



にいがた 内科医会だより

令和3年度
秋号 No.5
令和3年10月15日
新潟市内科医会

随筆

スピリチュアルケア

会計部長 阿部 行宏

コロナが蔓延している中、今まで亡くなる時は病院でよかったものが、病院での面会制限もあり、自宅での看取りを希望する方が増えている印象があります。また、このコロナを機に、有名人が亡くなったり、入院して後遺症も残ったりしている方の報道もあり、死や病というものが以前より近くに感じられるようになりました。

死に際して、緩和ケアの考えの中にスピリチュアルペインというものがあります。なんだか宗教的でちょっと構えてしまうかもしれませんし、なかなかスピリチュアルというものは日本ではなじまない単語で理解が進んでいません。

村田理論では「将来の喪失」、「他者の喪失」、「自律性の消失」をスピリチュアルペインとしています。より簡単に言うと本来、人は考えたり感じたり、感情を持ったりして意思を決め、その先に何かの願いが存在していると思います。希望や夢と言い換えてもいいかもしれません。病を患い、その先の希望や夢が叶えなくなった時に感じる痛みをスピリチュアルペインといってもいいでしょう。

その痛みに対し、どのようにケアするか？ですが、それにはいくら医学的な情報を与え、現実の説明をしてもケアにはならず、その情報をもとにその人なりの価値観を引き出し、新たな希望や夢を再構築することがケアにつながります。そのためには傾聴という技術が必要となりますし、これは時間がかかるものです。

それぞれの患者は様々な病を患い、死に直面せずとも、そのたびにその方なりのスピリチュアルペインを感じていることでしょう。また、以前と違い様々な情報がネットを介して得られるようになっており、情報過多となっています。デジタル化、DX、AIなどの言葉が飛び交っていますが、情報だけでなく、町医者としてその人の価値観を認め医学的には正しくなくてもその価値観に沿った医療の提供が今後望まれると思います。

医師数の少ない新潟において、医師がすべてを行うわけにはいきません。その人に関わる様々な方にスピリチュアルケアを少しでも行っていただくことにより救われることがあるのではないのでしょうか？そのためには連携が必要です。ぜひ医療だけでなく介護へつながるために、それこそICTの利用が望まれます。

また、臨床宗教師やスピリチュアルケア師とうい方々もいるようです（お会いしたことはないのですが・・・）そのような方々との連携も模索してみるのも良いかもしれません。

「気候と体調不良について考える。」

八木澤 久美子

新潟市西区に診療所を開業してから早 7 年が経ちました。勤務医だった頃にはわからなかったことで気付いたことがいくつかあります。季節の変化に伴って患者さんの訴えも変化するというのもその一つです。以前は病気そのものしか注目していなかったですし、患者さんとの会話内容は疾患に関わるものだけでした。診察時間も限られており、お互い余計なことを話さなかったのでしょう。

開業医になると少しは時間的に余裕ができ、患者さんと雑談に花が咲くこともしばしばあります。そこで気づいたことですが、季節によって訴えが違うのです。今頃気づいたの？と諸先輩方は思われることでしょう。若輩者の私ですが気づいた事をいくつかご紹介します。夏の暑さに弱い人が想像以上にいる。冬の寒さに弱い人も想像以上にいる。高齢者の中に暑さ寒さを全くとっていいほど感じない人がいる。クーラーを使い始める時期にアレルギー症状を訴える人が増える。春先や秋になりかけの時期に、不定愁訴が一気に増える。毎年同じ時期にめまいを起こす人がいる。たとえば春秋に喘息が悪化する等は内科医ならば誰でも知っていることでしょう。ですが、それ以外にも季節にかかわる体調不良は私の予想をはるかに超えて多かったです。

そもそも日本には四季があります。このようにはっきりした四季があるのは珍しいことだそうで、英会話教室の英国人に聞くと英国にも四季はあるが日本ほど違いが大きくはないとのことでした。考えてみれば春夏秋冬と別々な国に旅行に出かけて行くがごとく、温度湿度天気が変わります。加えて短期間での変化です。これでは体調管理が難しいわけです。ことわざを調べてみると季節と生活にかかわるものが多く驚きますし、それらは日常生活に生かします。たとえば、「春先は三寒四温」、「暑さ寒さも彼岸まで」、「春眠暁を覚えず」、「秋の日はつるべ落とし」、「冬至冬中冬はじめ」などです。

さて、私はこの四季折々の変化が大好きで季節ごとに保存食を作って楽しんでます。保存食作りは先人たちの知恵の結晶です。日本の日々の生活を過ごしやすくする工夫に満ちています。例を上げます。大寒に味噌を仕込むこと。春野菜や山菜を乾燥させたり、塩蔵させたりして保存すること。梅雨時期の梅仕事、梅雨明けに梅干しを土用干しすること、味噌も梅干しも一年中食します。塩分補給、クエン酸を取ることなどで体を整えます。年末にむけて大根を干して沢庵漬けを作ること、それ以外にも漬物作りをしますが冬場の食料保存です。これらはいわゆる季節の手仕事というものです。季節の豊かさを感じることができます。日本に生まれてよかった、と思う瞬間でもあります。季節の変化はデメリットもメリットもあるのです。年を取るにつれ、季節の変化への順応が難しくなってきたと感じます。昔の人のお知恵を拝借しながら元気に生きていこうと思います。患者さんたちにも健康面の話のみならず生活の工夫もシェアしていけたらいいなと考える今日この頃です。

『ある日突然』

総務部長 岡田 潔

タイトルは、1969年トワ・エ・モワのヒット曲です。

『令和3年8月3日突然』菅総理大臣は、新型コロナウイルスの医療提供体制をめぐり、重症患者などを除き「自宅療養を基本」する方針をまとめました。

唐突なニュースでしたが、その後のテレビ報道を観ていると、日本医師会にはもちろん何の相談もなかったようで、中川俊男会長は「自宅療養への急激なシフトは患者さんにも、医療現場にも大きな負担をもたらす」と懸念を示しました。それどころか政府の新型コロナウイルス感染症対策分科会の尾身茂会長も、入院対象を重症者に絞り込む政府の方針転換について、事前の相談がなかったことを明らかにしました。その後、田村憲久厚労相が「病床のオペレーションの問題なので政府で決めた。(今春の第4波で)関西で中等症の重い人が病床に入れなくなったが、その状態になりつつある」と、慌てて東京の現状を説明しています。政府は東京しか視野に入っていなかったようです。それだけでなく、与党にも事前通告はなかったようで、自民党も「党として受け入れられない」として、政府に対して撤回を申し入れる方針を固めました。完全に内閣の独断だったようです。

個人的には、一国のリーダーがトップダウンでリーダーシップを誇示することは、このような国難においては極めて重要で、有効性の高いパフォーマンスだと思います。しかし、その後首相は「東京や首都圏など爆発的な感染拡大が生じている地域が対象であって、全国一律ではない」と強調しました。事実上の方針変更です。トップダウンまではよかったですのですが、トップが、ぶれるのは見苦しいですね。

新潟市内科医会も、新潟市医師会とともに新型コロナ対策に協力体制を維持していきたいです。現時点では宿泊・自宅療養を現在約20名の開業医で担当しています。10月以降、年末年始を含む当番制の維持のため、少しでも多くの先生がたに、追加でのご参加をお願いしたいです。ご協力いただける先生がたのご負担を軽減できるよう、日々新潟県医療調整本部と協議中です。具体的には「誰でもいつでもどこでも携帯一台で対応可能」が目標です。今後も随時申し込みは可能となっておりますので、ご参加を検討されている先生は医師会事務局までご相談ください。

原稿募集

「にいがた内科医会だより」の原稿を募集いたします。

タイトル、内容は随筆、趣味、映画、音楽、本、グルメ、学術など、お好きなジャンルでご投稿ください。

文字数は400～1,000字程度で、画像の掲載も可能です。

学術講演会開催予定・実績

開催日程	会場 等
令和 3年 4月 8日 (木)	新潟グランドホテル及び Web 視聴システム
4月 17日 (土)	【総会】新潟東映ホテル
5月 20日 (木)	ホテルオークラ新潟4階「コンチネンタル」及び Web 視聴システム
6月 17日 (木)	ANA クラウンプラザホテル新潟3階「飛翔 (西)」
7月 15日 (木)	ホテルオークラ新潟4階「コンチネンタル」及び Web 視聴システム
8月 19日 (木)	新潟グランドホテル3階「悠久」及び Web 視聴システム
9月 16日 (木)	ホテルオークラ新潟4階「コンチネンタル」及び Web 視聴システム
10月 7日 (木)	新潟グランドホテル5階「常盤」及び Web 視聴システム
10月 21日 (木)	新潟グランドホテル3階「悠久」及び Web 視聴システム
11月 18日 (木)	新潟グランドホテル及び Web 視聴システム
12月 2日 (木)	ホテル日航新潟及び Web 視聴システム
令和 4年 1月 20日 (木)	会場未定 (Web 視聴システム併用予定)
2月 17日 (木)	会場未定 (Web 視聴システム併用予定)
3月 17日 (木)	会場未定 (Web 視聴システム併用予定)
4月 7日 (木)	会場未定 (Web 視聴システム併用予定)
4月 23日 (土)	【総会】新潟東映ホテル

※予定は変更となる可能性があります。最新情報は事務局までお問い合わせください。

お知らせ

新潟市内科医会のホームページができました。ぜひご覧ください。

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



にいがた内科医会だより 令和3年度 秋号 No. 5

発行日：令和3年10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