいてみてくださいね。

【欣子先生の診察便り： 今月はミニ版！！】



三谷先生の入院で大変ご迷惑をおかけしました。私の主治医能力不足(言うことを聞かない患者なので主治医と言いたくありませんが(笑))ですので、これからもっと健康管理していきますね。当院は、入院ベッドをもたないので入院となれば三谷先生といえども病院への紹介状が必要になります(私が書きましたよ!)。この4月に2年ぶりの医療報酬改定がありますが、厚生労働省は今以上にかかりつけ医機能を重視する方針をとっています。

普段はかかりつけのクリニックでフォローし、いざとなれば病院に紹介して診てもらおうという“分業“をしっかりとすることで、大病院に軽微な患者が集中しないようにとの狙いです。「あなた」が選んでくだされば、当院は”「あなた」のかかりつけ医“となります。そして当院は、堺周辺の大きな病院(総合病院)と医療連携を結んでいます(病診連携といえます)のでたいていの病院に紹介することが出来ます。わたしの今のオススメは、私たちが紹介状を書きますので「年に1回ぐらい必要な検査を大病院で受けて関係を作っておく」ことです(たとえば糖尿の患者さんは合併症として気づかないうちに心臓の血管が細くなっていることがあるので心臓の検査を、ピロリ菌陽性だった方は胃カメラを、など)。いざとなったら紹介して欲しい病院を普段から決めておき、診察券をつくっておくと三谷先生のように緊急事態になっても紹介・受け入れがスムーズです。以前から作っていますマイカルテも含め、かかりつけ医としてお役に立てるよういっそう頑張っていきます。

【三谷先生の急性胆嚢炎闘病記】



(胆石！)

今回は、皆さまには大変ご迷惑をおかけしたことをまずお詫び申し上げます。また、ミタクリニュースの発行も半月遅れてしまいました。その反省もこめて、私の闘病日記を書かせていただきます。

3月1日(火曜日)もう春やなあ・・体調も良く(とっていました)、患者さんとの会話も弾みました。夜診が終わって帰宅後、おでんをひと皿ぺろり、おかわり!、またおかわり!!、ちょっと食べすぎかな、と思いつつ11時前に床に就きました。ここからです。午前2時頃、みぞおちの痛みで目が覚めました。嘔気(はきけ)なく、下痢もない。しかし、こんな痛みは経験したことがありません。「食べ過ぎによる消化不良か・・」「ウイルス性胃腸炎なら、嘔気も下痢もないのはおかしい」「身体の節々も痛いからインフルエンザかも・・」いろいろ考えながら眠れぬ夜を過ごしました。水曜日の朝、そのままミタクリへ。午前の外来をこなしたところで、巽先生に異変に気づかれ即採血、インフルエンザの検査も受けました(陰性)。「白血球数が上がってる(10300)けど、炎症反応(CRP)は0.2以下。微熱だけど、インフルエンザじゃないから、やっぱりおなかのカゼかな、とおとなしく点滴を受けて夜診まで務めました。3日の仕事は全てキャンセルして養生しました。不思議に痛みは和らぎ、ゆっくり寝ていられました。しかし、身体の節々の痛みは前にも増してきつく、だるくてしんどい・・。「黄疸、出てないかな」内臓の異変に想いを馳せましたが、一方下痢症状も出てきたので「食中毒?」の線も浮上。4日(金)、頑張っ出て出勤しましたが、おそらく一層悪化していたのでしょう。「正確に病状を私に伝えてください」巽先生のあんな怖い顔は見たことありません。再び採血。更に白血球数は上がり(15000)、驚くべきことにCRPは26.65!!「何じゃ、これ?」おもわず胸ポケットに検査結果を隠しました。熱は37.6℃くらいでしたが、とにかくしんどい・・午前診終了後、耳原総合病院救急外来受診、診察時右の季肋部(肋骨の下)に強い痛みを感じました。腹部エコー検査で「大きな胆石が胆のうの出口に引っかかっています。胆のうの中は胆泥で充満していますよ。」すぐにCT検査。「胆石による急性胆嚢炎ですね。胆のうがパンパンです。72時間以内なら癒着も少ないから、すぐ手術しましょう。」CT所見では、胆のうは2倍以上に腫れ上がっていました。すっかり観念して、外科の戸口先生の指示通りにその日のうちに手術(腹腔鏡による)を受けました。胆のうの壁の一部は相当傷んでいて、もう少し遅れると穿孔(あながあく)の危険性もあったとのこと。病室で落ちついてからも、そんなぎりぎりの状態やったんか、とぞっとしています。渋る私をこのタイミングで外科に紹介していただいた、巽先生はじめスタッフのみんなに感謝感謝です。

【外来担当医一覧 2016年3月現在】

予約電話番号：072-260-1601

診察受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 (9:00-11:00)	巽	三谷	巽/三谷	巽	巽/三谷	三谷
午後 (14:00-16:00)	巽(予約)	巽(訪問診療)	巽(予約)	巽(訪問診療)	巽(予約) 三谷(訪問診療)	
夜診 (16:30-18:30)		三谷	三谷		三谷	