

# クリニックレター 2021年6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。

## 患者様へのお知らせ

7月より武内医師の診察日が、第1第3木曜のみとなります。患者様にはご迷惑をおかけいたしますが、どうぞご理解のほどお願い申し上げます。

混乱の中、新型コロナワクチンの65歳以上の方への予防接種が始まりました。

ワクチンは、v-sys という国のシステムに登録した医療機関に対して、各市町村の担当部署が供給日や供給量を決定します。v-sysへ登録する際には、各医療機関が通院中の患者様を接種の対象とするのか、一般の方も受け付けるのかを選択する項目があり、当院も含めて一般開業医の多くは、「通院中の方のみ」を選択していたのですが（多くはキャパの問題からです）、今回、西宮市の市政ニュースではその点をまったく無視して、「5月12日から一斉に医療機関で電話等の受付を開始する」という案内を出してしまったため、今回の混乱を招いてしまいました。当院も5月13日から数日間はワクチンに関する電話の問い合わせが殺到し、診療予約などのお電話をされた患者様にはご不便をおかけしました。また、接種予約のお電話への対応の際に、ご説明が不十分であったため不愉快な思いをされた患者様がおられたことに対して、深くお詫び申し上げます。

ワクチン接種の際には、注射後の重大な副反応がないかを確認するために、接種後15分から30分間は院内での観察時間を設ける必要があります。初回接種後3週間目には必ず2回目をおこなう必要があり、祝日などを考慮しながらスケジュールを立てなければなりません。また、万が一アナフィラキシーなどが起こった際に迅速な対応ができるように、接種の時間帯は一般の診察時間外でお昼の時間のみとしています。休日の水曜あるいは土曜診察後に接種時間を設けてはいるものの、院内で接種できる患者様の数には限界があります。当院では、原則として、年齢の高い方で呼吸器疾患や糖尿病、自己免疫疾患など新型コロナウイルス感染症の重症化リスクの高い方を優先してご案内しているため、60歳台の患者様の予約日が8月にずれ込むことになってしまいました。今回西宮市では6月以降、クリニックレター5月号でご案内した従来の5施設に加えて、ホテルヒューイット甲子園、浜甲子園体育館などでも、集団接種をおこなうことになりました（当院からも、院長、看護師が出務予定です）ので、大変申し訳ございませんがそちらでの予約も試みていただき、ご都合の良い日時をお選びください。また、64歳以下の方に対しては、まだ接種券の発送予定も決定していない状況ですが、対象となる患者様の数が多いこと、お仕事をしておられて平日の接種が難しい方が多いことから、主に集団接種への予約をお願いすることになるかと存じますので、どうぞご理解の程、宜しくお申し上げます。



## 新しい便秘薬と漢方

中学生時代は陸上部に入っていて、顧問の先生は当時新しく赴任してこられた若いH先生でした。H先生は保健体育の授業もされており、いつだったか、授業の際に黒板に大きく「一本糞の大定理」と書かれました。1日1回、ずっとバナナのような便通があることが健康の基本だ！という意味です。当時、陸上部でリレーのメンバーだった4名は、今は立場の違いはありますが全員同業者になっていて、卒業後50年！経った今でも2年に1回は定例会を開いているのですが、必ずと言っていいほどこの「大定理」が話題になります。

さて、便通の良い悪いにはどのようなファクターが影響しているのでしょうか？ 思いつukだけでも、①食べ物の内容 ②口・胃・十二指腸での消化 ③小腸での消化 ④大腸での消化 ⑤腸内細菌、⑥腸の蠕動運動 ⑦①～⑤に影響する自律神経 etc これらすべての調和がとれてはじめて「大定理」が成り立つわけです。言い方をかえれば、便通に異常がある場合は、これらのどこに問題があるかを考えながら改善策を考える必要があります。

これまで、便秘の薬、というと、刺激性下剤として代表的な「センノシド」（大黃、センナの主成分です。西洋薬ではヨーデル<sup>®</sup>、プルゼニド<sup>®</sup>などがこれにあたります。）や「ピコスルファート：ラキソベロン<sup>®</sup>」、非刺激性下剤としては、酸化マグネシウム（マグミット<sup>®</sup>）などが知られていますが、ここにきて、腸内の水分を増やして便を膨張させることで大腸の動きを活発にする新しい便秘薬が次々と開発されてきました。モビコール<sup>®</sup>グーフイス<sup>®</sup>リンゼス<sup>®</sup>アミティーザ<sup>®</sup>などがこれにあたります。

一方、漢方薬の場合は、方剤が多成分系、即ち西洋薬のように単一の成分ではなく、いくつかの生薬の組み合わせにより成り立っているのが特徴と言えます。

即ち、刺激性下剤の大黃、非刺激性下剤の芒硝（硫酸ナトリウム）と、油成分の多い種子類（麻子仁、桃仁、杏仁：仁とは種子の中身のこと）、気の巡りをよくする厚朴、枳実、血の巡りをよくする当帰、川芎、腸の痛みを予防する芍薬、甘草などが、その目的により一定の割合で配合されているのです。私が好んで処方するのは、麻子仁丸（マシガク）で、大黃・枳実・厚朴・麻子仁・杏仁・芍薬がバランスよく配合されています。また、漢方薬は、お腹が冷えている人には温めて腸を動かしたり、逆に熱を持っている人には体を冷やす薬を配合したりできるのが特徴であり、前者の代表的な方剤が大建中湯（ダイケンチュウ：腹部の手術後の腸管麻痺の予防に使われることで有名です）や当帰湯（トウキチュウ）です。また、九味檳榔湯（クミビョウチュウ）のようにお腹を温める呉茱萸（ゴジュウ）と刺激性下剤の大黃、それに理気剤や利尿剤が配合された独特の処方もあります。便通をよくするためには、規則正しい生活、バランスの取れた食事と運動、こころの健康などが不可欠ですが、どうしても薬が必要な場合は、医師と相談の上、最適な治療法を選んでいただければと思います。



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。