

クリニックレター 2021年2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

- #) 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ある患者様は、来院前に必ずお電話で症状をお伝えください。こちらから診察の日時を指定させていただきます。また、当院受診歴のない患者様には、他院発熱外来をご紹介させていただく場合がございます。
- #) 当院では下記のような感染症予防対策を実施しています。
 - a) 院内4か所に、0.1μmまでのウイルスレベルの有害物質を99.97%除去できる性能を持つBlueair空気清浄機を設置しました。
 - b) 2階診察室に換気用のジャロジー窓を増設し、1階診察室の換気扇も換気能力の強いものに付け替えました。看護師問診スペース、処置室の換気扇も含めて、換気を徹底しています。
 - c) 約15分毎に、スタッフが患者様の手が触れる箇所をアルコール消毒しています。また、院内各所に手指消毒用アルコールを設置しています。
 - d) 受付カウンターに、顔認証型自動検温器を設置しました。来院の際は検温をお願いいたします。
- #) ご受診の際には必ずマスクの着用をお願いいたします。

COVID-19に対して漢方でなにができるのか

いよいよ、新型コロナウイルスに対するワクチン接種が現実のものとなってきました。すでにイスラエルでは国民の47%、イギリスでは11%が接種を受けているというニュースが入っていますし、アメリカでもすでに2500万人が接種を受けているようです。(1月29日現在) これらの国々では、新規感染者数も低下傾向が認められており、日本でも、速やかな手続きをもって接種を開始してもらいたいものと思っています。マスクミでは今頃になってワクチンの輸送手段や人手、接種場所の確保などが話題になっていますが、これらの問題は昨年秋ごろにはわかりきっていたことであり、なにをいまさら、という感じではありません。

ところで、このようなお話をするときには、データ確認のためにいろんなwebサイトを調べるのですが、やはりというか、海外のサイトの方が圧倒的にデータ量が多くわかりやすいですね。特にBBC(英国放送協会)やWHO、それに“*Our World in Data*”というサイトが役に立ちます。日本では、日本経済新聞が比較的良い感じですが、NHKのサイトはどうもポイントがあてない、というか、危機感が伝わってこない印象です。(ここで愚痴を言ってもしかたありませんが・・・)

さて本題です。このコロナ渦にあって、漢方はどのような局面でその力を発揮できるのかを考えてみたいと思います。COVID-19は、インフルエンザなど他の感染症と同様、感染しない、感染させない、という予防が第一であることはいまでもありませんが、いったん感染した場合の治療法に関しては、まだ確立した(裏面へ)

ものがないのが現状です。ファビピラビル(アビガン®)やレムデシビルなどの抗ウイルス剤や、イベルメクチン(寄生虫感染治療薬)が重症化を予防するというデータがありますが、今のところ、効果は限定的のようです。「感染してしまった」ケースに対する漢方薬の効果も、国内では、発熱や咳が早期に改善した、という症例報告があるのみで、重症化を抑制する効果があるかどうか、という点においては、まだまだデータが集積されていない状況です。

他方、このコロナ渦において、副次的な問題、例えば、運動不足による筋力低下や高齢者のフレイル(加齢に伴う身体の衰弱)、不安、不眠などの精神神経症状、マスク着用による皮膚症状などに関しては、適切な漢方的診断と治療をおこなうことで、改善が期待できるケースが多いと言えます。

筋力低下予防に関しては、適切な食事と運動が必要であることは言うまでもありませんが、「外に出よう、運動をしよう」という意欲が低下している場合は、「気」を補う代表方剤である補中益気湯(ホトウキソウ)や、「気血」を補う人參養榮湯(ニンジンヨウエイ)や、十全大補湯(ジュウケンダホトウ)などのいわゆる「補剤」を用います。また漢方で言う「腎」を補う方剤として有名な牛車腎気丸(ゴシヤンキカワ)は、痩せ衰えた筋肉を増強する作用があることがわかっています。また、これらの補剤に、気の巡りを良くする「理気剤」、例えば、半夏厚朴湯(ハンゲコウハクトウ)や香蘇散(コウソサン)風邪の治療薬としても用いられます)を併用すると、補剤で増強したエネルギーを体の隅々まで届かせる効果があります。運動不足や不安感で食欲がなくなった、というケースもあります。特に高齢の方は、栄養が不足することでフレイルを加速させるため、しっかりと食事をするのが不可欠です。最近の研究で、六君子湯(リククソウ)は食欲を増す作用のあるグレリンというホルモンの分泌を促す作用が確認されています。不安感が強く動悸がしたり眠れない場合は、安神作用(精神を落ち着ける作用)を持つ、柴胡加竜骨牡蠣湯(サイコカリウコウボクザイトウ)や桂枝加竜骨牡蠣湯(ケイシカリウコウボクザイトウ)、あるいは甘麦大棗湯(カンバクタイソウ)などを服用することで気が落ち着き、夜もよく眠れるようになることを経験します。竜骨は土に埋もれた動物の化石(骨)、牡蠣はその名の通り、牡蠣の貝殻を用います。ここで名前を挙げた漢方薬は漢方治療のほんの一部であり、私達漢方専門医は、患者様一人一人の体質に応じての治療を得意としています。

漢方の真髄は「心身一如」です。心と体のバランスを保ちながら来るべき春を待ちましょう!!

右の写真は4年前に行った蔵王温泉スキー場山頂付近で雪に埋もれたお地蔵さん。また会いに行きたいなあ。)



web予約システムリニューアルに関するお詫びとお知らせ

当院のweb診察予約システムの準備が遅れています。システム構築においていくつかの問題解決に時間を要するようで、はっきりした日程が決まっていません。準備ができ次第、再度お知らせをいたしますので、もうしばらくお待ちください。

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にお願いします。駐車場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。