

平成 24 年 2 月 1 日発行
第 165 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

「働く現場 “職場の労働環境” を考えて -医師として 産業医の仕事とは-」

昨年末 12月18日(水)「第2回 “産業医 寿 [=寿実寿美]” を 囲む会」に於いて 私が産業医として活動中の3社で 保健師を含む 担当者等の総勢8名で 話し合いの場を持ちました。

一部上場の業界トップの会社から、タイの洪水の為にトヨタ プリウスをはじめとする 自動車産業の部品調達 この下請けの仕事で パンク状態に近い会社まで、“質”は違うにせよ、雇用上の問題等 話の“論点”は共通点が多く、世間知らずの医師という 私の立場から考えますと、この仕事の中で 力不足を認識した上であっても「問題点を解決の方向に導く“事”」は“産業の現場” “人間の働く原点” を 思い知る上で 大変な勉強と成り 感謝しております。

私の産業医としての仕事の中 現実に起った“事”についても 話をさせていただいた上で、私を雇う立場の方々から、隠し立て無く 本音で 全員から助言・アドバイス いただけた“事”、真に 楽しい“時” 互いが互いを語り 前向きに有意義な時間、これを持てた事、私 加藤寿夫の“宝物”として 養い・育てたい会です。

更に 今回 私の産業医活動での衝撃的な出来事、私が“師”とする 先輩の医師7名から 助言・アドバイスをいただきました。彼ら7人が 全く同“事”を 私に忠告されたのは 愕きと共に 社会を知る“糧” 生きる“術”とすべき“内容”と 把握しました。感謝の思いで 下記 に 総括しました。

「“労働環境”として、法律上 不可の事は指摘し 是正を諭し 必要に応じ勧告する事」「職場が 我々 産業医の指示に応じるか 勧告を受け入れ訂正するか、これは 職場の“管理責任者の問題”であり、勧告まで行ったら それ以上介入する必要は無い」
産業医の立場として、この仕事が敢行出来なければ 辞める事である。

囑託の立場であれば 尚更である。

産業医としての 自分の想い 己の“感”、そして 日本人 医師の立場からの“おごり”、“社会構造” “互いのステータス”など 社会・世を知り、成した“念”、下記 に 書き熾しました。

「仕事の現場は 善悪は別問題、現に 人・金が 動いている・動かしている 実情[=実状]が在る。この上に 社会・産業が成り立っている。最近 知る“事”、己の“感”である。

私は“確”と 考えた。組織トップの“労働環境”の 管理責任者、この者が立場も在り、私が 産業医の立場からの提案・諭し・勧告する事、これを 上から目線で 直視しない状況であっても、中間管理職の立場で私を担当し 支えてくれる方が存在し、この“職場”を知る者が 私に対して“腹を割り”本気に成って“現場”の改善を図り 努力しているのであれば、そして“労働環境”の 管理責任者等 目上の人との話し合い“交渉事”を求めているのなら、リスクは背負い、此処に己を介在させ現場を直視し、医師 産業医の立場として 力を尽くしたい。「動いている現場を“確”と見届け、改善を図る」大切な仕事ではないか。これが 私の“意”である。

追伸 我々 医師 そして医師団が 成すべき事、医師として「己一人の容量では 社会的に危ない 成せない事」、共有しようとして 榛原医師会執行部にアクセスしようとしたが、「返答無き上に 予期せぬ “機密事項が担保されない状況”」愕きました。この件は 現医師会執行部に問うておりますが 回答無き状況。今後 同様の事の無い様に 冷静に訂正を求めます。

花粉症の治療薬について

《今年の花粉飛散予測》

まだまだ冷え込みの厳しい日が続きますが、2月になると花粉が飛び始めます。今年の花粉飛散開始は昨シーズンより、やや遅くなる予想です。花粉の飛散開始時期は冬から春の気温の変化に左右されます。この冬は2月中旬に寒気のピークは越えるため、西・東日本で一気に飛散開始のエリアが増えるようです。現時点での飛散開始日は静岡県近辺で2月中旬となっています。飛散開始から1週間～10日程で本格的な飛散が始まります。スギ花粉の飛散量は今年は去年の半分以下に減少する予想です。

毎年花粉症の症状が辛い方は、早めにお薬で対処していきましょう。薬の飲み始めは、飛散開始予測日の1週間前くらいがよいと言われます。2月になりましたので、そろそろ準備をしましょう。

当院では、西洋医学による内服治療と、東洋医学による漢方薬での治療を行っています。参考にしてみてください。

西洋医学による治療

《当院での具体的な処方の方針》

- ・ 毎年自分に合う決まったお薬を使っている方は、今年もそのお薬から始めて下さい。
- ・ 決まった薬のない方は、まず、第一選択薬として内服の抗アレルギー剤を使います。その時の注意点としては、「鼻閉が強い」「副作用の眠気が出やすい」です。それにより、鼻閉に効果のある薬や、眠気の起こりにくい薬を処方します。
- ・ 内服の抗アレルギー剤で十分に効果がない場合は、点鼻ステロイド剤をさらには点鼻血管収縮剤を屯用で使います。

《内服で用いる抗アレルギー剤》

は後発品(通称:ジェネリック品)と呼ばれるものです。

「振り分け型・バランス型」

タリオン OD	1日2回/1回1錠	ザイザル	1日1回/1回1錠
ケトテン	1日2回/1回1カプセル	ジルテック	1日1回/1回1錠

「鼻閉にも効果の強いもの」

アレロック OD	②.5	1日2回/1回1錠
----------	-----	-----------

「眠気の弱いもの・無いもの」

エバステル OD	1日1回/1回1錠	アレグラ ③⑥	⑥⑩ 1日2回/1回1錠
オノン ⑪⑫.5	1日2回/1回2カプセル	シングレア	1日1回/1回1錠

【注】ステロイドを含む内服薬の代表的なものに「セレスタミン(商品名)」があります。自覚症状の改善に即効性がありますが、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薬として使用するのは禁忌です。

《鼻症状に対して局所的に》

ナゾネックス点鼻	1日1回(左右点鼻)	エリザス加 ^g 外用点鼻	1日1回
フルナーゼ点鼻	1日2回(左右を1日2回)	ペンブリン AQネザル	1日4回
鼻閉症状がひどい時 トラマゾリン点鼻 随時屯用			

《眼症状に対して局所的に》

パタノール点眼	1日4回	クモロール点眼	1日4回
眼症状がひどい時 オドメール点眼 随時屯用			

漢方薬による治療

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。漢方は「ものさし」を重んじ、かなり極め細やかな医療です。

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「虚实」の判断から[P4 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～実症	小青竜湯 [TJ-19]
虚症	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]
肩凝りの付加症状に対して	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。虚症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]

虚症で顔色不良、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。

《漢方薬治療における体質の鑑別》

体質強壯な者(実証)の特徴



体型

- 筋肉質の闘士型
- 肩太り

皮膚

- 栄養状態良好
- 光沢・艶あり、Turgor良好
- 声が強い

筋肉

- 弾力的で緊張よく発達

体温調節

- 夏は暑がるがバテない
- 冬は比較的寒がらない
- 通常、寝汗はかかない

腹部

- 腹筋は厚みがあり弾力的
- 上腹角が鋭角的
- 上腹部季肋部の筋緊張が著しい者あり(胸脇痞満)。

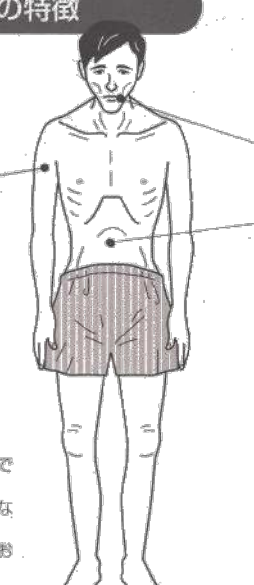
薬剤に対する反応性

- 大黃、麻黄、黄連、石膏などを含む処方を使用可能。
- 附子、人參、乾姜などで不快な作用がでない。

消化器症状

- 過食しても大丈夫
- 食べるのが速い
- 一食抜いても平気
- 冷たい物も平気
- 1日でも便秘すると不快

体質虚弱な者(虚証)の特徴



体型

- やせ型の下垂体質
- いわゆる水太り(上記のいずれか)

皮膚

- 栄養状態不良
- 光沢・艶なし、Turgor不良
- 声が弱々しい

筋肉

- 弾力・緊張ともに不良で発達悪い

体温調節

- 夏バテしやすい
- 冬の寒さに弱い
- 寝汗をかきやすい

腹部

- 腹筋は薄く全体に軟らかく緊張に欠ける
- 腹直筋が棒状に突っ張っている時あり
- 上腹角が鈍角的
- 心窩部拍水音を聴いたり、大動脈拍動を触れる

薬剤に対する反応性

- 大黃、麻黄、黄連、石膏などを含む処方では不快な作用が出て使用できない。
- 附子、人參、乾姜などを含む処方の有効な者が多い。
- 鎮痛剤、抗炎症剤、抗生剤で胃腸障害がこりやすい。

消化器症状

- 過食すると不快で、嘔吐、下痢しやすい
- 食べるのが遅い
- 空腹で脱力感を覚える
- 冷たいもので腹痛・下痢を起こしやすい
- 数日排便がなくても平気

■参考：松田邦夫、稲木一元：体質の鑑別、漢方治療のABC(日本医師会)、1992より引用

□臨時休診のご案内

2月13日(月)・27日(月) 休診 29日(水)は月末業務のため午後休診

3月19日(月)・21日(水)・31日(土) 休診 30日(金)は月末業務のため午後休診

4月2日(月)・16日(月)・23日(月) 休診

5月12日(土) 休診

ご迷惑をおかけしますが、お薬等きらさないようにお気を付け下さい。

