



# にいがた 内科医会だより

令和5年度  
春号 No.10  
令和6年3月15日  
新潟市内科医会

## 幹事のひとこと

### 感染症医からみた見た新型コロナウイルス感染症の5年間

広報部 鈴木 紀夫

2019年12月、中華人民共和国武漢を起源とする新型コロナウイルス感染症は、瞬く間に、世界中に広がり、予防も、診断も治療法もなく、重症の間質性肺炎で著名人が亡くなったりで、日本中、世界中が、パニック状態になりましたね。

新潟大学第二内科感染症班出身の私にとっては、やはり、大いに関心があり、しかも、恐らくコロナウイルス起源と知って、SARSウイルスに近いウイルスなんだろうと考え、ウイルス学の本を読み返したり、インターネットの情報を見たりして情報を、かき集めました。そもそもコロナウイルスは、日本風邪ウイルスの10%位を占める、ごく一般的なウイルスであり、そんなに怖いウイルスという認識は、なかったのですが、SARSも、ナイル熱も、コロナウイルスの突然変異であったので、今回もそうではないかと思いましたが、どうも人為的な変異らしい事がわかりました。

そもそも、ウイルスには、RNAウイルスと、DNAウイルスがあり、人間に感染するウイルスは、多くがRNAウイルスであり、コロナウイルスもRNAウイルスです。

RNAウイルスは、二本鎖RNAウイルスと、一本鎖RNAウイルスがあり、一本鎖RNAウイルスでもプラスとマイナスがあり、コロナウイルスは、一本鎖プラスRNAウイルスです。一本鎖マイナスRNAウイルスは、RNAポリメラーゼが阻害されるとウイルスの複製が出来ませんが、一本鎖プラスRNAウイルスは、RNAポリメラーゼが無くても、ウイルスの複製が可能です。アビガンは、RNAポ

リメラーゼ阻害薬なので、薬理的に、効果がないはずですが、一時、効くとか言われて、効くわけないでしょうと、思っていました。

PCR検査も、当時は、他の検査がなかったのに、かなり普及しましたが、PCR検査は、そもそも、迅速診断するものではないので、抗原検査ができるようになるまで、待つしかないと考えました。このように得体の知れない、未知のウイルスに対して、果敢に挑んだ発熱外来の先生方には、頭が下がります。その後G型と呼ばれた、致死的新型コロナウイルス感染症がヨーロッパを中心に、北米、南米においても、大流行しました。幸い、日本は鎖国状態だったので、日本での流行はなかったようです。ウイルスは、基本、変異すると、後戻りはしないので、もう致死的新型コロナウイルスはありません。診断も治療も出来ないで、普通外来していましたが、オール新潟で立ち向かうという事で、直接、患者さんを診る事のない、オンライン診療が始まったので、当院も、協力医療機関として参加。成人在宅療養、ホテル療養、小児在宅診療当番などで、オンライン診療。顔も名前も知らない患者さんと、電話診療。1日拘束されるので、結構、しんどい状態でした。

その頃より、新型コロナウイルス感染症の抗原キットが発売されたので、ようやく、当院でも、検査可能となったため、発熱患者さんも、診察開始。当初は、N95マスク、キャップ、ガウン、手袋、ゴーグルの完全装備で、主として、自院の駐車場にて、ドライブスルー検査。陽性だった場合は、会計、薬も車で行い、そのまま、在宅療養としました。

夏は暑いし、冬は寒いし、かなり大変でした。ウイルスの変異は、一般的には、10回くらいで、元のウイルスに戻ると言われています。オミクロン株の段階でおそらくは、元々のコロナウイルスに戻って来た感じで、肺炎のリスクも、ほとんどない感じですが、当院では、発熱患者さんはできうる限り、隔離して、現在も診察しています。

昨年5月からは5類になりましたが、まだまだ、患者さんはいますし、ウイルス干渉が、多分、なく

なったので、昨年から、インフルエンザも流行しています。

当院では、抗コロナ薬は、ほとんど使用せず、抗生物質と解熱鎮痛剤、鎮咳薬などで、治療していますが、幸い、全例、軽快しています。

以上、思いつくまま、この5年間を振り返りましたが、とにかく、マスコミに翻弄され続けられた5年間だったなあという感じです。

## 幹事のひとこと

### 新潟市内科医会幹事就任と私の働き方改革

広報部 村山 悟

村山内科の村山悟です。この度幹事の阿部行宏先生から推薦され新潟市内科医会の新幹事となりました。よろしくお願ひ致します。

父が新潟駅前日本生命ビルに「村山内科」を開院したのが、私が1歳の時でした。1998年（平成10年）に昭和大学医学部を卒業し昭和大学第一内科で糖尿病専門医を取得。父と同様に開業医として地域医療に携わること、大好きな新潟で子供を育てることを希望し、新潟に帰郷しました。「村山内科」を継承することになったのが2007年（平成19年）10月、34歳の時でした。それから16年が経ち、昨年50歳を迎えました。糖尿病が専門ではありませんが、近隣の先生方のお世話になりながら一般内科医として診療しております。

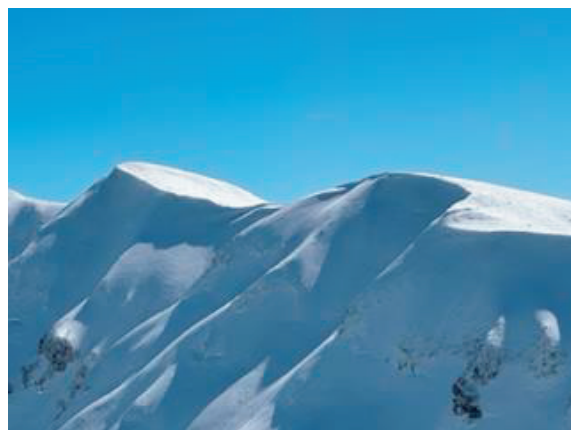
私は新潟駅前の万代地区に開業している立地上、

多くの企業の産業医として仕事をしています。2019年に施行された政府の働き方改革で多くの企業が対応に苦慮している現状をみております。各企業が職員の時間外労働を削減し、業務の効率化を図り、会社の利益を維持することで2024年問題を解決できるか、産業医として助言も行いながら見守りたいと思います。また同時に、主に勤務医が対象となりますが、医師の働き方改革も2024年4月から施行されるため、各病院や事業者は対応に追われていると思います。この改革により、ますます勤務医の人員不足が深刻化することが懸念されますが、勤務医の時間外労働の削減は非常に大事なことです。この難しい課題が解決することを期待したいと考えております。

私は50歳を機に、私自身の働き方改革を考え始



巻機山スキー・山頂から滑走



冬の守門岳

めています。仕事が疎かにならないように仕事とそれ以外の自由な時間の両立をどのように上手く行っていくか、難しい課題です。今私が実行しているのは休日を増やし、自分で決めた休日は可能な限り仕事から離れることです。もちろん急患や溜まった仕事があればその限りではありませんし、遊んだ分、仕事の日には時間外労働が増えてしまいます。しかしメリハリをつけて生活することが心の余裕を生み充実した日々を送れると思います。

現在は所属する新潟山岳会で副会長兼企画部長を務めており、遊びの中心は山です。山での遊びは様々で、登山はもちろん冬はもっぱら山スキーに明け暮れ、夏は沢登りやクライミングを楽しんでいます。さらに溪流釣りや山菜採りなど山での遊びの幅を広げて行きたいと考えています。静かな山の世界に佇んでいると仕事のことを忘れ、気持ちが落ち着き、ストレスから解放されます。特に山スキーで登

る雪山は格別です。最近バックカントリーでの山スキーをスキー場のコース外滑走と混同され批判的となっていますが、山を知らないマスコミ記者の誤った表現が誤解の原因となっています。山スキーは雪山を登る大事な手段でもあるのです。仕事と山での活動の両立。そんな生活を今後も続けて行きたいです。

この度内科医会の幹事となりましたので、微力ながら出来る限り協力して行きたいと思います。昨年12月14日に開催されたのぶ皮膚科の佐藤信之先生に御講演頂いた学術講演会は素晴らしい講演会でした。内科医として他科の先生方との交流は必要不可欠だと思いますので、このような他科の先生による講演会を増やしていければと期待しています。そして会員が増え、新潟市内科医会がますます発展することを願っております。

## 幹事のひとこと

### 土用のこと

会計部長 八木澤 久美子

土用丑の日と言えば夏、鰻を食べる日、そう思いつく人が多いと思います。じつは土用は土旺用事の略で土がさかん（旺）になり用事をするという意味です。そして土用は春夏秋冬すべてにあります。立春、立夏、立秋、立冬の直前、期間もそれぞれ18日間もあります。例えば春土用は4月16日から5月4日までです。この間は土をいじらないこと、また新たに物事を始めたり、移動したりすることは避けた方がよいとされます。半分迷信かもしれませんが、しかし、気温が上昇し土の中の土壤細菌が活発になったりするだろうと考えると、不必要な農作業は感染症予防のためにも避けた方がよさそうです。昔は医療従事者が少なく医薬品も不十分でしたので、季節に応じて日々の生活の中に疾病を防ぐ工夫があったのでしょう。なるほどなあと感心することしきりです。ちなみに夏土用は7月20日頃から8月7日頃まで、一番気温が暑くなるころと一致します。

秋土用は11月20日頃より12月9日頃まで、気温が急激に低くなる時期、冬土用は1月17日頃から2月3日頃まで、一番気温が低い時期と一致します。いずれも養生して過ごした方がよい時期です。昔の人々の自らの健康を維持する知恵の一つだと思います。

話は変わって、私事ですが大学を卒業してから36年が経ちました。「全身を診れる」医師になりたいと迷わず内科を選びました。難しい症例に出会えば謎を解き診断をする楽しさ、治療をしてめきめき具合がよくなっていく患者さんを診る喜び、一緒に闘っていく患者さんとの一体感、一方で最期をお看取りした時知る命の尊さ、と内科の奥深い魅力にどっぷりつかっています。今風に言えば「内科沼」にはまってしまいました。不謹慎ですがこんなに楽しい職業はない、とさえ思っています。開業してからは患者さんの生活全般を見させていただくのみな

らず、ご家族のことも考えなければならない、という責任の重い仕事だと改めて思いました。私ごときは研修医に毛が生えた程度の力量不足の医師です。まだまだ勉強が足りません。人間的にも人格を高め続けなければなりません。死ぬまで勉強だと考えている日々です。

さてこのたび歴史ある新潟市内科医会の広報部長を7月1日より拝任いたします。恐れ多いことと感じております。年に2回発行される内科医会だよりの作成が主なる仕事です。会員の先生方のご意見をもれなく取り入れて紙面作りに反映いたします。なにとぞご指導をよろしくお願いいたします。

## 学術講演会開催予定

開催日程	会場 等
令和6年 3月21日(木)	新潟グランドホテル5階「波光」(Web配信併用)
4月18日(木)	新潟グランドホテル5階「常盤」(Web配信併用)
5月18日(土)	【総会】新潟東映ホテル
6月20日(木)	イタリア軒5階「トリノ」(Web配信併用)
7月18日(木)	会場未定 (Web配信併用予定)
9月19日(木)	会場未定 (Web配信併用予定)
10月17日(木)	会場未定 (Web配信併用予定)
11月21日(木)	会場未定 (Web配信併用予定)
12月19日(木)	会場未定 (Web配信併用予定)
令和7年 2月20日(木)	会場未定 (Web配信併用予定)
3月20日(木)	会場未定 (Web配信併用予定)

※予定は変更となる可能性があります。最新情報はホームページでご確認ください。

### 新潟市内科医会のホームページを作成しました

入会のお手続きや、学術講演会の予定、にいがた内科医会だよりのバックナンバーを掲載しています。ぜひご覧ください。

<https://www.niigata-naika.com>



### にいがた内科医会だより 令和5年度春号 No. 10

発行日：令和6年3月15日

発行：新潟市内科医会

〒950-0914

新潟県新潟市中央区紫竹山3-3-11

新潟市総合保健医療センター5階（新潟市医師会内）

URL <http://niigata.japha.jp/>

TEL 025-240-4131 FAX 025-240-6760