

# クリニックレター 2020年8月

〒663-8113 西宮市甲子園口2-8-31 医療法人岐黄会西本クリニック

TEL:0798-65-5111 FAX:0798-65-5115 HP: <http://www.nishimotoclinic.jp/>

このクリニックレターは、西本クリニックから患者様への情報を、すばやく、わかりやすくお伝えするためのお手紙です。原則月1回の発行で、スタッフが皆さんに知っていただきたい事をビビッドに発信していきます。

## 患者様へのお願い

- #) 待合スペースに自動血圧計を設置していますので、診察前にご自身の血圧測定をお願いいたします。看護師による問診時の血圧測定は、原則としておこないません。操作方法についてはご遠慮なくスタッフにお聞きください。
- #) 新型コロナウイルス感染症拡大防止の為に、発熱その他感冒様症状の患者様は、来院前に必ずお電話で症状をお伝えください。また、ご来院の際にはすべての患者様に対して検温を実施しておりますので、ご協力をお願いいたします。
- #) 6月より、従来の診察手帳をカード型の診察券に変更しています。次回予約日時等が毎回印字されるなど、利便性に優れた診察券ですのでご活用ください。

## 天気頭痛のことなど

人類が放出する二酸化炭素ガスによって地球温暖化が進んでいるのではないかと、という多くの意見がある一方、地球はすでに間氷期から氷期\*へと移行を始めており、今後、地球の温度は下がる傾向にある、という説もあります。実際、太陽活動はこここのところ低下傾向にあり、黒点の数も非常に少ない状況が続いているようです。今年は梅雨が長く7月は気温も低い日が続きましたが、地球は暖かくなっているのか、それとも今後冷えていくのでしょうか???

雨が降る前、気圧が下がってきたとき、台風が近づいてきたとき、などに、頭重や頭痛、倦怠感を訴える方がおられます。最近「天気頭痛」という言葉も知られるようになってきましたが、今年は梅雨が長く雨も多かったため、このような「天気頭痛」を訴える方が多くいらっしゃいました。天気頭痛の原因はよくわかっていませんが、漢方的には、体内の水分の偏在がおこることが原因ではないかと考えています。漢方には「利水」\*という概念があり、「利水効果」のある五苓散(ゴレイザン)や柴苓湯(サイレイトウ)などを用いることで、天気痛の予防、改善が期待できます。また、天気痛が起こりやすい体質を根本から改善するために、我々漢方専門医は、舌診・脈診・腹診などの診察法を用いてその方の体質を診断し、是正していく点があればそれに対する治療をおこないます。前述の五苓散や柴苓湯などは、目の前の症状(この場合は頭痛)を治す、いわゆる「標治」にあたり、後者の体質改善のための治療は「本治」と呼ばれます。このように、「標治」と「本治」の双方を勘案しながら治療していくことが、漢方治療の醍醐味ともいえるのです。

\* 地球は現在、第4期氷河時代にあると言われ、その中でも特に寒冷な「氷期」と、比較的温暖な「間氷期」を交互に繰り返しているようです。

\* 「利水」の概念と五苓散の詳しい効き方については、クリニックレター2014年7月号でご説明していますので、どうぞクリニックHPのバックナンバーをご一読ください。

\* ロート製薬から「キアガード」(←気圧(押)をガードするという意味のようです)というOTC薬品が販売されており、同社のwebサイトに「天気頭痛との付き合い方」という私の一文が載っています。

## COVID-19の再増加について

新型コロナウイルス感染症(Covid-19)が、7月以降、再び増加の勢いを見せています。このウイルスに関しては、まだまだ分からないことが多いのですが、私なりの、今現在の思いを箇条書きにしてみました。

- #1) 緊急事態宣言の後、いったん沈静化していたように見えた感染者数が7月に入り増加したのは、人々の社会活動が活発化したせいであり当然予想されたことである。
  - #2) 感染者数が再燃したのはPCR検査の数が増えたからだ、という説があるが、これはある程度納得できる面もある。また、今回感染者数の再燃にも関わらず死者数が増えていないので緊急事態宣言を出すには至らない、という意見については、死者数(重症者数も)は感染者増加に遅れて増えるので、まだなんとも言えないと思う。もう少し様子を見る必要があると考える。
  - #3) コロナウイルスの感染力はあまり強くないようである。しかし、一定の割合で、スプレッダー(他人に感染しやすいヒト)がおり、そこからクラスターが発生する。スプレッダーは症状が未発現の時期から感染力を持つため、普段から感染予防対策が必要である。大人数での飲み会、大声でしゃべる、笑いあう、というのが最も危険!
  - #4) 若者は重症化しないし、早く感染してしまえば抗体ができるから大丈夫、という考えは危険。予想しない後遺症が残る可能性もある。
  - #5) そもそも、緊急事態宣言で患者数が減った時期に、電車通勤の人たちや学生、飲食業など、一定のグループを抽出して大掛かりなPCR検査、あるいは定量的抗体検査をおこない、どのようなグループにどれくらい感染者がいるのかを徹底して洗い出し、その後の社会生活再開に向けての指針を作成すべきだったのに、それを怠り、今回の再燃に関してもなんら数字的な根拠も示さずに、「GO TO」だの「緊張感」だのと、空虚な言葉を並べている。為政者が「誰も」「何も」せず責任をとろうともしない社会では、結局は、個人が得られる情報や感情だけで行動を決定する、ということになり、社会全体としてCOVID-19に立ち向かうことが不可能になる。
  - #6) COVID-19との戦いは、有効なワクチンの開発と浸透、世界的な感染の沈静化がない限り、少なくとも今後1年以上は続くと思われる。オリンピック中止を早急に決断してその予算や人的パワーをすべてCOVID-19対策に振り替える、消費税を引き下げ、などの大胆かつ早急な政策が必要だと考える。
- コロナウイルスに関するすべての情報を公開し、科学的なデータをもとに公の場で討論し、そして人々が安心して暮らせる社会を一日でも早く取り戻したいと願っています。**



### #) 休診及診療日変更のお知らせ

- ① 8月14日(金)・15日(土)を休診とさせていただきます。
- ② 8月22日(土)田川医師→浅井医師 29日(土曜)浅井医師→田川医師に変更となります。

### お車で来院される患者様へ

歩行者や近隣の方の迷惑になりますので、駐車場の指定されたスペース以外、及び、クリニック周辺の道路には、絶対に車を駐車されないようお願いいたします。駐車場でのアイドリングもおやめください。

クリニックレターのバックナンバーをお読みにになりたい方は、クリニックのホームページをご覧ください。