けせん医報

目次

●巻頭言　「頑張れ後輩」
気仙医師会　副会長
うのうらクリニック　院長　鵜　浦　哲　朗…2
●令和５年度定時総会……3
●理事会報告
■令和５年度第１回理事会報告……6
■令和５年度第２回理事会報告……7
●随　想
「ずっと救急医療科長だった自分……」
岩手県立高田病院　院長　阿　部　啓　二……11
「自転車に乗って」陸前高田市国民健康保険広田診療所
所長　坪　井　潤　一……12
●研修医日記
岩手県立大船渡病院　二年次研修医　千　葉　泰　孝…13
●気仙地区医療学術セミナー……14
●会員の異動のお知らせ……15
●けせん医報へのご投稿募集……15
●訃報……16
●事務局日記……17
●編集後記……18
●表紙のことば……18

KESEN-ISIKAI

第１６４号
2023.8.25

気　仙　医　師　会
岩手県大船渡市盛町字内ノ目６－１
TEL：0192-27-7727　FAX：0192-26-2429
http://kesen-med.or.jp/

気仙医師会広報部　発行　令和５年８月25日　製作：村田プリントサービス

巻頭言

「頑張れ後輩」

気仙医師会　副会長
うのうらクリニック　院長
鵜　浦　哲　朗

皆さんにとって、塩野義製薬といえば何でしょう？頭痛持ちの人はセデス？ミュージックフェアは、もうすぐ60年を迎えます。

私にとっては、初めて覚えた抗生剤、青と白のカプセル剤ケフラールと、社名を冠した代表作シオマリンでしょうか。呼吸器科に入局した私にとって、肺炎を筆頭に感染症は最大の敵でした。抗生剤こそが最も信頼のおける武器であり、医局で情報をくれるプロパーさんは、大事な戦友でした。

塩野義製薬は1878年創業で、当時は御三家といわれた製薬業界の老舗です。しかし、現在の会社の売上高ランキングでは、国内10位であり、１位の武田薬品工業の10分の１です。世界では、その武田薬品でさえ11位であり、１位のファイザー社は、その2.5倍の売り上げ。研究開発費に至っては、世界１位のロッシュが162億ドル、国内１位の武田薬品が47億ドルで世界17位。塩野義の開発費は推して知るべしです。

そんな開発費の十分ではないメーカーですが、今般のコロナ感染症流行に対して、大変大きな１歩を印しています。それは、新型コロナ感染症治療薬ゾコーバの開発です。他の経口薬は、ラゲブリオとパキロビットがありますが、開発元は世界の大手ベストスリーであるアメリカのメルクとファイザーです。ゾコーバは、軽症患者にも使用が許可された初の経口薬です。承認までのプロセスには、一時見送りなどもありましたが、３月から保険適応を受け、使い勝手の良さから処方量は急激に増えてきています。

開発を決意したのは、社長の手代木功氏です。感染症の塩野義の矜持でしょうか。失敗すれば、莫大な損失を生むプロジェクトに果敢にチャレンジし、結果を勝ち取ったことは称賛に値します。その決断の裏には、社員６千人とその家族の生活や株主に対する責任も当然あり、そのプレッシャーたるや半端ないものであると容易に想像できます。2008年に社長に就任し、日本製薬工業協会会長や日本製薬団体連合会会長など歴任しています。クレストールの成功により、経営の立て直しに着手し、手代木マジックといわれる海外市場展開を推し進め、国内医薬品市場の停滞や海外メーカーとの競争激化の中、創薬型製薬企業としての成長に軸足を置き、継続的に自社創製品を上市することで、成長と確かな歩みを進めています。それが、抗HIV薬テビケイや抗インフルエンザ薬ゾフルーザであり、今回の抗コロナ薬ゾコーバです。

クレストール発売何周年かの時に、本社で優秀社員の表彰式が行われた。全国から、売り上げ上位の社員とその地元の開業医が招待されて、社長にお目にかかる機会を得た。私の担当も優秀で、大阪に連れて行ってもらった。

「先輩、お世話になっています。」とっても気さくな社長だった。懐かしい仙台の話で盛り上がった。彼は、高校の２年後輩だった。世界に負けるな、頑張れ、後輩。

令和５年度　定 時 総 会

◎ 日時：令和５年５月17日（水）午後７時～
◎ 場所：大船渡プラザホテル

菊池洋議長が開会を宣言し、令和５年度気仙医師会定時総会が４年振り対面形式で開催された。

はじめに、伊藤俊也総務部長から定足数確認のため出席状況が報告された。会員数56人中、本人出席23人、委任状出席24人、合計47人となり、気仙医師会定款第28条に規定により本総会の成立が報告された。会長あいさつでは、岩渕正之会長から以下のとおり挨拶があった。

こんばんは。本日、皆様にはお疲れのところ、令和５年度定時総会を開催いたしましたところ、ご出席をいただき感謝申し上げます。また、日頃は、当医師会の各種事業の推進にご理解、ご協力をいただき重ねて感謝申し上げます。新型コロナウイルス感染症の感染拡大のために、ここ数年書面での総会を数年継続して参りましたが、今年は４年振りに対面形式での総会が開催できました。この間、医師会も滝田先生が会長を勇退され、その後私が会長を受けることとなり、対面形式の総会が今回初めてとなりますが、久々に皆様にお会いでき、お元気な様子を拝見し安心しているところです。さて、今月８日からコロナも５類に移行となり、入院に必要な方の対応が変わりましたが、現時点では、混乱もなく落ち着いている状況にあります。５類となったことで、住民の方々の活動や生活習慣がコロナ感染症の発生以前に戻る傾向も見られ、再び感染が拡大した場合には、医師会としても病院等と連携し対応しなければならないと考えております。先生方には、発熱外来を含め、ワクチンの個別、集団接種等、コロナの感染抑止の対応に引き続きご協力をお願いいたします。本日の議案等は、令和４年度事業報告及び収支計算書の認定について、更には、新年度の事業計

随　想

「ずっと救急医療科長だった自分…」

岩手県立高田病院
院長　阿　部　啓　二

昨年度、田畑前院長の急逝により院長拝命いたしまして１年以上が経ちました。

田畑先生は３歳年上でしたが、同世代の先輩の急逝はかなりの衝撃でした。急遽の人事でしたが、コロナ対応や院長会での知事への医療情勢報告など数年に一度の役がたまたま高田病院だったなど結構忙しい一年でした。

自分は平成16年からの２年間の遠野病院勤務が岩手県初勤務で、その後北上病院に転勤し３年、さらに花巻厚生病院との合併で新設の中部病院で11年外科医として働きました。最初の遠野病院での役職が救急医療科長だったためか本職は外科医でも役職はその後もずっと救急医療科長でした。外科医以外の救急医療科長としての役割は北上病院までは大したことなかったのですが、中部病院になって急に忙しくなりました。恩師の北村道彦初代院長より引き続き救急医療科長として新病院の救急をよろしく頼む！というお言葉をいただき、張り切って臨みました。しかし年々増える救急車台数（初年度約3000台弱から増加し4000台超え）のため受入れ困難事例が多発し、当直医師や救急看護師、北上・花巻の救急隊の板挟みとなり大きなストレスでした。医師や看護師からは、『なんでうちだけ？ほかに受け入れる病院あるでしょう？』…救急隊からは、どこも受け入れ困難で困りました…などなど。救急車は重なってもうまくトリアージして受け入れてくれたらという例は多々ありましたがそう言っちゃうと炎上するので、『ご苦労様です、大変でしたね』と労って（誤魔化して？）いました。気仙地域の救急車はほっとつばき患者以外ほぼ全てを大船渡病院が受け入れてくれています。この人口で年間3000台弱の受入れがあるのはいかに大船渡病院が地域の救急・基幹病院として機能しているかがわかります。就任当初、当院で夜間休日の救急不対応に強い違和感を感じていましたが、新病院開設にあたっての県の医療政策のためと教えられ納得させられました。陸前高田市の患者様も殆ど診ていただく大船渡病院には感謝に堪えません。こんなことを書くとまた炎上危惧されますが、たとえ少々の距離があっても受け入れ病院が決まっていると救急隊も安心ですし、救急を診ていただく先生方や看護師さんも、『うちしかないししょうがないわね』となるので地域住民としては安心だと思います。救急をやっていない病院の院長が言うのも恐縮ですが…

自分は昔から人見知り（対人恐怖？）なのですが、遠野、北上/花巻の医師会の先生方には本当によくして頂きました。気仙は初めての勤務で、最初から医師会理事という不安はありましたが、岩渕会長や研修病院が同じ山浦先生など多くの医師会先生方に温かく受け入れて頂き感謝しています。高田では妻の実家に義父母とクルマ坂オウム（名前はJちゃん；妻の頭文字より）と一緒に暮らしており、気仙の医療に身を捧げるのが最終使命と思っております。今後ともご指導ご支援どうぞよろしくお願いいたします。

「自転車に乗って」

陸前高田市国民健康保険広田診療所
所長　**坪　井　潤　一**

2022年４月１日に「陸前高田市国民健康保険広田診療所」に赴任してきて早いもので１年と３ヶ月が経とうしております。恵まれた「スタッフ」のもとで、希望していた「地域医療」に従事している日々を送っております。

私と自転車の付き合いは、2011年に遡ります。岩手医科大学循環器センターで働いていた際、向かいあう席の同僚の「自転車は痩せますよ」の言葉がきっかけでした。彼はとてもスリムな身体付きで、学生時代に「自転車部」に所属した経歴の持ち主でした。学生時代、ラグビーにいそしんでいた私は、卒業後みるみる体重が増え、何かスポーツをやってこの体型をなんとかしなければならないと思っていました。彼の見解によれば、自転車はジョギングで運動することに比べ太っていても膝の負担は少なく、水泳と同じで有酸素運動であり、確実に痩せると断言できるという意見でした。又、サイクルコンピューターを使えば自分のdataを可視化することができるので、循環器を生業にしている私にはうってつけの状況であるとのことでした。集団スポーツばかりをこなしていた私にとって、自分一人で行うことができる自転車にとても興味を抱きました。2011年夏から自転車生活を開始し、3ヶ月で３kgの減量に成功しました。岩手医大での休みは限られていましたので、通常は盛岡市内を70-100kmトレーニング、ときおり岩手県内を日帰りライド（久慈往復、釜石往復、陸前高田往復）しておりました。また、１年に２-３回はロングライドイベント（軽井沢グランフォンド、ツールド妻有、下北ロングライドなど）に参加し、ツールド三陸には４回エントリーしました。その際、ツール・ド・フランス３回優勝のグレッグレモンと一緒に走ったことは忘れられない思い出です。ツールド三陸では、陸前高田の山と海の美しさに感銘を受けました。この景色を毎日走ることができたら良いなあと思っておりました。

2022年の４月にその希望が叶えられました。広田診療所勤務となったのです。晴れた日には、毎日診療所まで自宅の高田町のアパートから自転車で通勤しております。通学の小学生や見守り隊の人たちとの朝の挨拶や景色の素晴らしさに日々癒やされております。盛岡とは違い、陸前高田は冬でも晴れた日が多く、路面凍結も多くありません。冬でも自転車通勤できる環境は素晴らしいの一言です。氷上山、箱根山、広田半島の大森山などの自転車トレーニングに最適な山は目白押しで存在していますし、堤防沿いの平坦路で、逆風の中自転車を漕ぐのは大変有効なトレーニングになっております。

広田診療所で「地域医療」に取り組みながら、私は「自転車生活」を満喫しようと思っております。

研修医日記

岩手県立大船渡病院　二年次研修医

千　葉　泰　孝

初めまして！岩手県立大船渡病院で初期研修医をしております、千葉泰孝と申します。私は、この病院に来て２年目になりますが、周りの先生方やスタッフの方々、研修医、患者さんから様々な刺激を受け、日々勉強しています。

私は、毎週土曜日25:00から放送中の『オードリーのオールナイトニッポン』をよく聴いています。このラジオに出合ったのは、私が大学受験の浪人をしていた頃です。当時、周りが嫉妬の対象でしかなかった私は、このラジオを聴いて衝撃を受けました。若林正恭氏の言う「どんなクソみたいな事があっても、俺はそれをこのラジオのネタにしてやるんだ。」という言葉は、今でも心の右下のポケットにしまってあります。私は、この病院に来て変な体験をよくしますが、いつか誰かに話そうと思い、その体験により飛び込むことにしています。以下に、変な体験をいくつかお示しします。

１つ目は、不眠を主訴に、午前２時に救急外来を訪れたおばあちゃん。前日の夜に、いつもは飲まないブラックコーヒーを一杯だけ飲んだそうです。「不眠かぁ…。」この日は、私が研修医１年目の７月、慣れない当直でとても眠い。おばあちゃんの心地良い声が段々と子守唄に聴こえてきた。眠気で頭は働かず、診療が長引き気づけば午前３時に。すると、「先生に話聞いてもらったら少し寝れそうな気がします。」といって満足そうに帰っていきました。

僕の睡眠時間と引き換えに安眠を得たおばあちゃん、コーヒーを飲んでないのに眠れない僕。なんでコーヒー飲んだのか聞いておけばよかったなあ。

お次は、一週間の便秘を主訴に、ご自身で救急要請してしまったおじいちゃん。この日は、私が研修医１年目の９月。上級医の先生から言われた「他人から聞いたことは自分で確認するまでは信じるな」という言葉を胸に、まずは情報収集。救急隊からの情報を整理しつつ、他に症状はないか、やるべき検査は何か、事前に準備をした。救急車が病院に到着し、後ろのドアが開くなり、元気なおじいちゃんが歩いて出てきた。まるでそれはしゃべくり007のような登場シーンであった。到着するや否や、「うんち出そうだな」と便を催してトイレへ。数分後、「お陰様でスッキリしました」といってタクシーで帰宅した。只今の記録"５分30秒"、おそらく大会新記録だろう。

病院スタッフ、救急隊の方々も流石に全員唖然とした。その時、上級医の先生が放った「まるで病院が大きめの公衆トイレみたいじゃないか」という言葉は、今でも忘れない。今振り返ると、「お陰様で」とはどういう意味だったのだろうか。私の顔を見て催したのだろうか、私の顔が便催し顔だったのだろうか。

他にも多くの症例を経験しましたが、この場で書くことができないような内容もありますので、今回はここで遠慮させていただきたいと思います。

自分が思っている以上に、世間の常識は私の常識ではないのだと痛感しました。何事も何者にも寄り添うことがとても大切です。

最後に、今回このような機会を与えていただいたことに心から感謝申し上げます。またこのような機会がありましたら、次回は研修医同期の久野晴貴という男の生態について書いてみようと思います。

気仙地区医療学術セミナー

かかりつけ医に必要な向精神薬の使い方のコツ ～不眠症治療を中心に～

奥州市国民健康保険前沢診療所 所長　鈴　木　　順

◎　開催日　令和５年４月21日（金）
◎　場　所　大船渡プラザホテル

１．向精神薬　処方のコツと注意点

３つのポイントは①適応疾患（病態）であることを診断する②患者の薬に対する印象を探る③非薬物療法・環境調整の実践支援と評価です。詳細は書籍『かかりつけ医に必要な心療内科の知識』（日本臨床内科医会編）の拙著の項をご覧ください。

２．不眠症の患者指導　そのポイント

非薬物療法の基本である睡眠衛生指導の８つの要点は①寝室環境（光、音、温度等）の調整②就寝前に心配事をしない③規則正しい食生活④定期的な運動⑤就寝前のカフェイン⑥水分⑦喫煙⑧飲酒の制限です。寝酒は睡眠構築を悪化させ、耐性と依存性が強いため特に注意が必要です。飲酒と睡眠薬の併用は副作用が増強するため禁忌です。

３．不眠症の薬物療法　依存への対応

睡眠薬はいずれ休薬するという出口を見据えた処方が重要です。睡眠薬や抗不安薬の中で最も種類が多いベンゾジアゼピン系薬剤（以下BZD）は服薬中断による反跳性不眠や退薬症候の副作用により薬物依存が形成され易く、その傾向は半減期（作用時間）が短く力価（臨床効果）が強いほど顕著となり投薬期間が長いほど離脱が困難となります。BZDは処方後なるべく半年以内に休薬しましょう。BZD長期投与は転倒による骨折リスクを上昇させ認知機能低下をもたらします。患者の状況を確認しながら少しずつ減薬し中止するのがコツです。具体的には①漸減法②隔日投与法③置換法を組み合わせます。BZDを他剤に置換する場合は完全置換（スイッチ）ではなく併用置換（アドオン：前薬に上乗せして安定後に減薬）にします。完全置換では前薬のBZDの退薬症候による体調不良を患者は後薬の副作用だと勘違いして前薬に戻ってしまいます。オレキシン受容体拮抗薬は依存性がなく他の副作用も少ないのでBZD依存離脱のための置換薬として有力な選択肢のひとつです。

４．スボレキサント（SVR：ベルソムラ®）への期待

オレキシン受容体拮抗薬には良好な睡眠改善効果があり、特にSVRには優れた中途覚醒時間の短縮効果があります。高齢になるほど顕著となる中途覚醒を主とした不眠症治療において、SVRの臨床活用が大いに期待されます。

● 会員の異動のお知らせ

入 会

（A会員）

神澤太一（かんざわたいち）先生　勝久会　地ノ森クリニック

（B会員）

中野達也（なかのたつや）先生　岩手県立大船渡病院

山田裕彦（やまだやすひこ）先生　〃

田村大地（たむらだいち）先生　〃

異 動

山野目駿人（やまのめはやと）先生　（C会員　→　B会員）岩手県立大船渡病院

令和５年４月１日　異動

星篤樹（ほしあつき）先生　（A会員　→　B会員）　星クリニック

令和５年７月19日　異動

●●● けせん医報へのご投稿募集 ●●●

本誌は、気仙医師会の広報誌です。年３回、４ヶ月ごとに発行しております。
会員の皆様や本誌をご覧になられた方からのご投稿をお待ちしております。
セミナーや勉強会、各種医療活動、想い出、エピソード、感想、トピックスなど、
ご自身が掲載を望むものがありましたら、是非、ご投稿下さい。お待ちしております。

気仙医師会広報部　部長：吉澤　　徹
事務局担当：寺澤、佐藤
ＴＥＬ：０１９２－２７－７７２９
ＦＡＸ：０１９２－２６－２４２９
E-mail:mail@kesen-med.ne.jp

編 集 後 記

今回も、まだまだコロナ禍と言って良い状況で、日々お忙しい中に執筆して頂いた先生方へ、深く感謝を申し上げます。

また、私事になりますが、7月15日に亡くなった私の父、吉澤　熙の葬儀に際し、お忙しい中、先生方や医師会事務局のお二人方等々、沢山の方にお悔やみをいただきまして重ねて御礼を申し上げます。

今号も、 巻頭言ではお薬にまつわる製薬会社の歴史についてのお話から始まり、4年振りに行われた対面での定時総会についての記事では、コロナ禍のため出来なかった前気仙医師会会長の滝田先生のご苦労様の花束贈呈の時の写真もあり、人がつなぐ歴史の記録として、このけせん医報が大事な役割を担っているなと感じます。
158号から続けてお願いしている、大船渡病院の2年次研修医による研修医日記も、今回は対象となる先生方の中から手上げして下さった千葉先生の原稿の不思議体験のお話も大変面白く、随想をお願いしたお二人の先生方の原稿も、それぞれ人に歴史ありという感じがして、ご先祖様の事を考えるお盆の季節にふさわしい医報になったと思います。

まだまだ今年の夏も暑い日が続いておりますが、体調を崩さないようにお互い頑張っていきましょう。　〈T.Y〉

表紙のことば

陸前高田市の高田町内「うごく七夕まつり」の様子です。
昨日まで真夏日が続いておりましたが、この日は曇り空の天気、それを振り払うように各地域から9祭り組が勢揃いし中心部を太鼓と笛のお囃子で練り歩き、気仙の短い夏を満喫しました。

（写真提供：村田プリントサービス）