



# たんぽぽ

兵庫県養父市堀畑82番地の28  
森 医 院  
TEL 079-665-0223 FAX 079-665-0635  
http://www2.ocn.ne.jp/~moriin/  
e-mail mori-clinic@fureai-net.tv



## 開院して25年が経過して

但馬に来て28年、ここ養父に落ち着くまでは各地を転々とした。岐阜大学を出て初めての勤務地は神戸市内。しかし長くは続かず山梨県への転勤となった。神戸に住む母は「せ、かく故郷に帰ってきたのに」とか「山梨は都落ち」といって残念がった。説得するため母を甲府まで連れて行き転勤先の院長に会っていただいた。その帰り道、夕日に染まる富士山のあまりの美しさに母と二人でみとれた。あの富士山が母を説得したと思う。山梨で「はいいい仲間にめぐり会え、充実した日々があつ」という間に過ぎて行った。6年が経過し地域の住民とも心を通わせられるようになったが事情で尼崎の病院にまた転勤になった。丁度3人目の子供が生まれ、環境がいいといわれる西宮市に移り住んだ。甲子園球場も近くにあり山梨の片田舎とは違って都会でもあり神戸に住む母も近い。こうして新生活に入ったがやはり長く続かなかつた。その理由はまた別の機会に話すことにしよう。こうして28年前、女房の故郷である養父に家族5人でやって来た。皆さんには悪いが「ど田舎」である。都会で大きくなつた私にはびっくりさせられることの連続であつた。たとえば「今から麻雀に行くので勝てるよう肩の注射をしてくれ」と夜間時間外に来院するとか、でも地域の人たちの素朴さ、辛抱強さ、自己犠牲をいとわない気質には共感した。直営診療所を3年預かり25年前、森医院を開院した。幸運にも有能な職員たちにめぐりあえ、今日を迎えることとなった。

あつという間の出来事のようにあるが思い出は多々ある。10年前にはハワイ・ホナルル社員旅行を敢行した。参加職員の数以上が今も私を支えてくれることがうれしい。しかしなんといっても47年1月17日の阪神淡路大震災は衝撃的で

あつ。進学のため女房と3人の子供はその頃、神戸灘区に住んでいた。1月15日、16日は祝祭日の連休で私も家族一緒に神戸で買い物や食事を楽しんだ。16日の深夜、正確には17日AM2:00ごろ養父の自宅に到着し、うとうとしかけたAM5:47あの大地震が起きた。直後は電話が通じ家族の無事を確認し再び眠りに就いたが女房から電話による状況報告が入り何度も起こされた。高台から見ると何か所も火の手が上がっているのに消防や救急のサイレンさえ聴こえない。気味が悪いぐらい静かであるという。私はTVをつけてみた。NHKも民放も何事もなかつたかのようないつもの放送である。被害情報さえ発信できないほど神戸は大変なことになるなと直感した。

あの震災で得た教訓を共有し今後に生かしたい。1925年の北但大震災から85年。但馬でも震災の危機が迫っていると考える。電気・水道・ガスは止まる。交通網は寸断されるから数日間には救援を期待できない。夏であれば食料・水は腐るし冬であれば凍えてしまう。病院に行けたとしても医師や職員が出勤できない状況が続くため医療医薬供給もストップする。そのため服用している医薬品は最低一週間分備蓄しておく必要がある。残薬が2~3日分になってから薬をとりに来られる方がいるが、命にかかわるお薬やインスリン注などは常に余裕を持って有事に臨んでいただきたい。震災が起されれば各地から救援ボランティアが湧き出してくるだろう。当時私も御影高校に設置された救護所で「医療ボランティアを経験した。しかし救護所のあり合わせの薬では患者さんの体に合わない場合がある。特に慢性疾患で通院されている方はかかりつけ医療機関で処方されている薬が一番である。そういう意味でも被災された地元医療機関の再開支援が欠けていたと反省している。行政主導による避難訓練もいいが被災地の医療機関、薬局、食料品店、運輸運送など住民生活に直結する拠点事業所を素早く再開する。それが二次被害を最小限にとどめるため必要と考えるが県の防災計画にはまだ見当たらない。今後も機会あるごとに危機管理を提案していきたい。」

**テレホンサービス**  
☎ 通話料無料 0120-979-451  
(携帯電話からはご利用いただけません)

《7月のテーマ》

月曜日	閉経後の性生活
火曜日	スポーツで歯を失わないために
水曜日	自動車事故による外傷性頸部症候群
木曜日	勃起不全(ED)とバイアグラ
金土日	旅行のときの注意点 一特に病気をお持ちの方へ

《8月のテーマ》


月曜日	子宮頸がんの予防ワクチン
火曜日	失明につながる眼の病気
水曜日	コレステロール値が高いと言われたら
木曜日	尿路系の結石について
金土日	医療費明細書と診療報酬

祝祭日は前日の放送が流れます。  
http://www.hhk.jp/  
(過去の放送分も掲載しています)

**職員紹介**

オカズヨ

- はじめまして看護師の岡和代です。久しぶりに地元但馬に帰って来ました。患者さんとのふれあいを楽しみに毎日遠くから通い頑張っています。
- 人なつこい笑顔と働き者で家族思い、自ら田んぼや野菜作りもこなす一面もあり、気軽に声をかけてあげて下さいね。  
愛称=オカちゃんです。



院長

# 心房細動と脳梗塞の関係

心房細動は、加齢と共に増えてくる不整脈で、心拍の間隔が乱れる疾患です。心臓が不規則な動きをすると、心臓の中で血液がよどみ、血栓(血液の塊)ができてやすくなります。この血栓が脳に運ばれ脳血管を詰まらせると脳梗塞を引き起こす事になります。今や脳梗塞の30%が心房細動によるものと言われ、読売巨人軍の長嶋名誉監督、小淵元首相が患った脳梗塞がこれです。心房細動を原因とする脳梗塞は、脳の太い血管を詰まらせることが多く、重症例もあり注意が必要です。

## 治療

心房細動の合併症を予防するためにワーファリンという薬剤を用いた抗凝固療法を行います。これは心臓や血管の中に血栓を作らないように行われる療法です。ワーファリンの投与量が多すぎると出血、少なすぎると脳梗塞の危険性の増加につながります。よって必ず医師の指示量を守る必要があります。

出血と凝固のバランスは患者様ごとに異なり、また同じ患者様であっても、普段の食事内容等によって異なっているため、ワーファリン服用中の方は薬剤効果を判定するために定期的に血液凝固能力測定をすることが必要となります。



## 脳梗塞を予防するための十か条

- 一、手始めに高血圧から治しましょう
- 二、糖尿病放っておいたら悔い残る
- 三、不整脈見つけ次第お急診
- 四、予防にはタバコを止める意志を持つ
- 五、アルコール控えめは薬 過ぎれば毒
- 六、高すぎるコレステロールも見逃さない
- 七、お食事の塩分・脂肪 控えめに
- 八、体力にあった運動続けよう
- 九、万病の引き金になる太りすぎ
- 十、手足のしびれ気がすればすぐに病院へ

## 新しい機械の紹介

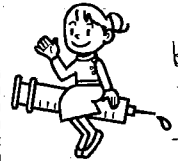
**CoaguCheck XS (コアグチェックXS)**  
血液凝固能力測定機です。院内でわずか血液で即座に(約1分)測定結果が分かります。その結果からの的確な薬剤量の決定、調整をすることができます。

## 開院当初からの職員より

『25年をふり返って...』  
25年前...残暑厳しい8月下旬の昼下り、汗をかきかき開院の準備に追われていた頃が懐かしく思い出されます。当時は、医療人としてまだ新米でしたが、院長や仲間と一緒に一から医院を造りあげていく喜びは、その不安を大きく上回っていたと記憶しています。この25年、様々なことがありましたが、何よりも院長が健康で常に力強い決断力をもって私達をひっぱって下さったこと、そして、あたたかい仲間に支えてもらったことに心から感謝しています。これから患者さん一人ひとりを大切に、一番身近で安心でき納得できる医院であるよう努力していきたいと思っております。

エレガンス、スマートの言葉が似合う西垣 真寿美(せん) 職員みんなが信頼をよせる存在です。

25年前...残暑厳しい8月下旬の昼下り、汗をかきかき開院の準備に追われていた頃が懐かしく思い出されます。当時は、医療人としてまだ新米でしたが、院長や仲間と一緒に一から医院を造りあげていく喜びは、その不安を大きく上回っていたと記憶しています。この25年、様々なことがありましたが、何よりも院長が健康で常に力強い決断力をもって私達をひっぱって下さったこと、そして、あたたかい仲間に支えてもらったことに心から感謝しています。これから患者さん一人ひとりを大切に、一番身近で安心でき納得できる医院であるよう努力していきたいと思っております。



ピンク色大好き、永遠の少女 津崎 定子(つざき)さん。とってもたよりがいのあそ看護師さんです。



花の独身で就職し、その後結婚・子育て...気付くと子どもは成人式を迎え25年の歴史を感じます。院長はじめ多くの仲間に助けられ励まされ、そして(数日休んだだけで)何かあったのかと心配して声をかけて下さる患者の皆様を支えられ今日に至りました。本当に周りの全ての方に感謝!!です。その気持ちを忘れず心にゆとりをもって、私らしく残りの人生を生きていけたらと思う今日この頃です。



おっとり女性らしい 大森 郁子(おもり)さん。体が丈夫で開院以来、一度も病欠したことがありません。

## 編集後記

発行第100号を迎えました。皆様より「毎号イラストに綴じています」「楽しんでいます」等の声をいただき、ありがとうございます。パソコンが普及した今も、心のこもった手書きにこだわって作っています。今後とも、職員一同よろしくお願ひ致します。



開院の頃は、思う様に仕事が出来ず、迷惑をかけていました。先生から「患者さんは家族だと思いなさい」と助言を受け、それから私の意識も変わりました。患者さん、先生、スタッフ、家族に支えられ25年勤める事が出来ました。これから温かい血のかよった対応を心がけ、さらに森医院が地域の方に求められる様、精進したいと思っております。