

創刊号



そよかぜしんぶん

NO. 1 2004. 2

そよかぜ新聞創刊によせて



今回初めてそよかぜクリニックから新聞を出すことになりました。その名も「そよかぜしんぶん」です。医学的な話を分かりやすく解説したり、患者さんからお話をいただいたり、スタッフからの一言があったり、当院からのお知らせがあったりと、わいわいにぎやかにできればと思っています。新聞で取り上げてほしい話題等あれば、スタッフに申し付けて下さってもよろしいですし、八角形の待合室に置いてあるポストに入れてもらっても良いです。

< あるお医者さんと患者さんの会話 >

検診の結果について

医者：「血圧も高いし、コレステロールも高いですね。お薬を飲んだほうがいいですよ！」

患者：「えー、今は何の症状もないし、調子いいんですよ？」

医者：「血圧が高いまま、コレステロールが高いままにしておくと、心筋梗塞や脳卒中になる可能性が高くなりますので、・・・」

患者：「お薬はあまり好きではありません。」

医者：「どうしてですか？」

患者：「副作用があるでしょう？」

医者：「それはありますが、副作用をできるだけ出さないよう、出ても軽くすすむようにするのが医者の役割です。」

患者：「いや、副作用が少しでもある限り、お薬はいやです。」

医者：「そうですか。お薬でコントロールしたほうがいいのですがね。じゃ、塩分を控えて、卵、スジコ、タラコ、などを控えて、お野菜をたくさん摂って下さい。」

患者：「えー？私は辛いものが好きなんです。塩辛くないと食べた気がしないんです。卵も大好きで毎日食べないと力が出ないんです。」

医者：「困りましたね・・・」

患者：「お薬も使わず、食事好きなものを食べてもいいようにして、血圧とコレステロールを治してください。」

医者：「・・・・？」

この患者さんは医師に何を望んでいるのでしょうか？

生活は変えたくない。薬も飲みたくない。

この医師にこの患者さんが治せるのでしょうか？

医者は魔法使いではありません。

このような会話の中には、いくつかの現在の医療の問題が隠されています。

一つは、医療と言うものが治療の医療から予防の医療へと変化してきています。したがって、**症状がなくても薬を服用して治療して、将来の病気を予防するという考え方**になっていきます。

二つ目は、お薬の副作用の問題。副作用という言葉が一人歩きしています。実際はどういう現象を副作用と言うのか？悪いイメージしかないようです。しかし、**副作用のない薬はこの世の中にひとつもありません。副作用が出ないようにして、いかにお薬と上手に付き合うか？これが大切です。**副作用のないお薬しか飲まないと言う事であれば、飲めるお薬はこの世の中にひとつもありません。

三つ目は、医療、医者に対する不信感の問題。これは一部の医者が目に余る診療をしていることによって、まじめにやっている医者が迷惑しています。**どうせかかるのなら、信頼できるお医者さんにかかりましょう。**見分け方は、またの機会にお話します。

四つ目は、患者さん側の問題。「**自分の健康は自分で守るしかない**」と言う事実を目をそむけていること、「**自分で努力をしないと自分の健康は守れません**」と言うことです。そのためには、少しは医療のことを勉強しないとイケない！変な健康テレビだけでは間違った知識しか入りません。**気軽に医療の事を尋ねられるお医者さんを見つけましょう。**

この中で、皆さんが一番気になっていることはきっと副作用でしょう。

今回は医薬品の副作用の話をしませぬ。(そよかぜクリニック 院長：桐山健)

うれしいお便り

私のリハビリ「治療」についての感想

加齢とともに体のどこかに痛みなど異状を感じる事が多くなっていますが、老化の証なのでしょう。

諫早の久保さんのお宅をお訪ねした時のこと、「平成14年9月」膝を痛め、痛みを我慢していた家内に「膝をどうかなさいましたか」と、奥さんに尋ねられ、「膝が痛くてお膝が出来ないんです、歳ですかね」と笑いながら家内がお答えしておりましたが「それはいけません、私が良い病院を紹介しますからすぐ行ってみませんか」と奥さんに勧められ、そのご縁で諫早そよかぜクリニックをご紹介して頂き、それ以来今日まで家内共々何かとお世話になっております。ご紹介を頂き翌日早速病院を訪ねました。郊外の静かなところですぐに分かりました。

受付を済ませて待つ間、院内を拝見して感じたことは、私がイメージしていた病院とは少し違った感じのする病院で病院らしくない病院だなあ、と思ったのが私の第一印象でした。

患者さんの待合室がとても明るくゆったりとして「八角形の部屋」何処からでも光が射しこむ設計になっていて、天井が高く瀟洒な応接室といった感じで、またトイレも広く明るく清潔で、板張りの廊下もピカピカに磨き上げられスリッパ無しで靴を履いた儘でよいことは、高齢者にとっては特に有り難く、細かい気配りが感じられました。

来院の目的は家内の膝の治療でしたが、元々私も辛い肩の痛みがありましたのでこの際、私も肩、腰の治療をお願いすることにし、また骨粗鬆症の検査も同時にお願ひしましたが骨粗鬆症の心配はないとのこと安心いたしました。

何でも気軽に対応してくださる院長先生には何でもうち解けて遠慮なくご相談でき、つい我が儘を言ってしまいます。

また看護師の皆様方には特に、リハビリなど一方ならずお世話になりご迷惑をおかけしておりますが、いつも笑顔で優しく接して頂き、ときどきはお話もできて和気藹々とした雰囲気は私ども患者の心のケアともなって気持ちを和ませてくれます。感謝の気持ちで一杯です。

ウォーターベッド、ガリレオ、電気機器など優れた医療機器と、スタッフの皆様方のお陰で家内の膝の痛みも殆ど癒くなり、お膝もできるようになりました。私も30年来のひどい肩の痛みが完全に治りました。

少々時間はかかりましたが「約8ヶ月」は、かかったかと思ひます。何事も継続することの重要さを痛感いたしました。

「歳月は人を待たず」とか、早いもので私も定年後20年になりました。今の私の仕事は、ひたすら健康作りが自分の仕事だと心得え、また確信しております。健康で好きなゴルフを何時までも続けることが出来るよう、健康作りに一生懸命頑張るつもりでいますので、院長先生をはじめ看護師、事務の皆様方にはこれまで以上にお世話になり又ご迷惑をおかけする事と思ひます。今後とも宜しくご指導をお願いいたします。

長崎市 松尾憲一郎 様

☆スタッフの紹介☆

いつも元気に明るくおしとやかに？の新米眞名子です。どうぞよろしくおねがいします。

黒瀬です。
こんにちは。
よろしく。

こんにちは。江島です。今年の目標は、風邪をひかない事です。気軽に声をかけてくださいね。

富尾です。いつも笑顔をモットーにがんばりたいと思います。よろしくお願いします。



受付の田浦です。皆さんの会話を大切に、楽しく明るくがんばります。よろしくお願いします。

受付の船津です。これからも元気にがんばりますので、よろしくお願いします。

吉田です。毎日、楽しくお仕事しています。皆さんにとっての“癒しの場”をつくれたらいいなと思っています。

< 診療時間のお知らせ >

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前 9:00~12:30							休
午後 3:00~7:00			休				休

< 受付からのお願い >



月初めの、保険証の提示をお願いします！！

