



沢田内科医院 ニュースレター

第 38 号

『元気あふれる沢田内科医院』の創刊



『沢田内科医院ニュースレター』は私がすべて書いています。最初の構想として、職員のコーナーを設けて書いてもらうことも考えていましたが、実行できていませんでした。今回、『元気あふれる沢田内科医院』として、職員の声をニュースレ

ターとともにお届けいたします。ニュースレターはこれまでと同様に私自身が書き、『元気あふれる沢田内科医院』は別冊としてニュースレターと同時に発行します。

『元気あふれる沢田内科医院』は、職員の生の声です。最初は自己紹介もあるでしょう。自分の仕事のこと、家族のこと、その時々の思い、世の中の事件への感想、書く内容はまったく規定していません。沢田内科医院では約 20 人の職員が働いています。皆さんが通院している医院の職員が、どんな気持ちで、どんなことを考え、どんなことをしながら、どんなことをしようとしているのか、少しでも分かってもらうのが目的です。

職員が書いたものをそのまま並べて載せます。大体の予想したものはあるのですが、私もどんなものになるかわかりません。自然に任せます。ご期待下さい。

佐藤多作さん

佐藤多作さんは 95 歳で西目屋村の自宅で療養しています。たまに車椅子に移る程度で、ほぼ寝たきりの状態です。心臓が弱い多作さんには、力仕事をしないようにと話していたのですが、働くことが好きな多作さんは、ついこの前まで雪片付けなどをしていました。しかし、次第に体具合が悪くなり、とうとうベッド上で暮らすようになってしまいました。

多作さんには多吉さんという兄がいたようです。「自分は『多作』で、いつでも田んぼを作っていなければならなかった。兄は、『多吉』でいいことが一杯ある名前であらやましい」と言っていました。多吉さんはどうしていると聞くと、「5, 6 年前に死んだ」と。「それだと、娘 4 人に囲まれて暮らしている多作の方が良かったのではないかなあ……」と言うと、「んだえなあ……」と。娘さんたちの世話で褥瘡もなく、快適な生活をしています。

入院中に、どうしたら食欲が出るかを話し合った時に、私は多作さんに晩酌をすることを提案しました。

多くは飲めませんでしたが、お酒を飲むことで食欲が出てきましたので、血管から入れていた栄養を止めることができ、退院することができました。晩酌は、自宅へ帰ってからも続けていたようです。おちょこで 3 杯も飲むと酔ってしまうのだそうですが、おいしく飲んでいるとのことでした。

ある時、どれくらい日常生活ができるのか確認するために、食事の仕方を尋ねてみました。電動ベッドで座することができますが、箸や茶碗をもつことができず、食事は家族が介助で食べさせているようです。そこで、「お酒も、家の人に飲ませてもらっているのですか？」と多作さんに聞くと、世話をしている娘さんが、「お酒は自分で口元へ持って行って飲むんですよ」とのこと。「ええっ!! それじゃ、ご飯を食べさせてもらっているのは、娘さんたちに甘えているわけだ!!」と私が言うと、「ははは……」とはっきり答えてくれませんでした。どうも、お酒に関しては自分で口元に運ばなければ、飲んだ気がしないようなのです。

あと何ヶ月かと思われたその多作さんが、先日、「あ

ど 2,3 年は死なえね」と言うのにはびっくりです。今の状態は奇跡的なことで、本当は 1 年半前に危篤状態となり、強心剤などでやっと持ち直したのです。昨年の冬は、桜が咲く頃まではどうかなと心配していましたが、もう少しで 2 回目の桜が見られそうです。

ここまで書いてきて思い出しました。世の中には信じられないことが 3 つある、とニュースレターに書

いたことがありました。『男のひと言、女の涙、そして、医者診断』。よく、「医者に 6 ヶ月と言われたけど、1 年も生きた。」という話を聞きます。でも、私は血液疾患や悪性腫瘍で亡くなった患者さんをたくさん診てきましたが、患者さんがいつ亡くなるかを予想するのは大変難しいことで、神様にしか分かりません。多作さんの予後診断も、どうも『医者診断』だったようです。あと、2,3 年、なんとか頑張らしましょうね、多作さん。

天下の賢、その 3

名山出名士（名山名士を出す）
此語久相伝（此の語久しく相伝とう）
試問巖城下（試みに問う巖城の下）
誰人天下賢（誰人か天下の賢）

陸羯南（くがかつなん）の直筆によるこの五言絶句の掛け軸は元長町の養生会松陰室に残されています。

ニュースレター 33 号でお知らせしたように、昨年 5 月に松陰室を訪ねた時にはそれを見ることができませんでした。今年は陸羯南の生誕 150 年、没後 100 年にあたります。亡くなった 9 月 2 日を中心に、8 月末から 9 月にかけて陸羯南をたたえる記念行事が行われるようです。

その一環として、弘前市立郷土文学館では、明治の国内言論界をリードした陸羯南の足跡を振り返る企画展、『政論記者 陸羯南 生誕百五十年・没後百年展』が、1 月 12 日から 12 月 28 日まで開かれています。羯南が使った机、名刺、新聞「日本」の復刻版、各種の著作物などが展示されています。

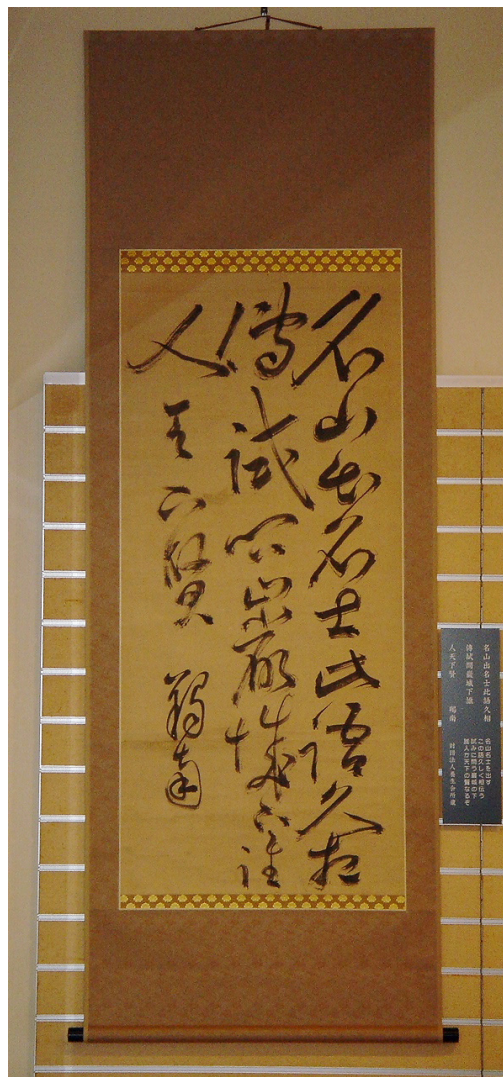
弘前市立郷土文学館に、私がずっと求めていた陸羯南直筆の掛け軸が展示していました。写真ではこの掛け軸を何度も見ていました

が、本物を見るとまた格別です。陸羯南の命が直接伝わってくるような気がしました。訪れる人もいない展示室の中で、脳裏に焼き付けるだけでなく、何枚も自分で写真を撮りました。

この陸羯南展を企画した弘前市立郷土文学館の専門員をしている井上雅敬先生は、私が西目屋中学校の生徒だった時の恩師です。北の文脈リレー展として井上先生は陸羯南の展示をしています。先生は自分の名刺

を陸羯南の企画展の商業的に変え宣伝しています。弘前市立郷土文学館は弘前市立図書館と同じ建物にあります。地下駐車場も完備していますので、どうぞ、時間を作って郷土文学館を訪ねてみて下さい。

新聞報道などを見ていると残念なことがあります。この五言絶句を、「名山詩」と呼んでいることです。この漢詩は、『誰人天下賢』が最も重要で、陸羯南の言葉はこの 5 つの漢字に込められています。「名山名士を出す」のは、久しく相伝わっているのであり、『名山出名士』は陸羯南の言葉ではありません。井上先生に伺っても、高校の恩師である内海康也先生に伺っても、『名山出名士』が誰の言葉なのかは分からないようです。これを「名山詩」と呼んでいることを残念に思っています。口調はよくありませんが、『天下の賢詩』とでも言っ



て欲しいものです。

和田町に住む泉谷説孝さんから、狼森にある石碑の拓本を頂きました。泉谷さんは拓本が趣味で、陸羯南の石碑の拓本を作っていたのです。拓本は、版画のように紙に実物を刷り込みますので、かなり大きなものでした。大き過ぎて、羯南の署名の部分の部分が別に作られていました。早速、額縁店で大きな額に入れてもらいました。医院の中に展示していますので、ご覧下さい。

開業医をしているといろいろな人との出会いがあります。ニュースレターでいろいろなことを書いていますので、それに関連した人たちの話を聞かせてもらうことがあります。関連する資料を貸して下さる方もいらっしゃいます。泉谷さんのように、このような作品を持ってきて下さる方もいらっしゃいます。開業医をしていて、ほんとに良かったと思う瞬間です。



沢田内科医院サイバースクールが開校しました

どんな学校だろうと思うかも知れません。基本的に看護師国家試験を突破するために勉強するシステムです。私の医院で働く小堀未希さんは弘前市医師会附属看護学院の1年生です。午前中は医院で仕事をして、午後学院で授業を受けています。私との接点がほとんどなく、勉強の動機付けには持ってこいの環境なのですが、それを生かし切れていないと思ったのがサイバースクールを開校しようと思ったきっかけです。

さて、サイバースクールとは何か。深い意味はなく、コンピューターネットワークを利用しているので、何となく響きがいいかなと思い名付けました。簡単に言うと、インターネットのメーリングリストを使って勉強するということです。インターネットにつながっていますので、メールのやり取りだけでなく、必要な情報はすぐに手に入れることができるという利点があります。

パソコンを持っているのに、使いこなしていない人が多いと思います。事実、私の医院の職員もパソコンを使いこなしている人はほとんどいません。このサイバースクールで勉強すると、看護関係の知識が増えるだけでなく、キーボードでの入力はもちろん、メールの

使い方やマナー、インターネットで情報を得る方法、文章や書類の作り方、などをマスターすることができますので、一石何鳥になるか分かりません。

4 月から菊池千枝さんが八戸看護専門学校に入学します。これで、看護師を目指す通信制課程には、井上真利子さんと清野法子さんが昨年入学していますので、3 人が在籍することになりました。つまり、順調に行きますと 4 年の間に 4 人が看護師国家試験を受けることになります。働きながら勉強するのは大変なことです。できるだけ手助けをしてやりたいのですが、私にも時間が限られていますので、思い通りにはできません。でも、このサイバースクールでは可能だと思っています。

看護師免許を持っている人も入っていますので、現在のメンバーは、小堀さんを含め看護婦が 6 人、市内の病院に勤務し弘前市医師会附属高等看護学院に在籍する人が 1 人、4 月から歯学部 4 年になる私の次男、そして私と合計 9 人が登録されています。インターネット環境が整えば、もう少し参加できるかも知れません。また、すでに参加している人がいますが、院外の人でも興味がある人には開放するかも知れません。

1月31日に開始し、2月末で120通のメールが行き交いました。看護の系統的な講義は、看護学院で行います。このサイバースクールでは、問題集を解きながら勉強することにしています。つまり、小堀さんが問題を解いてメールで発信し、それについて私が解説する。場合によっては関連することを質問し、さらに答える。これを繰り返すことで知識を増やし、理解を深めることで進めていきます。

看護師を目指す3人は、国家試験がまだ先なので問題を解くことはしていません。小堀さんが准看の問題を解いているのを見ているだけです。若い人が勉強するのを見て、年寄りが勉強するというシステムです。サイバースクールの真の目標は、ひとつでも新しいことを覚えて理解を深め、患者さんの看護を充実させることです。結果として看護師免許という形のある成果が自然についてくるという仕掛けです。

健康情報にはまず疑う目を

外来で患者さんと話をしていると、隣のおばさんとテレビの話の方が私たちの話よりも重みがあるように感じます。病気に関しては私はプロですので、個々の患者さんの状態に関して具体的に説明すると、ほとんどの人は納得してくれます。しかし、「テレビでは、こう言っていた。」などと聞く耳を持たない人もいます。自分の体に関することですから、健康情報には、まず疑う目を持って判断することが大事です。

私たち医療に従事する人の言葉が、テレビの言葉よりも信頼性がないということは、私たちの努力不足なのでしょう。私たちにはテレビのような説得力がないので、患者さんはテレビの方に心を引き付けられるのだと思います。いくら説明しても理解してもらえない時は、無力感を感じることもあります。患者さんに原因があるのではなく、私に理解してもらおう力が足りないのだと思っています。

私は病気に関するテレビ番組はほとんど見ないので断定はできないのですが、どうも、世界でも稀な病気を、まるですぐにでもみんなに起こるように話をしているらしいのです。きっと、誰にでも当てはまるような内容の話をして、不安に陥らせてしまうのでしょう。テレビは見てくれなければ商売になりませんから、人を引き付けるような話の内容になるのは分かります。しかし、マスコミは伝家の宝刀のように「表現の自由」を振りかざしますが、人の健康に関することですから、節度が求められます。

先日、「納豆ダイエット」が捏造だったと話題になりま

した。弘前では放送されない番組でしたので、当然、私は見ていませんでしたが、納豆を毎日食べるとダイエットできるのだそうです。その番組が放送された翌日には、スーパーでは納豆が品不足になったということです。テレビの影響力の大きさが分かります。体にカロリーを入れてやせること自体を疑問に思わなければいけませんが、人間の弱さで、食べながらやせるという安易な方に流されてしまうのでしょうか。そこが付け狙われたわけです。

NHKの番組などを見ると、簡単な実験で目に見えるようにしたり、図で説明することで、説得力を増しています。しかし、研究に従事したことがある人であればすぐに分かりますが、テレビでは1回の実験を一般化してしまうという基本的な間違いがあります。医学論文を書く場合には、何回も実験を繰り返し、統計学の手法を使ってその正しさを証明します。常識だろうと思われることでも、1回の実験で証明できることは、まずありません。

健康に関する情報は巷にあふれています。そして、ビジネスとして流通している健康食品やサプリメントはたくさんあります。外来患者さんの話を聞いても、効いていると思われる時は、「今の2倍の量を飲むともっと効きますよ」と言われるし、効果がなかった時は、「まだ足りないからなので、今の2倍の量を飲んで下さい。」と、結局、飲み続けるしかないと言われるようです。健康情報だけではありませんが、何事も批判的に考えて行動することが重要です。