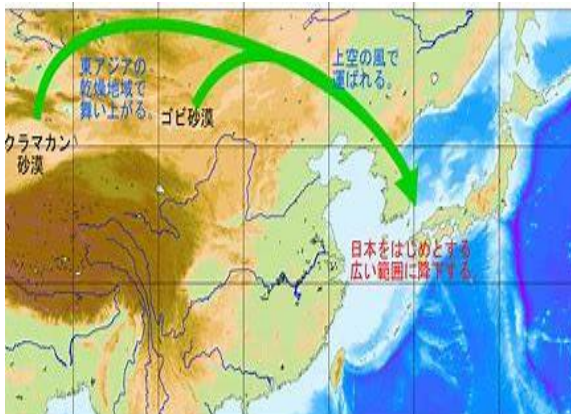


4月、新しい年度の始まりです。先月末頃より関西では桜の開花がはじまり、うつくしい姿をみせています。ただ、ビックリするほど気温が低く、穏やかな花見とはいかないようです。



今年の冬は厳しい寒さでした。インフルエンザの大流行に加え、ノロ・ロタウイルスによる嘔吐・下痢、溶連菌感染による咽喉頭痛などつらい訴えを多く聞きました。コロナも勢いは衰えず、感染症に向きあう私たちにとって、一刻の油断も許されない毎日でした。3月に入ると、今度は花粉症です。スギ、ヒノキだけではなく、「皮膚がチクチクします」という訴えに象徴される黄砂やPM2.5に悩まされます。こういった症状は、微細な複数の金属片によるものですから一筋縄ではいきません。「外出できない」悲痛な叫びも聞こえて来ます。「適切な対策」は一人一人違います。診察室でゆっくりお話ししてください。

【ニュース】

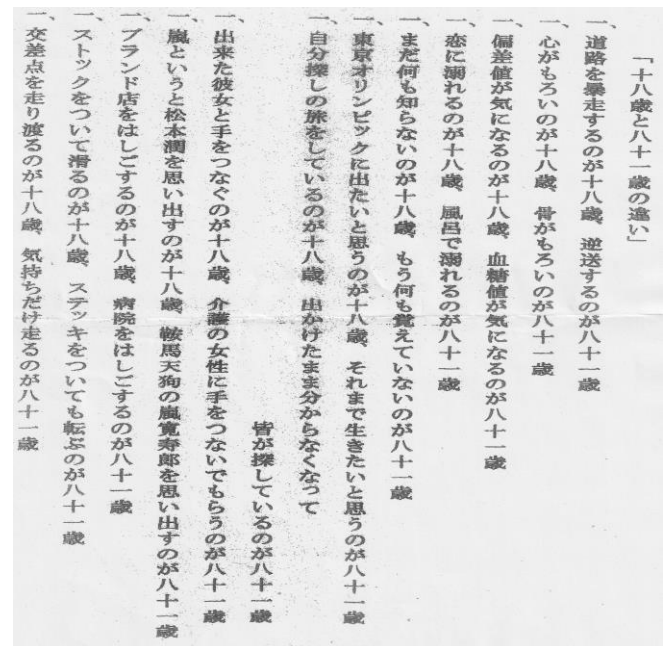
① 診療日の変更

今月の診療日の変更はありません

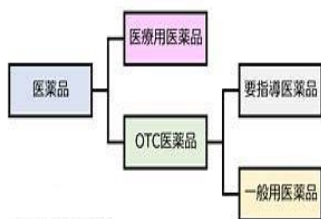
5月2日（金曜日）～23日（金曜日） 巽医師休診

② 「十八歳と八十一歳の違い」

待ち合いに掲示させていただいてますお知らせの中で、先々月から話題になってますこの記事。本当に面白く、なるほどなあと思います。特に「手をつなぐ」記述ですが、私はまだまだ彼女とつながものと思っていますが、あれ？いつの間にか介護の女性に・・・いや、まだ彼女や！は、やせ我慢かなあ。



【ミタクリ漢方 保健診療における漢方薬の貢献】



2025年1月27日、衆議院本会議において日本維新の会共同代表の前原誠司議員から社会保障費をどう確保するか観点から「OTC (Over the counter) 類似薬を保険適用から除外する方向」での議論をすべきという提案が出されました。私たち日本東洋医学会では、この提案に対し OTC 類似薬に医療用漢方薬が含まれるのではないかと強く懸念しています。そこで今回は保険診療

における漢方薬の貢献についてご理解いただきたいと思います。

OTC 類似薬の定義は未だにはっきりしていません。医薬品には、まず医師の処方箋が必要な医療用医薬品があります。医師の診断の下で処方されます。次に薬剤師の指導が必要な要指導医薬品（医療用医薬品から一般用医薬品になったばかりの薬品）、そして一般用医薬品の3つに分類されます。医療用医薬品以外の医薬品は、患者さんが薬局で買える薬品で、一般的に OTC 医薬品、市販薬ともいわれます。

漢方薬は、医療用医薬品として健康保険適応の下、医師の診断によって使用されることで日本の医療の幅広い領域で活用され、疾患の治療ならびに回復の促進・健康維持に貢献しています。ですから、今回の「OTC 類似薬を健

康保険適応から外す」提案に、私たちは大いに懸念をもっています。葛根湯を例にあげます。確かに、かぜ薬としての認知度はありますが、それはあくまでの葛根湯の一つの側面です。医師の判断があって、かぜ症候群に対し安全に、有効に使うことができますが、さらにかぜ以外の幅広い疾患にも使うことができます。しかし、漢方薬がOTC類似薬に含まれますと、医師の判断を経ることなくお薬が患者さんの手に入ってしまうことになり、限られた範囲でしか使うことができず、安全性・有効性すら保障できません。

また、漢方薬を保険診療で使用できていることにより、がん患者さんへの治療効果についてのエビデンスが数多く報告されています。がん患者さんは強い作用を持つ抗がん剤を使いますが、漢方薬との併用で安全に、長期にわたりその抗がん剤を使用することができ、治療効果を上げることができています。その他、小児科や婦人科、精神神経科の領域でも、多様な成果を上げることができています。

今後も、日本の医療において外来から入院まで幅広く活用されている漢方薬が保険診療で継続的に使用されるよう活動していきたいと思います。そのために、国民の皆さまの健康維持ならびに社会活動、経済活動にさらなる貢献が出来るよう漢方の医学教育、研究、診療のレベルアップに努めてまいります。どうぞよろしくお願いします。

(日本東洋医学会会長 三谷和男)

【こんにちは！フットケア外来です】 看護師・泉谷めぐみ 蔭西訓子

今 2025 年 4 月よりフットケア外来の曜日が以下の通り変更となります。

【変更前】水曜日：午前・午後



【変更後】月曜日：午前・午後 （担当：蔭西）

水曜日：午前のみ （担当：泉谷）

*現在、ご予約されている患者様に関しましては、予約通りの日時でご受診ください。

フットケア外来は、当院かかりつけの患者様で、担当医の指示がある方が対象です。

ご不明な点がございましたら、お気軽にお問合せくださいね。



【欣子先生の診察室だより ～5月 ムスタンに行ってきます～】



今年の宇陀は寒くて3月も雪が降りました。梅の花が遅いことをいいことに、「薬」で染める草木染めイベントでは梅の木も使いました。（あとは大和当帰・カラスノエンドウ・サザンカの花）花が咲く前の木の枝を使うとピンクの色がしっかり出るのですが、咲いたあとの枝では全く色が出ないというのは不思議ですね。花が咲く前、木の枝には色が潜んでいると思うと咲く前の木も 見え方が変わって愛おしく

くなります。梅は青い実を灰にまがして燻蒸した「烏梅」というものが漢方薬です。遣隋使が中国から運んできたものが最初だそうで、今回はお茶として煎じていただきました。4月は山菜。なんとそれを贅沢に天ぷらにしてみらうイベントを、以前こちらで紹介した鳳の天市さんが引き受けてくれました！儲け度外視の楽しいイベント、ほんとにありがたい限りです。宇陀まで行けないわと言う方はぜひお店の方へ！

5月、3週間ほどクリニックをお休みにして調査研究旅行に行ってきます。言わないで行くと変な噂が立ちますので。「巽先生ミタクリやめて宇陀に行くらしい」「乳がんで治療のために入院している」具体的すぎて私までその気になってしまいます（笑）！今回はムスタンに行ってきます。ムスタンは2008年までムスタン王国のあったところですが、今はネパールの一部になっています。いわゆるヒマラヤ地域ですので4000mレベルまで上がりますからしんどい所です。今が人生で一番若いので、今のうちに行っておきたくて。皆様にはご迷惑をお掛けしますが許してくださいませ。ところでムスタンといえば、堺と関係があるのはご存知ですか？ 南海七道駅を降りたらロータリーに山羊と一緒に大きな荷物を運ぶ銅像（写真左）・・そう河口慧海です。河口慧海は1866年堺の七道で生まれ、清学院という寺子屋（今も堺市町屋歴史館として入場することができます；写真右）で学びました。その後僧侶となるのですが、仏陀本来の教えの意味が分かる書物を求めてチベット語訳仏典の入手のためチベット行きを決意します。その頃チベットは鎖国状態にあり、入国が厳しかったので、中国人と偽ってネパール経由のルートを選択、単身で厳しい自然のなか何度も死にかけながらやっとのことチベットのラサに到着し、チベット人と偽ってセラ寺で修行を積みながらチベット医としても腕をあげ、ダライラマ13世からも侍従医に推薦されるまでに。途中、日本人とバレそうになったため仏典を送る手配を済ませてラサを脱出。奇跡的にダーズリン経由で日本に帰国しました。その過程が「チベット旅行記」という題で本にまとめているのですが、これが本当に面白い！よくぞこれだけの難関を突破したなと思うくらい、次から次へと難題が降りかかるのですが、運の強さとハッタリの利かせ方、でもやっぱりあつという間に語学を習得してしまう能力の高さと努力で乗り越えてしまうのです。チベット人のことを「土人」と差別的に民俗・生活を紹介してしまっているのが、その部分はどうかと思うのですが、それを差し引いてもドキドキワクワクする旅行記ですので一度手に取ってみてください。ムスタンでは河口慧海が一年弱滞在したツアーラン村というところにも行きます。

6月号では私の旅行記をお楽しみに！

ミタクリのコロナをはじめとする各種感染症への対応 2025 年版

ミタクリに来院される皆さん、クリニックの現在の対応について、ご理解よろしくお願いします！

- ① まず、ウイルスを「持ち込まない」ように細心の注意を払い、クリニック内を1時間半おきに消毒し、常時換気をしています。
- ② 予約の日であっても、調子が悪い場合は、まずお電話（072-260-1601）でご相談ください。すぐに来ていただくか、時間をずらしていただくかを、その時点でご案内します。これまでは、コロナはじめ感染症の疑いのある方の場合、予約診療の方と時間・場所を分けて診察していましたが、柔軟に対応いたします。
- ③ 待ち時間の短縮に、引き続き尽力しています。私たちにお聞きになりたいことは、質問事項（今回はどんなお薬が必要か、こういった体調の変化があったか、など）や残薬など、あらかじめメモして持参いただけたら助かります。
- ④ お困りのことがあれば、きちんとお聞きして関係各所におつなぎしますので、ご遠慮なくご相談ください。「仕事がなくなってお金が入らない」「家賃や公共料金の支払いに困っている」などです。
- ⑤ ミタクリでは、オンライン診療（テレビ）を行っています。利用する際には、機器使用料など、いくつかの条件があります。詳細は、どうぞおたずねください。なお、電話のオンライン診療は終了しました。

【外来担当医一覧 2025年4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)	異	異 三 谷 (オンライン可)	異 (訪問診療) 三 谷 (オンライン可)	異	異 三 谷	三 谷 (オンライン可)
午 後 (14:00-16:00)	異 (オンライン可)	異 (訪問診療)	異 (予約) (オンライン可) 三谷 (訪問診療)	異 (訪問診療)		
夜 診 (16:30-18:30)		三 谷 (オンライン可)	三 谷		三 谷 (オンライン可)	