

5月に入りGWは毎日良いお天気の日が続きます。「五月(さつき)晴れ」の表現がぴったりの毎日、いづらか肌寒いのもかえて気持ちいいですね。さあ、すてきな季節を笑顔で張りきって過ごしましょう。



大和葛城山のツツジ

4月第四週、「花粉症がマシになりました」という声を一気にいただきました。先月号でも触れましたが、年々増える花粉症、それは単にスギやヒノキといった花粉だけでなく、黄砂やPM2.5などの大気汚染と無縁ではないようです。「花粉プラス金属片」なかなか手強いです。さて、五月に入り目のかゆみや鼻がグスグスはだいぶマシになってきましたが、それでも苦しんでる方はおられます。世の中にアレルゲンの種は尽きず、ですね。サクラが終わるとツツジの季節を迎えます。写真は和葛城山のツツジです。5月に入るとヤマツツジを中心に、コバノミツバツツジ・ミヤコツツジ・モチツツジが美を競い、とってもすばらしいですよ（御所市観光協会HPより引用）。

【ニュース】

① 診療日の変更

5月2日（金曜日）～23日（金曜日） 巽医師休診

6月8日（金曜日）～9日（土曜日）三谷休診（日本東洋医学会出席のため）

② 福岡厚生労働大臣との面談(右側の写真です)

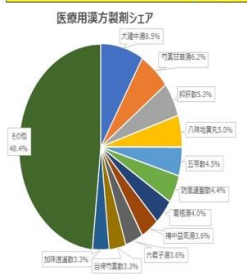
4月15日、日本東洋医学会、日本漢方臨床医会は、福岡厚生労働大臣とお会いしました。「健康保険適用の下で漢方薬が役に立っているか」十分ご理解いただきました。



【ミタクリ漢方特別編 ～漢方薬が健康保険適用になるプロセス～】

医療用漢方製剤の現状

医療用漢方製剤は、様々な疾患の治療手段として使用されています。



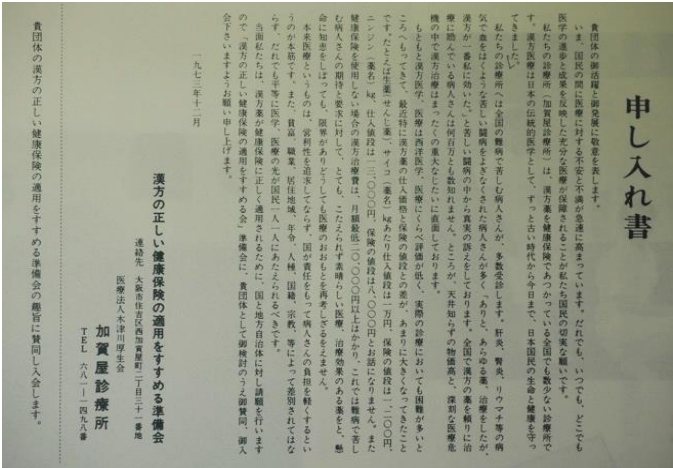
成分名	代表的な使用疾患
大建中湯	手術後の腹部症状（イレウス）炎症性腸疾患
芍薬甘草湯	透析・肝硬変・糖尿病などで起こる筋痙攣
抑肝散	認知症BPSD（興奮症状）
八味地黄丸	過活動膀胱、前立腺肥大
五苓散	慢性硬膜下血腫、心不全、ウイルス性肺炎
防風通聖散	便秘、高血圧症、肥満症
葛根湯	感冒、新型コロナウイルス感染症、乳腺炎
補中益気湯	COPD、手術後の免疫増強、男性不妊
六君子湯	がん支持療法（食欲不振）、逆流性食道炎
当帰芍薬散	月経困難、不妊症、更年期障害
加味逍遙散	月経困難、更年期障害

厚生労働省 第9回MDR（ドラッグ）データベースが日本漢方製剤協会にて集計

ミタクリ通信でも毎月お伝えしていますが、現在、日本東洋医学会では、OTC 類似薬の健康保険適用を外す動きに対し、強い懸念をもって行動しています。すでに、漢方医学に理解をもっていたいる国会議員の先生方に協力を求めるだけでなく、あまりご存知のない方々に対しても「健康保険適用下における漢方薬の役割」への理解を求めて面談を続けています。時々、外来診療をお休みさせていただいて東京（衆・参両議院会館）に出向いており、皆さんには大変ご迷惑をおかけして申し訳ありません。

ここで、漢方薬のエキス製剤の歴史、その後いかにして健康保険適用を勝ち取ることができたかをふり返ってみます。漢方エキス製剤の歴史を紐きますと、最初は武田薬品工業の渡辺武、後藤実の両氏により作成されました。そして1950年（昭和25年）、京都の聖光園細野診療所（細野史郎、坂口弘両医師）では、日本東洋医学会関西地方会有志に対し、このエキス製剤を無償で提供し、臨床での効果判定を呼びかけましたが、残念ながらそれに応える先生はほとんどおられませんでした。そこで細野診療所では、独自に漢方エキス製剤を作成し、臨床で

使用していくことになりました。一方、武田薬品工業は、1956 年（昭和 31 年）に小承気湯（しょうじょうきとう）、厚朴三物湯（こうぼくさんもつとう）、麻子仁丸（ましにんがん）の生薬を配合した糖衣錠を緩下剤として発売しています。1967 年（昭和 42 年）9 月から、医療用医薬品と一般用医薬品の申請が別々に行われることになりました。この月、小太郎漢方製薬の十味敗毒湯（じゅうみはいどくとう）、葛根湯（かっこんとう）、五苓散（ごれいさん）、当帰芍薬散（とうきしゃくやくさん）の四種の漢方エキスを製剤が薬価基準に収載された初めての医療用漢方製剤となりました。そして、1976 年（昭和 51 年）には、小太郎漢方製薬の 21 処方、津村順天堂（現・株式会社ツムラ）の 33 処方が薬価収載されました。この医療用漢方製剤の大幅な承認増加の背景は、日本医師会会長の武見太郎の政治力により承認された、との説が広く信じられています。しかし、この医療用漢方製剤の大量承認は、1960～1970 年代のさまざまな出来事の総合的な結果と考える必要があります。中央薬事審議会漢方生薬製剤調査会の委員であった菊谷豊彦先生は「漢方エキス化技術開発、漢方産業界の存在、社会的・医学的背景、漢方薬研究の発展、医薬品製造指針の発刊、210 処方の成立、カリスマ的存在の日本医師会会長・武見太郎氏等々、どれをとってみても、これだけ揃わなければ漢方製剤の薬価収載はあり得なかったであろう。」と述べておられます。



一方、患者さんの視点からみてみましょう。1973 年（昭和 48 年）は石油パニック（トイレットペーパーの買い占め、覚えておられますか？）、物価高騰、インフレ・・・当時数少ない漢方による医療を健康保険で行っていた医療機関もすべて自費診療に切り替えざるを得ない状況に追い込まれそうになっていました。同年 12 月に民間の医療機関であった大阪・加賀屋診療所において「漢方の正しい健康保険の適用をすすめる（準備）会」が発足、大阪大学医学部衛生学教室を定年退官した丸山博先生が中心となって患者さんの声を集め、厚生省に署名を届ける運動がスタートしました。「これは私たち自身の問題だ。まだ、数少ない方剤しか健康保険の適用になってへんねん。その上、漢方医療が自費診療になったらわしら医療機関にかかれなくなる。漢方医療は私たちの命綱なんや！」丸山先生はまだ高校生だった私に「和男君は将来医者になるつもりやろ。それも漢方の医者になるつもりなんやろ。だったら、患者さんの声に直に触れてきなさい！机で受験勉強するのと同じくらい大事なことなんや。」と署名活動に加わることを勧められました。私は、二つ返事で引き受けました。現場では漢方の良さを肌身で感じておられた患者さんと医師とのタッグは強力でした。「この方々の思いはぜひ実現したい！」私は、署名活動を通して漢方診療のすばらしさを身をもって知ることができました。先に述べた医療用漢方製剤の大幅な承認が増加した 1976 年（昭和 51 年）は私が大学に合格した年でした。「これから存分に患者さん・病人さんに漢方薬を役立てることができるで！」父は満面の笑顔で語っていました。あれから半世紀、いま私が「漢方薬が健康保険適用から外れるかもしれない」厳しい情勢の中で頑張っていけるのは、この時の実体験によるものと思っています。

【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

顔や手の保湿は丁寧に行っていても、足の爪までは保湿できていない、という方は多いのではないのでしょうか。実は足の爪をしっかり保湿することで、巻き爪予防にもつながるといわれています。

お肌と同様に爪も乾燥してしまうとむろく傷みやすくなります。足の爪は厚みがあるため、爪に含まれる水分の割合が少なくなってしまうのです。乾燥した爪は外部からのダメージを受けやすくなり、爪の柔軟性が低くなるため、巻き爪になるリスクが高くなるといわれています。爪への保湿を習慣にすることで、爪を丈夫に保つ効果を得ることが出来ます。

◆爪の保湿ケア方法

- ① 足、爪周りを丁寧に洗う
- ② 入浴後、角質や汚れを取り除く→足を拭くときに爪周りも丁寧に拭き取っていきましょう
- ③ 保湿剤で足、爪周りを保湿する→足趾マッサージをしながら、保湿剤を塗り込んでいきましょう。保湿剤は、化粧水や乳液、オイルなどをお勧めします。



保湿剤を塗り込むときに、爪の周りや爪の付け根の部分(爪母)を軽くマッサージをしましょう。

【ミタクリひとことコーナー 言いたいことは真っ直ぐに！！】

平安時代から鎌倉時代に成立したといわれる歴史書の「大鏡 雲林院の菩提講」には、次のような記述があります。「おぼしきこと言はぬは、げにぞ腹ふくるる心地しける。かかればこそ、昔の人はもの言はまほしくなれば、穴を掘りては言ひ入れはべりけめとおぼえはべり。」現代語で訳してみますと、「言いたいことを言わないで我慢していると、心（身体）に不満がたまってしまう、しんどくなる。しかしそうは言ってもなかなか言えるものではない。だから庭に穴を掘ってその中に向かって言ったものだ。」今も昔も、言いたいことが言えない状況が続くと、体調を悪くするわけですね。兼好法師も、大鏡から引用して徒然草の中で述べています。そう、よくノドがつかえて・・・とおっしゃる方おられますよね。漢方薬では半夏厚朴湯をお出しするところですが、その原因は、案外その方自身気づいておられないけど「言いたいことが言えてない」ところにあるのかもしれない。庭に穴を掘って・・・は笑えますが、言いたいことを真っ直ぐに言う姿勢は、こころと身体に幸福をもたらすカギなんです。勇気をもって言っていきましょうね。

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5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)	