

平成 20 年 2 月 1 日発行  
第 127 号

# 康寿診報

編集／発行 医療法人社団 康寿会 加藤内科医院

〒421-0301 静岡県榛原郡吉田町住吉 303-1

Tel : (0548) 32-0701 緊急用 : 090-1758-1712 Fax : (0548) 32-1280

## 「正しい決断を求めて④ - 関心を持ち どげんかしよう -」 — “Who cares?” ではない “Gotta do somethin’.” だ—

人種・世代・時世などにより、マナーの基準や許容範囲は異なるのであろうが、深夜人気の無い交差点の赤信号を待つのは日本人だけである。また 電車・バスでの携帯電話に目くじらを立て「マナーが悪い」と言うのは日本人の感性である。

江戸時代の公共マナーとして「江戸しぐさ」がある。狭い道ですれ違う人同士が、互いの傘を外側に傾け、相手に触れないようにする「傘かしげ」。狭い道ですれ違う人が互いに肩を引いて、ぶつからないようにする「肩引き」。乗り物などで、こぶし1つ分腰を浮かせて座席をつめる「こぶし腰浮かせ」。足を踏んだ人だけでなく、踏まれた人も「こちらこそ、うっかりしました」と言う「うかつ謝り」。見ず知らずの他人に対しても、さりげなく目であいさつする「会釈のまなざし」。日本人の行動 そして哲学には、本質的に思いやりが根付いていたと思う。

自信の無い、威厳の無い人が多いから、マナーに反する行為をしている人がいるときに、自信を持って注意が出来ない。むしろマナー違反すれすれでプレーして、社会的・経済的に優位になることを、競って目指そうというような風潮。注意できないのは「反論されたり、暴力をふるわれたりするかもしれない」「他人のことに口出しすべきでない」「自分が我慢すればすむことだ」など、面倒に巻き込まれたくなく、他人への干渉を避ける意識が根強く存在することが理由のように思われる。

「自分さえよければいい」といった間違った個人

主義が蔓延<sup>はびこ</sup>っている。無関心を肯定する「そんな関係ネエ」は“Who cares?”と英訳されるが、最低の言葉で、大嫌いだ。人は誰もが社会とかかわって生きているはず。身近な政策をみて不満があっても声を上げない、でありながら個人に振りかかってきた災難には、大声を立て暴力的に攻撃する。

劣悪な環境で医療を行う側が、殺伐とした現代社会を生き抜くために、志太・榛原の公立 4 病院は、実際の現場の自己防衛策として、同時に夜間救急加算 ¥5,000 の算定を画策する。医療のコンビニ化を助長する吉田町の「中学生までの医療費無料化」等の政策に対し、背に腹は変えられない、苦肉の対抗策である。本来は事前の対話が必要であり、今大切なのは 一つひとつの地道な訂正である。

地方行政 市・町は「特定健康診査・保健指導」、吉田町であれば「若返り貯筋塾」などの独自に展開する政策に対しても、正確な方針・現場の状況をオープンに示し、国の強要する政策に対し、ネジレを解消し、医療人と共に柔軟に対処し 活性化を計る必要性を痛感する。「どげんかせんといかん」は “We’ve got to do something for change.” 俗語では “Gotta do somethin’.” と英訳される。想像力を働かせて相手を思いやり、実行に移す姿勢が浸透していけば、地方行政と病院、一般住民と病院、さらには住民と医療人の関係も、ギスギスしたものから、円満に潤いがあるお付き合いに戻していくことが出来るのではないかと。  
加藤寿夫

## 花粉症「どういったことが一番辛いですか？」

鼻づまり？ くしゃみ？ 目のかゆみ？ 涙？ のどの渇き？ 不眠？ …？ …？

今回は、西洋医学・東洋医学 漢方の治療につき本院での実際を別々に述べ、両者併用・折衷治療している現場を、治療される貴方と一緒に知って・使って、考えていただきたく思います。

## 花粉症に対する西洋医学による治療

### 《いつから薬物治療を開始するか 終了するか》

薬の飲み始めは、飛散開始予測日の一週間前という考えが一般的です。また、薬を終わる時期は、スギ花粉症だけなら桜の咲く時期ぐらいまで、ヒノキ花粉症もあるとしたら連休のちょっとあとまでをめでととしてください。

眠気の問題は、ある程度飲み続けていけば慣れていくこともあります。

### 〈内服で用いる抗アレルギー剤〉

「振り分け型・バランス型」

タリオン OD ⑩ 2錠/2×1 または ジルテック⑤⑩ 1錠/×1

「鼻閉型にも効果の強いもの」

アレロック⑤ 2錠/2×1

「眠気の弱いもの・無いもの」

エバステル OD ⑤⑩ 1錠/1×1

アレグラ (30) (90) 2錠/2×1

シングレア⑩ 1錠/1×1

### 〈鼻症状に対して局所的に〉

フルナーゼ点鼻 2回/2×1 または ペンブリン点鼻 4回/4×1

◎鼻閉症状がひどい時 トーク点鼻 随時屯用

### 〈眼症状に対して局所的に〉

クモロール点眼 4回/4×1 または パタノール点眼 4回/4×1

◎眼症状がひどい時 オドメール点眼 随時屯用

### 《本院での具体的な処方の方針》

自分にぴったりのお薬がわかっている方は、今年もそのお薬からはじめることをお勧めします。

花粉症の第一選択薬とされる内服で用いる抗アレルギー剤、これが合うか合わないかのポイント、我々が処方するにあたっての注意点は、①鼻閉が強いのか、②副作用としての眠気が起こるか、この2点です。一般的な患者さんには、まずは、第一選択「振り分け方・バランス型」としての薬を使用し、その後鼻閉が続けば「鼻閉型にも効果の強いもの」、眠気が起こる場合には「眠気の弱いもの・無いもの」に変更して用います。内服の抗アレルギー剤で十分に効果が無い場合には、局所療法として、鼻症状に対して点鼻ステロイド剤をさらには点鼻血管収縮剤を屯用で用います。眼症状に対しては、点眼の抗アレルギー剤、さらには点眼のステロイド剤を屯用で用います。

※内服で用いるステロイドを含んだ処方の代表的なものに「セレスタミン(商品名)」があり、自覚症状の改善に即効性もあり重宝されますが、重大な副作用があり、短期間・少量の使用にとどめるべきで、第一選択とし使用するのには禁忌です。

## 花粉症に対する東洋医学 漢方による治療

花粉症の病態は、漢方では、発散性・下降性の流れを正常とする気が逆流した「気逆」による“くしゃみ”と、水の過剰により“鼻粘膜が漿液性の浸潤により蒼白・浮腫状に腫脹”する「水毒」によるとされます。

これに下痢傾向などを伴う「寒」の状態、逆に粘膜の充血・発赤などの「熱」の状態など、さまざまな程度の「寒熱」の状況を示します。

よって、花粉症の漢方治療では「利水剤」「利気剤」が治療の中心となりますが、まずは「虚実」の判断から[⇒康寿診報 49 号 p 1 参照]薬物の最初の判断をすることが大切です。

《一般的な花粉症(くしゃみ・鼻水・鼻づまり)の症状 全般に対して》

「中間～実証」⇒ 小青竜湯 [TJ-19]

「虚証」⇒ 麻黄附子細辛湯 [TJ-127]・苓甘姜味辛夏仁湯 [TJ-119]

《特徴のある花粉症の症状に対して》

〈鼻閉症状の強い方に対して〉⇒ 葛根湯加川芎辛夷 [TJ-2]・辛夷清肺湯[TJ-104]

〈結膜炎に対して〉⇒ 越婢加朮湯 [TJ-28]

〈肩凝りの付加症状対して〉⇒ 葛根湯 [TJ-1]

〈咳・くしゃみに対して〉⇒ 麦門冬湯 [TJ-29]

### ☆小青竜湯 [TJ-19]

花粉症に対する代表的な漢方。ただし、中間～実証である程度の体力を伴っている方で、胃腸が虚弱でない人に用いる。

### ☆麻黄附子細辛湯 [TJ-127]

感冒で体力が低下し 体が冷える状態。虚証で低血圧の方に適応となる漢方。インフルエンザや流感後 症状の改善が十分でないときに使用する。ただし、胃腸が虚弱でないこと。

### ☆苓甘姜味辛夏仁湯 [TJ-119]

虚証で顔色不良、冷え症、胃腸虚弱に適応。水様性の鼻汁に効果的。

### ★葛根湯加川芎辛夷 [TJ-2]

鼻閉がひどいものに用いる。ただし、中間～実証である程度の体力の伴っている方で、胃腸が虚弱でない人に適応となる。

### ★辛夷清肺湯[TJ-104]

葛根湯加川芎辛夷 [TJ-2]より実証で体力の伴っている方に用い、患部に熱感・疼痛を伴う場合、特に鼻茸を伴うものに適応となる。

### ★越婢加朮湯 [TJ-28]

小青竜湯 [TJ-19]より実証で体力が中等度以上、口渇・暑がり・多汗を伴う人に適応。特に結膜炎の合併に効果的。

### ★葛根湯 [TJ-1]

項背部のこわばりがあり、頭痛・感冒徴候のあるとき、中間～実証である程度の体力の伴っている方で、胃腸が虚弱でない人に用いる。

### ★麦門冬湯 [TJ-29]

発作性の咳嗽・顔面紅潮に使用する。花粉症ではくしゃみに効果がある。

## 《勉強会のお知らせ》

本年の第二回目の勉強会は、  
2/16(土) 13:00 より「糖尿病の薬物療法について」です。

「飲んでいるお薬が何をしているのか」を、知ることからはじめましょう。

- ◆時間：13 時～14 時
- ◆場所：当院 2 階講義室



2 月 16 日(土)	②薬物療法について
3 月 8 日(土)	③低血糖について
4 月 19 日(土)	第 76 回陸会 ④糖尿病の合併症
5 月 17 日(土)	⑤運動療法について
6 月 21 日(土)	⑥インスリン療法について

※ 3/15(土)の予定は 3/8(土)に変更となりました。  
☆勉強会は原則第 3 土曜日に行っております。

## 《診療案内》

診療時間	月	火	水	木	金	土
8 時～12 時	○	○	○	○	○	○
15 時～18 時	○	○	○	△	○	△

休診日：日曜・祝日 木・土曜の午後 月末最終日[29(金)]の午後

※受付は 初診は 17:30 まで 再診は 17:45 までとなります。

☆毎月診療最終日は 午前だけの診療、午後は休診となります。

《臨時休診のお知らせ》 ※お薬を切らさないようお気をつけ下さい。

3/21(金)・22(土)、4/28(月) は休診となります。

☆臨時休診は、数ヶ月前にお知らせします。確認の上で 受診をお願いします。

## 《「Jリーグ ジュビロ磐田 観戦会(第 3 回)」のお知らせ》

2008 J. LEAGUE DIVISION 1 第 2 節

ジュビロ磐田 VS ガンバ大阪

会場：エコパスタジアム  
Wゾーン W25



2008.3.15.(土) 15:00 キックオフ \*原則「現地集合・現地解散」とさせていただきます。

ご希望の方は、職員にお気軽に声を掛けてください。子供さんを連れての参加は大歓迎です。

歩行困難なお年寄りの方など交通手段の必要な方は職員に御一報ください。

※JR 愛野駅から真正面、Wゾーン入場口より入場、階段を昇ってください。W25 の場所に陣取ってお待ちしております。

## 《「“チャオ” 御岳スノーリゾート ツアー」のご案内》

御岳山の麓で、雪の中に立ちこもり、戯れ・語り合いませんか!!

下記の日程にて、ツアーを企画しました。ぜひ参加してください。



第②回 2/10(日)▼11(月)

第③回 3/20(木)▼21(金)▼22(土)●23(日)

第④回 4/27(日)▼28(月)●29(火)

第⑤回 5/3(土)▼4(日)●5(月)▼6(火)

●：民宿高平泊 ¥7,000 ▼：日和田ロッジ泊 ¥4,000  
リフト券 1 日券 ¥3,000 [大人] 車代：¥3,000  
・夕食・朝食の食事代込みの料金、飲み放題です。  
・小学生以下の子供さんの宿泊は半額、リフト券は無料です。  
※詳細については職員までお問い合わせください、リポート・宿泊・日程につきお話しします。

〈平成 20 年 2 月 1 日発行 こうじゅしんぽう 康寿診報 第 127 号〉

Home Page : <http://www.katoiin.jp>