

めでいかすどる

Médicastre



「 スイカズラの種類 」

鶴岡地区医師会

17年 11月号

『戦略的防衛医療構想：IT フル活用した情報薬の開発』

札幌医科大学大学院医学研究科

辰 巳 治 之 先生

地域医療連携のためには IT は非常に強力な武器になるが、単なる IT を導入するだけでは、地域医療連携は覚束ない。そこで、逆に、現在の日本の医療の現状とその問題点を明らかにし、重点を置くべきところを検討し、従来の方法とはことなる攻め方を考えた。

日本が長寿社会世界一になってからすでに二十年がたち今までと同じようなことをやっていたのではさらなる記録更新は難しくなるだろう。そこで、生活習慣病の克服が重要であろうと考える。しかし、糖尿病や高血圧や癌は初期のときには痛みがなく自覚症状がないために、未病段階で対策を練ることは難しく、また、悪習慣改善のための行動変容を起こさせるということはかなり困難である。

次世代の治療として代替医療に期待が寄せられている。そこで、薬の代替として情報薬を提案する。ここで、重要なのはどのような情報を、どの様に、どのようなタイミングで与えるかである。そこには IT の利活用が期待される。

やれば良いこと、やれば悪いことなど、すでに EBM の Evidence としてのデータが多く発表されているが、悪いというのが分かっているにもかかわらずやめられない、良いというのは分かっているにもかかわらずやめられないというのがほとんどである。そこで情報をうまく与えることにより行動変容を起こさせるような実験を行っている。そこでは、体重調整の為に、Zero point Nine Theory(0.9 の理論：辰巳理論)を活用できるようにしている。それは、1 を何回かけても $1(1 \times 1 \times 1 \times \dots = 1)$ であるが、1 より少し多ければ増え続けるし、一方 1 よりちょっとでも少なければ減り続ける。当たり前のことであるが、このことを意識することにより、体重調整が可能であろうと考える。とくに、100g 単位



で計測できる体重計で計測すると、体重の増減の変化がはっきりわかり、ダイエットに対するやる気を継続することができる。しかもそのデータを数字だけでなくグラフとして可視化することにより、理解しやすくなりやる気につながるものと考えられる。ここで重要なことは、体重を量りグラフ化することを毎日続けることができるかどうかである。毎日、体重を量り、グラフ化することができるということは、やる気が持続していることを表しているものと考えられる。しかし、ここで体重のデータを記録し可視化することは非常に面倒くさいことであれば、それが障壁になることがある。継続性を高めるためには、毎回の健康データの記録やデータセンターへのデータ送信の手間を省くための工夫が必要である。その理想形をゼロクリックと称し、その実現を目指している。部分的なところは NEDO のプロジェクトにて実現すべく開発している。さらなる問題点として、グラフ化したものを、こちらからわざわざ見に行く必要があるところである。そこで、メールなど、お知らせがセンター側から自動的に来る様なシステムの実現が重要であると結論し、いわゆる、逆ナースコールの実現を目指し、「戦略的防衛医療構想」を推進している。

庄内整形外科医会学術講演会

日時:平成17年10月28日(金)

場所:東京第一ホテル鶴岡

『高齢者における骨折予防の取り組み』

新潟リハビリテーション病院

副院長 山本智章 先生

高齢期に要介護状態に移行する原因疾患として、骨関節疾患や筋力低下など運動器の問題が増加していることが介護保険の推移で示された。その代表例として大腿骨近位部骨折は各県単位の調査や全国調査で明らかに発生が増加しており、その予後では寝たきりなど高齢者のQOLを低下させていることが報告されている。

2003年にWHOから発表されたテクニカルレポートでは、大腿骨近位部骨折のリスク評価について骨密度以外の10項目が示され、既存骨折や骨代謝マーカーなど骨の質に関係する項目に加えて運動機能項目として歩行速度や重心動揺の低下が重視されている。転倒予防を含めて運動器を総合的に評価し、骨折予防の介入が必要となる。介護保険の改正で新予防給付、地域支援事業など高齢者の運動機能向上の取り組みは大きな展開を求めている。

転倒についての調査研究では高齢者は1年間に10～20%の頻度で転倒を経験している。そ

の要因として筋力低下の関与が最も高いと報告されている。新潟での住民調査で、MRIによる筋断面積は60歳以降の低下が著しいことが示され、これは国民栄養調査で一日の平均歩数が60歳以降に減少し始めることから、筋力低下と日常の活動量の低下との関係が示唆される結果である。運動介入は高齢者の身体機能を改善させ、転倒発生を減少させることから、日々の診療で運動の習慣をつけさせる啓蒙が必要である。

近年の骨粗鬆症治療は骨吸収抑制剤によって骨の過剰な代謝亢進を抑制し、骨強度の増加、骨折リスクの低下が可能となった。特に骨の質について重視され、薬剤投与による代謝回転の低下は骨石灰化度の上昇につながるということが組織研究から明らかにされている。またビタミンDの新しい作用として転倒予防、認知症の予防に関係するとの報告があいついで登場しており、今後の研究が待たれる。

地域医療における医師会療養型病院の役割

鶴岡市立湯田川温泉リハビリテーション病院

竹 田 浩 洋 先生

湯田川温泉リハビリテーション病院（以下当院）は、2001 年 3 月 1 日鶴岡地区医師会が運営する公設民営型の市立病院として発足した。以来 4 年半の歩みを振り返り、医師会が運営する慢性期医療療養型病院の役割について考察した。

入院患者の疾患を紹介時の第 1 病名(主病名)で大別すると、脳血管障害が最も多く、脳腫瘍術後、頭部外傷などを加えた脳疾患が 4 割、大腿骨頸部骨折を代表とする整形外科的疾患 3 割強、その他の疾患 3 割弱である。その他の疾患の内容は多岐にわたるが、肺炎治療後の廃用症候群が最も多かった。男女比は 1:1.5、年齢分布は、70 歳代以上の高齢者が多数を占め、80 歳代にピークがあった。

当院が地域医療のなかでどのような位置を占め、どんな役割を果たしているかをみると、まさに当院は連携の十字路口に立っているといえる。大きな流れとしては、機能分担をしている荘内病院をはじめとする一般病院や有床診療所から、急性期医療を終えた患者を受け継ぎ、入院生活の最後の重要な局面を担当して、在宅ないし施設に引き継ぐのが当院の主たる任務であるといえることができる。

開院後 4 年を経過して、同一患者が複数回入院する事例が多くなり、219 件(15.8%)に上った。状態観察や胃ろう造設目的などの一時的転院例は除外してある。主病名で分類すると、脳疾患が 5、整形外科疾患が 3、その他が 2 の割合で、脳疾患の再入院率が高かった。脳疾患は合併症や廃用による ADL 低下が再入院の原因となっていると思われた。整形外科疾患は 180 日を過ぎてからの再入院が多く、リハビリの効果が薄れる時期に再骨折などのイベントを起しやすいことが想像された。複数回入院の原因は、再発や病状悪化以外にも、廃用性の筋力低下や易転倒性など、維持リハビリの過程における課題をも浮き彫りにしているように思われた。

退院患者の在宅復帰率(現在 60%台)をさらに向上させるということは、当院にとって大きな課題である。在宅生活に不安が大きければ在宅復帰はありえない。これまでも退院前・後の在宅支援には力を注いできたが、患者・家族にとって拭い切れない不安の一つは、何時か再び ADL の低下が起こるのではないかという懸念である。そこで最近、再入院・再リハビリ制度を実施した。これは在宅支援サービスをより組織的・効率的に実施して、退院後の ADL 低下を防止するとともに、実際に低下したときの再入院・再リハビリを保証することにより不安を解消し、在宅復帰の促進を図りつつ、前述の維持リハビリの課題克服をも目指すものである。また、Net-4-U を通じてリハビリ情報を含めた連携を強化し、疾病のみならず障害に対する医療の継続性が保たれるよう努力したい。MRI の共同利用、嚥下障害の診断、摂食嚥下訓練、四肢循環障害の温泉療法など、ニーズに対応したレポートリー拡大を一層推進し、医師会の共同利用施設としての役割を果たして行きたいと考えている。

第34回東北・北海道医師会共同利用施設連絡協議会に参加して

臨床検査課 工藤 みき

今年の協議会は秋田県医師会の担当で10月22日(土)に開催された。会場は由利本荘市で、メインテーマは「地域医療における医師会共同利用施設の役割」であった。

午前中は、臨床検査・精度管理部門で「臨床検査の標準化に向けて」ということで、各県の標準化の現況と取り組みについての発表があった。

午後は、共同利用施設部門で「地域医療における医師会共同利用施設の役割」ということで7題の発表があった。ここでは、湯田川温泉リハビリテーション病院の竹田先生が山形県を代表して、医師会が運営する慢性期医療療養型病院の役割について発表された。成果について反響が大きく会場の関心となった。

わたしが興味を持って聞いたのは、やはり標準化の話である。生化学検査の酵素項目においては標準化対応法の採用率は高くなってきているが、甲状腺関連検査においては測定値のキット間変動が大きく、薬物治療のガイドラインの作成には検査の標準化が必要であるという発表や、さまざまな形態による健診の基準範囲や判定基準が実施主体により多岐にわたっていることは、受診者に不信感を抱かせることになり基準範囲の共有化が必要であるという発表である。また、日本医師会常任理事であられる橋本先生の講演の中で、臨床検査精度管理調査の評価基準の見直しについて検討中であるという話があった。その評価は厳しく担当者はみな頭を痛めていることから、その朗報を得ただけでも有意義な会であった。



私のお勧めの店

その2

横山 靖

今回ご紹介するのはうまい！！焼飯です。

(おいしい、というよりうまい！！のです)
チャーハンのこと？とお思いになるかもしれませんが、焼飯はチャーハンではありません。何よりチャーハンは炒飯と書きますね。もっとも焼飯だって、ご飯を焼いているわけではなく炒めているのですが、チャーハンが中華料理なら、このお店の焼飯は和洋食ということになるでしょうか。さて、お勧めのお店は天花（てんか）食堂さん。鶴岡でも老舗の部類に入る、いわゆる食堂で、銀座通りに交差する『みゆき通り』にあります。ここの焼飯がとてもうまい！！焼飯を注文し、いよいよ料理が運ばれてくると、炒めたご飯の上には、薄焼き卵の刻みにたくさんの海苔と紅ショウガが乗っています。見た目はまるで五目ちらしのようです。私が和洋食という意味がわかっていただけだと思います。さて、その味付けは・・・、ワクワクしながらスプーンで一口食すると、ほんのり甘く、香ばしい味わいに、一瞬味付けは何だろうと考えました。とてもおいしくて、なんだか懐かしい味・・・、二口、三口と食べるにつれ、『ああ、これはソースだ！』と気づきました。ウスター系のソース、それもソースだとはすぐには気づかせないような絶妙な使い方です。もちろん、お店の人に確かめました。どんなソースかは企業秘密だそうです。ちなみに醤油で炒めてもおいしいですよ、とお店の人は云ってましたが、この焼飯には隠し味として醤油は使われていないそうです。ソース味といっても、ソース焼きそばを想像しないでください。お店の外観とは異なり（天花さん、ごめんなさい）、もっと繊細で、とても洗練された味わいです。焼飯の具材は、コマ切れの豚肉とタマネギ。まさに、ソースのためにあるような素材で

す。しっかり脂身のついた豚肉とタマネギをソースでジュー、ジューと炒める・・・、もうそれだけで食欲をそそりますが、それにご飯を入れて混ぜ合わせ、さらに香ばしく炒め上げるのですから、おいしくないわけがありません！！スプーンの上に、この豚肉とタマネギと炒めご飯を乗せ食すると、その脂身のジューシーさと、タマネギの甘み、ソースのからんだご飯の渾然一体とした味わいに、なんともしあわせの気持ちになります。世の中、やれ金華豚だとか三元豚だとか、イベリコ豚だとか、かまびすしいですが、そんなことにこだわらなくても、その食材に見合った調理をすれば、普通の豚のコマ切れでもこんにおいしくいただけるということがよくわかりますよ。ぜひ、うまい焼飯を召し上がれ！！

天花食堂

住所 鶴岡市本町1-7-38
TEL 0235-22-1143



焼飯

横山先生のお勧めの店に行かれた方の感想文を募集しています。

観 楓 会

日 時：平成 17 年 11 月 4 日

場 所：ワシントンホテル 銀坐

秋の深まりを感じながら、観楓会が、ワシントンホテル銀坐到於いて開催された。

福原晶子先生の進行で、齋藤寿一会長のご挨拶、新規会員の宮原病院、村越先生のご紹介を頂いた後、渡部直哉先生のご発声により、宴も和やかに始まりました。

そしてなにより宴を盛り上げたのは、上野欣一先生のサクソ、福原晶子先生のピアノ、横山靖先生のチェロ、この美しい三重奏でした。

大きな窓一面に広がる秋の鶴岡の夜景をバックに、「愛の讃歌」、「星に願いを」等々・・・アンコールの喝采をうけながら演奏してくださり、とてもロマンチックな、“ホッ”とする時間をいただきました。

宴もたけなわの中、黒羽根洋司先生の一本締めで散会となりました。

(検診課 渡部恵美)



マイペット&マイホビー

— 第27回 —

今 立 元

私にとって、マイホビーとはパチンコと雑魚釣りであります。以前、わかあゆ17号（最終号）に掲載したことがあります。相変わらず暇を見つけては、ゲームセンターに時々出かけております。勝ったり、負けたり、まずはトントンと言うところでしょうか？最近の人気機種は、なんと言っても、大海物語で、ゲーム性の面白さ、迫力、確変のでかた、魚群での当たり、人魚の美しさ、いったん普通で当たったあと走りて確変に昇格することがまま見られる。緑髪のサム少年が大当たり中に出れば、爆発台の予告など打っ人を楽しませてくれます。休日や土曜の午後しか行けないので、良い台は早朝出かけなければなりません。早朝出かけても優良な台に当たるとは限らず、店側の思惑は何処にありやと考えながら場所を決めるわけです。良い台は、まず100回以内に当たりがありますが、連続して当たりがくることもあります。プツンと当たりが途切れてしまい後は幾ら回しても当たりが采ないこともあり、財布の中身が心配になることもしばしばであります。せいぜいで2万円から3万円の軍資金で出かけますが、負けても熱くならず早々に退散することにしております。前日、前々日のデータを見て勝負するわけですが予想が的中したときは、心が踊ります。次に雑魚つりのお話。私は、釣り歴は、庄内に来てから始めたので釣り歴は長いのですが、黒鯛や黄鯛はもちろん、篠子鯛もなかなか釣ることができず、秋の釣りクラブ

の大会は、いつも下位で地団太踏んでおります。小物釣りは足

も不自由になったせいもあり、最近は、もっぱらアジ、タカバ、ウマズラ、専門に糸をたれており、幸い孫（小3）が小物釣りに興味をもったようで天気の良い日を選んで一緒に出かけております。サビキ釣りから一本釣りも覚えて、今度は投げ釣りを教えたいと思っております。

孫の写真で恐縮ですが、庄内に来て始めてフグの赤ちゃんを釣った顔をのせて頂けたらと同封しました。



マイペット&マイホビー

— 続 編 —

丸 谷 紘 一

「コントラス、ワールドシリーズ第1戦に先発勝ち投手に」これだけでは何のことかと思われると思いますが、小生が本誌昨年12月号に書かせていただいたシドニーオリンピック前に鶴岡で合宿した、アマ野球のキューパチームが山形しあわせ銀行と壮行試合を行い、その先発投手がコントラスでその後アメリカに亡命、NYヤンキースに入り、その後シカゴホワイトソックス（以下Wソックス）トレードされ活躍しているとの内容である。

10月23日日曜日NHKテレビ（BS）をつけると、ワールドシリーズ第1戦で、あのコントラスが先発しているではないか。Wソックスの強力な先発投手陣の一員として活躍していると聞いていたが、まさか最も信頼される投手が投げる第1戦の先発で出てくるとは思わなかった。

ところが、私がみていた3回までの調子は今一つで、味方が3点を取りながら同点に追いつかれてしまった。何の根拠もないのだが、ヤンキース時代も私が見ていると不調だったし、又、今夕日日本シリーズもあるのでこのまま見ていると、アストロズの打戦も恐い、わが家のオーナーから、あなたは1日中野球を見てたのねと言うきつい一発が飛んできそうなので観戦を中止し、夜のNHKサンデースポーツを見ると、Wソックスが勝っているではないか。日本シリーズもあったし、井口も無安打だったので、放送時間が短かく勝ち投手まではわからなかったが、翌朝の新聞を見るとコントラスは7回まで投げ、勝ち投手になっていた。うれしくなった私は早速新聞のコピーを持って、丁度当日あった医師会理事会でいつも隣に座っている三原先生に会が始まる前に見せたところ、厚かましくも又書かせていただけるといふことでこの続編になった。鶴岡ドリームスタジアムで投げた投手が、ワールドシリーズ8年ぶりの優勝の勝ち投手となる。これはまさに夢の実現だと思った。

Wソックス先勝

MLB Wシリーズ第1戦

セントルイス・カージナルス対シカゴ・ホワイトソックス

スコア：カ 0-0、ソ 1-0

投手：カ 1.000、ソ 0.000

打者：カ 0.000、ソ 0.000

試合時間：1時間45分

観衆：12,000人

審判：ジャック・ドナルドソン

解説：丸谷紘一

は、昨年のワールドシリーズで、ホワイトソックスを相手に、ア・リーグの優勝を争った。その結果、14年ぶり、ア・リーグを初優勝した。ホワイトソックスは、ストロースに、3回まで、投手を務めた。彼は、4回、ワールドシリーズの、シカゴ・ホワイトソックスの、投手を務めた。彼は、4回、ワールドシリーズの、シカゴ・ホワイトソックスの、投手を務めた。彼は、4回、ワールドシリーズの、シカゴ・ホワイトソックスの、投手を務めた。



「スイカズラ（ニントウ）」

佐藤 元 昭

花の一般名はスイカズラの種類、花は夕方開き、香り高く、長い吻をもった蝶、蛾の種類でないと、細い筒形の花の奥にある蜜は吸えない。様々な種類があり、その中の一種だそうで、最近診療所のわきに一塊となって夏から秋に次々に咲いて楽しませてくれます。

～ 編 集 後 記 ～

今月号の巻頭にあります勉強会での辰巳治之先生の講演は、まるで機関銃のように自論の連射があり、聴衆のほとんどがそれを気持ちよく聞き入れていたようです。「ITをフル活用した情報薬の開発」が当地でも十分可能であることが示されました。

本年度の観楓会は初めてワシントンHの「銀座」を会場に開催されました。大勢の会員の参集がありましたが、余興の演奏会が大変好評でした。エレクトーン、サクソホーン、チェロの福原、上野、横山先生ありがとうございました。機会がありましたら是非またお願いします。

秋には各種学会、研究会、研修会などいろいろと勉強する機会が多くありますが、先日荘内病院では「山形市立病院済生館の地域医療連携への取り組み」について、館長の平川秀紀先生（昭和43年鶴岡南高校卒業）の講演を聴く機会がありました。済生館病院では平成15年に承認されている地域医療支援病院の資格を荘内病院でも来年度中には取得することを目指し着々と準備が進んでおります。まずは院内周知徹底が目標の講演会でした。講演の中で「山形市には多くの医療機関があり、まさに群雄割拠状態である。それに対し鶴岡には一国一城の主がおり、領民を他に取られたり、他から攻め込まれたりする心配をしなくてもよい」と述べています。すなわち院内には医療連携に対する危機感がほとんどと言ってよいほど無いのではということを示していたと思います。地区医師会の会員があつての地域医療支援病院です。登録医制度のことや、院内病床や医療機器の共同利用のことなど、これから会員の皆様に説明していかなければならないことは多くあります。其の時がきましたらご協力よろしく願いいたします。

今年には福岡に延べ6日間出かけて「こどもの心相談医」という資格を取得しました。

「心の問題は子どもや家族の訴えをまずよく聞くこと。ゆっくりと穏やかに、途中で話の腰を折らないように、自分の考えや意見を押し付けないように余裕を持って診察を始める」と言われたのが印象的でした。これは医療訴訟予防の基本でもあります、なかなかできるものではありません。皆様はいかががでしょうか。

(伊藤末志)

編集委員：伊藤末志・三原一郎・中村秀幸・石原 良・福原晶子

発行所：社団法人鶴岡地区医師会 山形県鶴岡市馬場町1-34

TEL 0235-22-0136 FAX 0235-25-0772 E-mail tsurumed@mwnet.or.jp

URL <http://www.mwnet.or.jp/~tsurumed/>

印刷所：富士印刷株式会社 鶴岡市美咲町27-1 TEL 22-0936(代)