

けせん医報



目次

- | | |
|---|--|
| ●巻頭言 「明日に向けて」
気仙医師会長 岩瀨内科医院 院長 岩 瀨 正 之…2 | 「コロナ禍における診療、生活様式の変化」
岩手県立大船渡病院 副院長 久多良 徳 彦…12 |
| ●令和4年度定時総会…3 | ●研修医日記
岩手県立大船渡病院 二年度研修医 安 藤 李 華…13 |
| ●理事会報告
■令和4年度第1回理事会報告…7
■令和4年度第2回理事会報告…8 | ●会員の異動…14
●けせん医報へのご投稿募集…14 |
| ●随 想
「ストレス警報発令中」
いとう耳鼻咽喉科クリニック
院長 伊 藤 俊 也…11 | ●事務局日記…15
●編集後記…16
●表紙のこぼれ…16 |



第161号
2022. 8. 25

気仙医師会
岩手県大船渡市盛町字内ノ目6-1
TEL:0192-27-7727 FAX:0192-26-2429
<http://kesen-med.or.jp/>

気仙医師会広報部 発行 令和4年8月25日 製作:村田プリントサービス

言 頭 卷



「明日に向けて」

気仙医師会 会長
岩渕内科医院 院長

岩 渕 正 之

医師会長職を拝命してから二か月が経ちました

この間に新型コロナウイルスは BA.5に変異し、ワクチンの予防効果は減退傾向となりました。

当院の患者さんも3回ワクチン接種の後に新型コロナ罹患、更に2回目の新型コロナ罹患という例もありました。

ご高齢で合併症もあり、入院となりましたが幸いにも軽症で推移し、退院となりました。重症化と死亡率を減らすためにもワクチン接種は進めるべきでしょう。

更にケンタウロス～BA.2.75がBA.5と置き換わり、今後がどうなるか…

BA.2.75の後は軽症化が進み、「単なる風邪」として扱えるようになればと淡い期待を抱くばかりです。

現状の「治療薬」がかなり高額なのも気になります。

インフルエンザと同じ5類にするのも検査や治療薬の自己負担を考えると慎重に考えねばなりません。

刻々と変化する情勢に後れを取ってはなりません。

そしてこの10年間、医師会長を務められた滝田有先生には震災後の医療、新型コロナと未曾有の時期に頑張ってください感謝しかありません。

及ばずながら私も頑張る所存です。

随 想

「ストレス警報発令中」

いとう耳鼻咽喉科クリニック

院長 伊藤 俊也

5月のある朝、それは突然に起こった。左耳の聞こえ方がいつもと違う耳閉感、まるで水の中で音を聞いているような耳のつまった感覚である。耳垢が原因だろうと出勤後すぐに顕微鏡で耳の中をモニターに映し覗いてみたが、耳垢はわずかで鼓膜に異常はない。まさか突発性難聴？いやな予感がしてすぐに聴力検査をしたところ、右耳の聴力が低音にむかってなだらかに下がっている！典型的な低音障害型感音難聴である。全音域が高度に悪化する突発性難聴とは異なり比較的治りやすい疾患ではある。突難ではないことにまずはほっとしたが、まれに治らないケースもあるので油断ならない。ストレス、疲労、睡眠不足に起因する内耳のむくみ（内リンパ水腫）が原因とされており、毎年5月頃から罹患数が増えるのだが、今年はいつにも増して多い印象がある。

ストレスの自覚はあまりなかったつもりだが、強いて言えば運動不足、水分の摂取不足が原因だろうか。スタッフの関心もあり、専門医としては良いお手本となるよう意地でも治さなければならない。これが別の意味でストレスとなった。

治療薬はむくみを取るための利尿剤（非常においしくない）と内耳の循環改善剤である。まさか自分が飲む羽目になろうとは、トホホである。しかしこれは貴重な体験になるだろうと覚悟を決め、その日の夜から内服を開始した。薬は確かに不味いが、工夫次第で何とか飲めることを学んだ。医者になりたての頃は、むくみをとるための水分制限が治療の柱だったが、現在は全く逆の発想で、利尿を図るためにできるだけ水分を多くとるよう指導している。ストレスは脳下垂体から放出される抗利尿ホルモン（バソプレッシン）の分泌を促進し、体内に水を貯える方向に働く。逆に水分をとることでこの分泌を抑え症状を改善させるといった理屈だ。これを実証するため、その日から意識して水分を多く取るように心がけ、疲労回復のため早く寝るようにした。安静にする必要は全くなく、むしろ軽い運動ならストレス発散に良いと思われる。翌日までにはまったく変化が現れず焦りを覚えたが、3日目の朝から少し耳閉感が軽くなってきた。検査では半分程度まで聴力が改善しており治療の効果を実感した。7日目には症状がまったく無くなり、検査結果でも正常に回復し専門医の面目が立った次第である。

再発防止のため、その後は適度な運動とこまめな水分補給、規則正しい生活を日々心がけている。具体的には夜のウォーキング、週末は努めて家の庭の手入れ、趣味のゴルフなどに汗を流している。年寄りくさいが、ことに庭いじりは最良のストレス発散、癒しとなっている。加齢による身体機能の低下はいたしかたないとして、防げる病気は防いでおきたい。還暦を前に、今回の一件は生活を見直す良いきっかけとなった。

昨今、ロシアのウクライナ侵攻に始まる世界情勢の不安定、円安による物価高騰、世界規模の異常気象と極端な気候変動、長引く新型コロナの影響など、あまりにストレスフルな事象が多い。知らぬ間に影響を受けぬよう、ストレスにはくれぐれもご注意ください。

「コロナ禍における診療、生活様式の変化」

岩手県立大船渡病院

副院長 久寿良 徳 彦

コロナ禍となってから3回目の夏を迎えた現在、まさに第7波の真っただ中にいます。新たな変異株の出現で、またもや感染の脅威にさらされ、感染対策に追われる日々となっています。思えば診療含めて医師としての生活様式もだいぶ様変わりしました。

当院においては、感染対策の観点から発熱症例と一般診療患者との動線を分けて診療を行う方針として2020年12月から発熱外来を開設しました。COVID-19のPCR検査、抗原検査はドライブスルー方式を用いて行っており、2020年12月～2022年4月までの間に当院の発熱外来を受診した患者数は612例（男性337例、女性275例）で平均年齢は34.8歳（0～102歳）でした。発熱外来受診者全体のCOVID-19陽性率は6.5%（40/612）で陽性確認時期はオミクロン株流行以降の陽性割合が多く、重症度は軽症が80%（32/40）でほとんどの症例が軽症例の結果でした。このような発熱外来の運用で当院での院内感染例は現在まで認めておらず、今後も発熱外来の運用を同様の方法で継続する予定です。

病院全体または医局での生活様式もかなり変化しました。病院全体や医局において歓迎会や送別会など飲み会、会食は一切、開催できていない状況です。特に4月に新採用や転勤で来られた職員との歓迎会は全くできていない状況が続いており、歓迎会ができないことによって顔と名前を覚えるのにかなり苦労しています。仕事以外のひととなりもわからないため、コミュニケーション不足はチーム医療にとっては、あまり好ましくない傾向と思われ、コミュニケーションをとる良い方法がないかどうか模索する毎日です。

先生方も感じておられるかと思いますが、会議や学会、研究会のやり方も大きく変化しました。現在、医療局全体の会議ではZOOMなどを利用したオンラインでの会議が主流となってきています。オンラインの会議では対面と比べて多少話し合いが難しい場面もありますが、おおむね意見交換は問題なくできており、移動時間の削減や感染対策などのメリットも大きいと感じています。学会や研究会においても最近は現地開催とWeb開催を組み合わせたハイブリッド開催が主流となっており、地方在住の私にとっては専門医更新のための単位取得などWebでの参加のメリットが非常に大きいと感じています。セミナーもしかりで、コロナ禍になる前は気が付かなかったのですが、講義を受けるのに対面やライブでの講義にこだわる必要は全くなく、オンラインで自分の都合がつく時間に視聴することができるのは非常にメリットが大きいと思っています。

このようにコロナ禍となって感染対策など大変な状況にありますが、オンラインの普及など今まで気が付かなかった恩恵にあずかっていることも事実で、あながちコロナ禍がすべてのマイナス面でもないなと考えたりしています。それにしてもコロナ禍が早く落ち着いてほしいと願わずにはいられません。

研修医日記



岩手県立大船渡病院 二年次研修医

安 藤 李 華

これを書いている今は7月。今年は全国的に梅雨明けが早く、6月から暑い日が続いています。発行される頃はお盆が過ぎて、少し涼しくなり過ごしやすい気候となっているでしょうか。夏の真っ只中は、早く涼しくならないかなと思う時もしばしばありますが、いざお盆の時期になると、まだ夏がいいなあと少し寂しい気持ちにもなります。

夏という思い出されるのは、大学時代の部活の夏合宿です。私は自治医科大学の水泳部に所属していました。大学のプールは外プールだったので、毎年真っ黒になるまで泳ぎました。東医体に行くと、肌の色だけで同じ大学かどうか分かるくらいです。肌の黒さ＝どれだけ練習したかと捉えられることもあり、日光浴をして自ら焼いている人もいました。将来皮膚癌にならないか、今はそれだけが心配です。また、夏といえば、ビアガーデンに行ったり、飲み会後にプールに行き泳いだり、河川敷で花火をしたりもしました。たまにふと当時のことを思い出して懐かしくなります。

さて、このまま思い出話をしているとそれだけで終わってしまいそうなので、働き始めてからの話をしようと思います。1年目の4月、6年間過ごした栃木から戻ってきました。知り合いもほとんどいない新しい環境に飛び込んでいくことへの緊張と不安が大部分を占めていました。初めの頃は学生と研修医のギャップに驚きました。ギャップという言葉が正しいかはわかりませんが、カルテの使い方一つとってもそうですし、大学で学んだことが何一つ生かされないような気がしていました。日直や当直を始めるとなおさらそれを実感しました。大学での勉強は試験に受ければいいというスタンスでやってきたので、臨床で活用していくことはとても大変だということがわかりました。また、2年次の先輩方の働く背中をみて、1年後先輩方のようになれるか不安でした。1年働いてきて、少しは成長できているかなと自分では思っているつもりでしたが、1ヶ月たすぎがけで他病院に行っていただけで1年次の後輩がすごく成長していることに焦りを覚えている今日この頃です。時々落ち込むこともありますが、患者さんや家族から「ありがとう」「お世話になりました」などの言葉をもらった時には、もう少し頑張ってみようかなという気持ちになります。また研修医や大学時代の友達と話すことが一番の気分転換になっています。

1年があっという間に過ぎ、研修医生活もあと少しで残すは半年となりました。研修医の同期、先輩、後輩、上級医の先生方、スタッフの方に恵まれて、充実した研修医生活を送れています。運よくとんとん拍子で大学卒業まで進路に困ることなくきましたが、今は来年からの進路に悩まされています。3年目で専門科を選択することは大学受験と同じくらい人生の中でもすごく重大な分岐点だと思います。2年の初期研修の中では全ての診療科をまわることはできないため、自分がまだ知らない世界もあるのではなど考えていてはきりがありません。後悔しないような選択を残りの期間でしたいと思います。

最後になってしまいましたが、気仙地域の先生方には日頃から大変お世話になっております。今後ともご指導ご鞭撻の程、宜しくお願い致します。

● 会員の異動

入 会 会 員

(B会員)

岩 井 直 路 先生 (B会員) 勤務先：陸前高田市国保二又診療所長

(C会員)

荒 屋 禅 先生 平成8年10月31日生 岩手医科大学卒業 県立大船渡病院勤務

内 山 義 崇 先生 平成8年10月29日生 //

佐 藤 美咲紀 先生 平成8年12月27日生 //

千 葉 泰 孝 先生 平成9年3月5日生 //

中 村 天 音 先生 平成7年12月3日生 //

久 野 晴 貴 先生 平成5年1月10日生 //

入会年月日 令和4年4月1日

異 動 会 員

大 津 修 先生 (B会員→A会員)

勤務先：大津医院→大津小児科ファミリークリニック院長

大 津 定 子 先生 (A会員→B会員)

勤務先：大津医院院長→大津小児科ファミリークリニック

異動年月日 令和4年7月1日

退 会 会 員

甲斐谷 徹 彰 先生 (医療法人やまと やまと在宅診療所登米)

退会年月日 令和4年6月30日

ご協力ありがとうございました。 いつまでもお元気でご活躍ください。

●●● けせん医報へのご投稿募集 ●●●

本誌は、気仙医師会の広報誌です。年3回、4ヶ月ごとに発行しております。

会員の皆様や本誌をご覧になられた方からのご投稿をお待ちしております。

セミナーや勉強会、各種医療活動、思い出、エピソード、感想、トピックスなど、ご自身が掲載を望むものがありましたら、是非、ご投稿下さい。お待ちしております。

気仙医師会広報部 部長：吉澤 徹

事務局担当：寺澤、佐藤

TEL：0192-27-7729

FAX：0192-26-2429

E-mail：mail@kesen-med.ne.jp

編集後記

「コロナ禍」で「ストレス警報発令中」にもかかわらず、快く原稿依頼を受諾していただいた先生方にこの場を借りて感謝致します。新型コロナウイルスが出現してから2年半以上になりますが、収束の気配はなく、今回のけせん医報の原稿もコロナ関連のものが大勢を占めました。8月現在、感染爆発の状態ですが、ウイルスは明らかに弱毒性に変異してきている印象（というか強毒性のものは伝搬しにくいので駆逐され、弱毒性のものが選択され生き残るという生物の進化において働く自然選択のようなものでしょうか）ですので、普通のかぜとして扱われる日もそう遠くないかなと個人的には思っております。マスクをつけながらのストレスのかかる診療ですが、もうしばらくワクチン接種を含めたコロナ関連の業務を頑張らしましょう。

<K.I.>

表紙のことば

高田松原海水浴場は津波で全長2キロの砂浜とおよそ7万本のマツが流失しましたが、再生工事を経て去年、海水浴場が復活しました。今年も県内だけでなく宮城県などからも家族連れが訪れ、賑わいました。

（写真提供：村田プリントサービス）