



沢田内科医院 ニュースレター

第81号

棟方孝奈 (ゆきな) さん

沢田内科医院に元気な新人が加わりました。この3月に高校を卒業し、弘前市医師会看護専門学校看護学科に入学しました。3月22日から働いています。

准看護学科は午後1時から授業が始まります。午前中はアルバイトとして働き、午後の授業に出かけます。

医療機関で働くことで、勉強の動機づけにすることができます。仕事の内容が勉強に直接関係しますので、頭の中に強く焼きつけることができます。そこに医療機関でアルバイトをする意味があります。

どのような仕事をさせるかは井上真利子婦長が決めています。基本は、注射など看護師免許がなければできない仕事以外はすべて覚えてもらうことです。このようにすると、

2年間の勉強で准看護師になって2ヶ月もすれば夜勤ができます。

まず、薬局での仕事を覚えてもらいました。医療機関では薬剤はもっとも間違いが多い部門ですので、ダブルチェック、トリプルチェックをしています。孝奈さんは薬剤を準備する手伝いですが、きちっとできるよ

うに訓練しています。5月4日午前は、弘前市在宅医療の当番でした。何と、薬局で錠剤を用意するだけでなく、器械を使って普通に粉薬を分包しているのを見た時にはびっくりしてしまいました。1ヶ月ほど訓練をすることでこんなことを簡単にできてしまうんです。



これからは、患者さんの介助など看護師が行うことをトレーニングして行く予定です。きっと6ヶ月もすればほとんどの仕事ができるようになるでしょう。先に頭で勉強するのではなく体で覚えて、その後で、理論的な裏付けをしていけばいいと思っています。とにかく、病院では体が動かなければどうしようもありませんから。



8年経つと右のようになります。20年経つと左のようになります。体格の話ではありません。

孝奈さんは、小学校からバスケットボールをやってきた体育会系です。そのためでしょうか仕事をしていても体がよく動きます。挨拶も体育会系です。「お疲れさまで〜す!」などと元気に挨拶して学校へでかけます。これまであまり頭を使ってこなかったと本人は言います。2年間の勉強の後には看護学科へ進学して看護師を目指しますので、ちょっとは頭を使う訓練も必要です。

特定健診、後期高齢者健診とがん検診

弘前市の特定健診と後期高齢者健診は5月1日から来年3月15日までです。すでに受診券は送られています。約1万円分の検診項目を無料で受けることができます。医療保険を使わずに検査ができますので、沢田内科医院では積極的に検査を受けることを

勧めています。

糖尿病は特別にして、高血圧や脂質異常症などいわゆる慢性疾患は年1回程度の検査で十分です。この検査を自己負担なしで受けられるわけですから、患

者さんにとっても負担が少なく済みます。ただし、医療機関は面倒な手続きがあるため、積極的に行っていないところもあります。

特定健診というのは、健康状態を調べるための検査というのではなく、将来、心筋梗塞や脳梗塞にならないように保健指導を行う人たちをピックアップするという「特定」の目的を持った健診です。住んでいるところや勤めている会社などで制度が違うため非常に複雑になっています。いずれにせよ通院する医療機関に相談してみてください。

これも制度上の問題なのですが、胃や大腸のがん検診は市町村が行うことになっています。会社でがん

検診を行っているのはサービスだと思って下さい。どちらも朝に食事をしないで検査を受けることが多いので、がん検診と特定健診や後期高齢者健診はセットで受けることを勧めます。

いつも書きますが、がん検診では胃癌や大腸癌がたくさん見つかっています。年に1回は必ず受けるようにして下さい。

今年の弘前市の受診券はすでに送られています。75歳未満の人たちの特定健診の受診券は薄い黄色、75歳以上の後期高齢者健診受診券は青です。紛失した場合は再発行ができますので市役所に連絡して下さい。

西谷鮎子さん

今年の3月に2人の学生が医師会看護専門学校を卒業したことは前回のニュースレターでお知らせしました。成田華帆さんは弘前脳卒中リハビリテーションセンターへ就職しましたが、西谷鮎さんは引き続き沢田内科医院に勤務することになりました。

看護師となりましたので仕事をして生活して行けばそれでいいのですが、沢田内科医院ではできるだけ何かを学んで仕事をするのを勧めています。西谷さんは、他の病院に就職するのではなく、引き続き勤務して糖尿病と超音波検査を勉強することを選びました。

職員が何かを目標にして勉強する時は、気持ちで達成感を味わうだけでなく、目に見えた形で評価でき

るようにしています。そして、それを予め周りの人たちに宣言して始めるようにしています。また、その途中経過もニュースレターでお知らせするようにしています。達成した喜びだけでなく、その途中経過もみんなで共有してもらいたいからです。

糖尿病は「日本糖尿病療養指導士」を目指すことにしました。糖尿病に関する知識を身につけ、療養指導ができるようになります。資格の取得まで3年程度を予定しています。400人以上の糖尿病患者さんがいますので、日常の仕事をしながら続けることができます。

小堀未希さんが3月に試験を受け5月の合格発表を待っています。西谷さんの他に4人の看護師が一緒に勉強することになっています。勉強会ではこの分野では先輩格の未希先生が教えます。



二つのことをやります、二つです!!

超音波医学会には「消化器超音波検査士」という制度があります。西谷さんはこれも目指すことになりました。超音波検査は患者さんの病気の診断に直結しますので、これは糖尿病療養指導士に比べてさらに技術が必要です。多分、5年程度かかるものと思っています。これは、すでに超音波検査士の資格を持っている宇野洋子さんが指導にあたります。

糖尿病と超音波検査を並行して進めますので、あまり焦らないで期限はゆるめに設定してやりたいと思っています。途中経過の報告もしますので、皆さま、ご期待下さい。

弘前大学医学部「鵬桜会」の由来

北冥有魚 其名爲鯢
 鯢之大 不知其幾千里也
 化而爲鳥 其名爲鵬
 鵬之背 不知其幾千里也
 怒而飛 其翼若垂天之雲
 是鳥也 海運則將徙於南冥
 南冥者 天池也

漢詩的な読み方：

北の冥（うみ）に魚あり。その名を鯢（こん）と為す。鯢の大きさ、その幾千里（いくせんり）なるを知らず。化して鳥と為る（なる）とき、その名を鵬（ほう）と為す。鵬の背（そびら）、その幾千里なるを知らず。怒りて飛べば、その翼は天に垂れる雲の若し（ごとし）。是の鳥は、海の運く（うごく）とき、将（まさ）に南の冥（うみ）に徙らん（うつらん）とす。南の冥とは、天のなす池なり。

現代語的な読み方：

世界の北の果て、冥き（くらき）海に怪魚がいた。その名前を鯢（こん）という。鯢の大きさは、いったい何千里あるか分からないほどに巨大である。鯢が（時節が到来し）姿を変えて鳥となる。その名前を鵬（ほう）という。鵬の背中の大きさは何千里あるか分からないほどに巨大である。鵬が一たび満身の力を奮って大空に飛び立てば、その翼はまるで天をおおう雲のようである。季節風で潮目が変わって海が荒れ狂う時になると、鵬は北の海から南の果ての海へと移ろうとする。南の冥き海とは、天が生み出した巨大な池である。

これは紀元前300年頃の「莊子」の漢詩です。いきなりニュースレターに難しい漢詩が出てきて読む気がしなくなった人がいるかも知れません。私も古文や漢詩は大の苦手です。高校時代に勉強しなかったために読めないんです。でも、時々、必要に迫られて調べる



莊子（紀元前300年頃）

ことがあります。

私は弘前大学医学部同窓会である「鵬桜会」の常務理事をしています。弘前大学医学部は通常の4月入学と、大学を卒業したいいわゆる学士入学生を対象にし2年生の10月に編入する2通りの入学があります。ですから、年に2回新入生歓迎会を行っています。今年度から、弘大医学部新入生歓迎会で「鵬桜会」の紹介をすることになりました。そこで、鵬桜会の由来を調べてみました。

莊子は紀元前300年頃、古代中国の戦国時代に活躍した『無為自然』を重んじる超俗的な思想家で、老子とともに『老莊思想』と呼ばれる一派の原型となる思想を形成しました。これに対応するのが孔子が説いた『儒教』で、聖人君子の徳治主義を理想とした世俗的な思想です。莊子は権力、財力、名誉などを求めて自己の本質を見失ってまで奔走するのではなく、何ものにも束縛されない絶対的な自由を求める思想です。

「鵬」は、莊子の漢詩「逍遙遊」の中にあります。まさに、超俗的な思想に裏打ちされた、壮大な物語ですね。桜の名所である弘前にある弘大医学部で学んだ学生は、この鵬のように世界に飛び出して活躍して欲しいと願ったのが「鵬桜会」ということになります。ちなみに、弘前の桜は、1715年に津軽藩士が京都からもたらしたものだといわれています。ただ、弘前公園の中にはたくさんの桜があり、全部が京都からもたらされたものではありません。

「鵬」といえば、私たちの年代は亡くなった横綱大鵬です。漢詩好きの横綱大鵬の師匠は、大鵬という四股名を温めていて、先に使われるのではないかと気が気でなかったそうです。期待の愛弟子が十



第48代横綱大鵬

両に昇進して「大鵬」と名付け、その名の通り、大鵬はたちまち昇進して第48代横綱となりました。当時は、「巨人、大鵬、卵焼き」と言われましたが、大鵬本人は天性の資質と評価されることを嫌い、「僕は天才ではなく、努力してはい上がる努力型です」と繰り返したとのことでした。

高校時代に古文や漢文を勉強しなかったと書きました。今思えば、「なり」は伝聞や推定の「なり」だとか、断定の「なり」などと細かいことを覚えるのがいやでした。漢文は原文に記号をつけて読みます。その読む文が古文の読み方ですのでこれを解釈するのは、ますます理解不能になります。返り点がど

うのなどというのは無視して、漢文をもっと現代語に近づけて教えたら、もっと内容を理解できたのではないかなあと60歳を超えて今になって思います。

なお、古文や漢文をよく勉強しなかった弘前高校の校章も大鵬です。



岡本剛先生の地域医療研修

4月1日から30日まで、国立弘前病院の岡本剛先生が研修しました。岡本先生は卒業2年目の医師ですが、いわゆる学士入学ですので40歳です。前の大学では化学を専攻したとのことでした。弘大医学部入学前は国際協力機構(JICA)で働いていて、ケニア、ウガンダ、ダカールなどアフリカの国々で理科教育普及関係の仕事をしていたようです。アメリカに留学したこともあります。

地域医療研修では内視鏡や超音波などの検査技術を

身につけることは目的としていません。岡本先生は、国立病院では外来診療を経験したことはありませんでしたので、糖尿病や高血圧などの慢性疾患の診療を通して、身体所見の取り方や、将来を見越して病気に対応することなどを研修しました。

4月は特定健診と後期高齢者健診がなく、がん検診も極端に少ない月です。私にとっては休暇のような4月でした。教科書には書かれていない現実的な対応の仕方を経験したもらったり、岡本先生の海外で

のお話などを交えながら、いつもの研修よりもゆっくりと雑談をしながら楽しく過ごすことができました。

岡本先生は小児科で精神医学の分野に進みたい希望があります。青森県はこの方面では全国に比べちょっと遅れを取っています。神戸出身の岡本先生ですが、青森県でパイオニア的な存在として活躍することを私は期待しています。

