

沢田内科医院 ニュースレター

第 55 号

『早すぎる死』を迎えないために

私は、受診する皆さんに積極的にがん検診を受けるように勧めています。高血圧や糖尿病で通院する皆さんには特にがん検診の重要性を強調しています。がん検診を受けるということは、がんを早期に発見して早期に治療することです。ただ、診察する短い時間で理解してもらうことは大変むずかしいことです。10年以上も話し続けて、やっと自発的にがん検診を受けてくれる人が多くなってきました。

最近、私の友人で、国立がんセンター検診研究部長である齋藤博先生から、説得力のある言葉を教えてもらいました。がん検診を受ける意味は、『早すぎる死』を避けることだということです。現在、男性の平均寿命は79歳、女性が86歳です。最終的には、誰でも死ぬわけですが、がんを早く発見して早く治療するということが、『早すぎる死』を招かないことなのです。

平成20年にがんで亡くなった人は34万人でした。私が関係する消化器関連では、5万人が胃がんで、4万人が大腸がんで亡くなっています。また、肝臓がんで3万人が亡くなっています。他に乳がんで1万1千人、子宮がんで6千人が亡くなっています。日本では肺がんで亡くなるのが一番多く6万5千人です。ちなみに、平成20年に、日本全国で亡くなった人は114万人でした。赤ちゃんは109万人生まれています。

34万人というのは死亡した数です。がんになった人はもっと多いわけです。胃がんと大腸がんは12万人ほどと言

われています。がんになった人と亡くなった数を比べてみれば分かりますが、胃がんや大腸がんは早く見つけると助かるということです。つまり、がん検診をきちんと受け

ていると、『早すぎる死』を防ぐことができるということです。乳がんも、年に4万人が診断されています。乳がんも、がん検診で診断されるよりも、自分で乳房のしこりを触れて受診する数の方が多いのだそうです。

がんと診断された人がどのようなきっかけで分かったかをみると、がん検診や人間ドックなど健診で診断されたのは全体のたった17%だそうです。まだまだ、具合が悪くなってから見つかる人が多いということです。逆に言うと、がん検診でもっとも早く見つけ、『早すぎる死』を防ぐ余地がたくさんあるということです。

がん検診の目的は、『早すぎる死を防ぐため』です。今の日本、弘前では、がん検診を受ける機会はたくさんあります。そのような状況で、むだに『早すぎる死』を迎える必要はありません。がん検診を積極的に受けることで、『早すぎる死』を迎えないことです。どんな形であっても、1年に1回は胃と大腸の検査を受けましょう。乳がんと子宮がん検診は2年に1回です。肺がん検診も大事です。そして、『早すぎる死』を避けましょう。



自分たちの健康を守るためにどのようにお金を使ったらいいのか

国民医療費は年間34兆円と言われていますが、どんな内容なのかは知らない人が多いと思います。詳しい内容が明らかな平成18年度の国民医療費は33兆円でした。これを使って説明します。

まず、お金の出所から医療費を分析してみます。国民医療費が33兆円だと言いながら、すべてを国が出しているわけではありません。大きく三つに分けられていま

す。つまり、公費負担、保険料負担、自己負担です。公費負担は、国の負担金と市町村など地方自治体の負担金で、この合計は約12兆円です。保険料負担は、事業主と勤め人が半々で払う保険料と国保加入者などの保険料が16兆円です。その他が自己負担など約5兆円です。これを見ると、患者側が負担しているのが3分の2です。税金から支出されている公費負担は3分の1だけです。

次に、支出先である診療種類別に医療費を見てみます。内科や外科など一般医療費が25兆円、歯科医療費が2.5兆円、薬局調剤医療費が4.7兆円、その他が1兆円です。一般医療費を入院と外来に分けてみると、入院が12兆円、外来が13兆円です。病院と診療所別では、病院が17兆円、診療所が8兆円です。診療所は外来がほとんどですから、いかに入院に医療費がかかっているかが分かります。

これを使う患者数はどれくらいでしょうか。3年に1度、傷病などの状況を把握するために受療状況が調査されます。それによると、ある1日の入院患者数は146万人、外来患者数は709万人です。入院は95%が病院に、5%が沢田内科医院のような医院に入院しています。外来は、病院が26%、診療所が56%、歯科が18%です。大病院へ患者が集中しているとはいいますが、184万人が病院へ、400万人が医院へ、128万人が歯科医院へ通院しているのです。

青森県の人口は140万人を切りましたが、日本では青森県人が全員入院しているような状況です。アメリカは刑務所に入っている人が仙台市の人口と同じ位のようなので、これに比べると健全な国ですね。

私たち開業医が働いている診療所の医療費は33兆円のうち8兆円だけなんです。開業医から勤務医へ診療報酬を振り分けることで医療崩壊を食い止めましょうという主張もあります。しかし、開業医の報酬を10%減らしても、8000億円にしかありません。開業医の収入が20%も減れば倒産するところがたくさん出ると思います。多分、沢田内科医院も現在の体制は維持できません。ということは、開業医から勤務医へ医療費を移すと、さらに医療崩壊が進むことになります。

ここで分かることは、政府は33兆円の医療費を抑制しようとはしますが、国と県市町村が負担しているのは、12兆円だけだということです。他の21兆円は、保険料として国民が払い、事業主負担として企業が払い、さらに自己負担で国民が払っているのです。実際の持ち出しは、33兆円のうち12兆円ということで、国自体は、もっと少ないことになります。国民は自分たちが自分たちのお金を使っているのに、補助金を出す国が大きな顔をしてそれを少なくしようとしている構図です。払うお金は少ない方がいいのかもしれませんが、自分たちの健康を守るためにどのようにお金を使ったらいいのか、一人ひとり考えてみましょう。

サンタはいる

サンタの思い出

「今年は、サンタに何を願った？」と小学校3年生の娘に聞いたら、「秘密!」。クリスマスプレゼン

トを何にすればいいのか分からないので、手を変え品を変え聞き出そうとしますが、頑として教えてくれません。私は困ってしまいました。毎年、クリスマスの時期になると、この情景を思い出します。今年も悩んでいる親がいるのかなあと想像すると、ほのぼのとしたちょっと幸せな気分になります。

あと2,3年もすると30歳になる私の娘が小学校3年生の時の話です。クリスマスイブの昼前、腕をまくり、エプロンをして一生懸命クッキーを作っていた。毎年、プレゼントを持ってきてくれるサンタクロースにお返しをするためにクッキーを作っているのだそうです。その夜は、長い大きな靴下を下げ、枕元にクッキーを置いて眠っていた。その上、サンタクロース宛に、プレゼントに対するお礼としてクッキーを作ったという



内容の手紙まで書いていた。

私は、眠ったのを見計らって、やっと聞きだしたプレゼントを雪に覆われた車のトランクから持ってきて子どもたちの部屋へ置いた。そして、サンタクロースからの手紙を左手で書いた。朝早く起きた娘は、思いがけないサンタクロースからの返事に驚いていた。しかし、疑問なことが湧いてきていたらしい。「サンタクロースの字は、なんかパパの字に似てる・・・??」、「サンタクロースは日本語が分かるのかなあ・・・?」。いろいろな疑問を口にしていった。その脇では、「プレゼント、イトーヨーカドーの紙で包んでる。青森で買ったのかなあ・・・?」と、弟が説明に困ることを言い出した。兄は、「バラすとプレゼントが貰えなくなるから・・・」と黙っていた。

プレゼントを全部持ってくるわけにはいかないので、地元で買うのだなどと、その場は何とか乗り切った。クッキーは家の中に置くわけにはいかず、病院へ持って行って机の引き出しに入れておいて何日もかけて食べた。その後、サンタクロースについて話したのかどうか記憶は定かでなく、6年生までは入ってくれると言っていたお風呂にも一緒に入らなくなった。その時にどう思っていたのかは確認していない。

サンタはいる



日本のクリスマスは、非キリスト者による商業主義の産物だとも言われます。しかし、それでもいいではないかと思えます。何とも言えない夢のあることだからです。先日、朝日新聞を読んでいて、『「サンタはいる」と答えた新聞』という記事が目に入りました。「サンタはいる」という物語を知っている人もいると思いますが、ニューヨーク・サン紙の有名な社説に関する記事でした。

1897年9月、友だちにサンタはいないと言われた8歳の女の子がニューヨーク・サン紙に、「サンタはいるのでしょうか。」と手紙を書いた。それに対して、新聞社の編集局は本物の社説で答えた。「サンタはいるよ。愛や思いやりの心があるようにちゃんといる。」「サンタがいなかったら、子どもらしい心も、詩を楽しむ心も、人を好きになる心もなくなってしまふ。」「真実は子どもにも大人の目にも見えないものなんだよ。」と。

少女の名前は、バージニア・オハンロン。当時8歳の女の子がこの記事の内容を理解できたのかは分かりませんが、後に教師になり、恵まれない子どもたちの救済に

尽くしたという。バージニアが1971年に81歳で亡くなった時、ニューヨークタイムスは、『サンタの友だち、バージニア』という見出しで、「アメリカのジャーナリズムにおいて、最も有名な社説が書かれるきっかけとなった、かつての少女」という記事を第1面に掲載してその死を悼んだといひます。

1897年というは明治30年です。1894年が日清戦争ですから、日本は物質的にもまだまだ貧しかった時代に、アメリカではこのような記事が書かれて受け入れられていたことに驚きです。むしろ112年経った現在こそ必要な記事のような気がします。最近は、新聞を開けば殺人事件と経済不況の話ばかりです。ほっとするような新聞記事を読みたいものです。

真実を見ることができるのは、信じる心、詩を楽しむ心、愛、人を好きになる心です。これらが存在する世の中にはサンタクロースがいます。子どもたちの心の中にはサンタクロースがいます。そして、それを育てている大人たちの心の中にも。目に見える説明責任を求め、損得勘定が優先する現在の世の中では、サンタクロースはいなくなりそうです。サンタクロースがずっといる世の中であって欲しいものです。

Is There a Santa Claus? (サンタはいるの?)

きしゃさま：

わたしは8才です。わたしの友だちに、「サンタクロースなんていないんだ。」といっている子がいます。パパは、「サンタのひとがサンタクロースがいるというなら、たしかにいるんだろう」と、いひます。ほんとうのことをおしえてください； サンタクロースって、いるんですか？

ニューヨーク・サン紙の社説：

バージニア、それは友だちの方が間違っているよ。その子たちは何でも疑いたがる年ごろで、目に見えるものしか信じられないんだ。その子たちは、自分で分かることしか存在しないと思っているのです。でも大人でも子どもでも、ぜんぶ分かるわけじゃない。人間の知恵なんてこの広い宇宙では一匹の虫、小さなアリのようなものなんだ。

そうです、バージニア。サンタクロースはいるのです。目には見えないけど愛や人への思いやりや真心があるようにサンタクロースもいるんです。もしサンタクロースがいなかったら、ものすごくさみしい世の中に

なってしまうよ。それはこの世にバージニアがいなくなってしまうのと同じくらいさみしくなってしまうことなんだよ。サンタクロースがいらない世の中では、私たちが味わうよろこびは、手でさわるもの、ただ目に見えるものだけになってしまいます。

サンタクロースを見た人なんていません。でも、それはサンタクロースがいらないってということにはならないだよ。この世の中で一番たしかなこと、それは子どもの目にも大人の目にも見えないものなんだから。

世の中には、目に見えない世界をおおいかくしているベールがあるんだ。それは、どんなに強い人が束になってかかっても引きちぎることができないカーテンみたいなものなんだ。そして、信じる心、詩を楽しむ心、愛、人を好きになることだけがそのカーテンを開けて、向こうにある例えようもなく美しく輝かしいものを見ることができるといひます。

サンタクロースはいないって？ いいや、ずっと、いつまでもいるんです。そして千年も、百万年の後になっても、サンタクロースは子どもたちの心をおくくさせてくれると思ひますよ。

(スペースの関係から、原文の一部を省略して訳しています)

医院でのこぼれ話 『100-7=1???'』

私の故郷、西目屋村の東山治夫さん(仮名、87歳)は、介護保険の意見書作成のために受診しました。腰と膝の痛みが少しありましたが、比較的軽い方でした。さて、短い会話では分からないことがありますので、認知症がないか質問をしてみました。

私: 「東山さん、頭の働きを見てみましょうか。」

東山さん: 「最近、ちょっとおかしくなって来たかも……。」

私: 「記憶力を試してみますよ。今日は何年の何月何日でしたか？」

東山さん: 「何年?? ……」

私: 「何月何日ですか？」

東山さん: 「11月27日」

とはっきり答えました。平成何年かははっきり答えられませんでしたので、もしかして、認知症が始まっているかなと次の質問をしました。

私: 「犬、桜、自動車。この三つを覚えて下さい。」

後でもう一度聞きますから、口に出して言ってみて下さい。」

東山さん: 「犬、桜、自動車！」

とすらすらと出てきました。記憶障害はないかと思いましたが、質問を続けました。

私: 「算数の問題です。100ひく7(ひゃくひくなな)はなんぼだ？」

東山さん: 「1(いち)」

私: 「えっ? 100ひく7だよ」

東山さん: 「1(いち)！」 とはっきり答えました。

ちょっとおかしいなと思って、次の計算をさせました。

私: 「90ひく7(きゅうじゅうひくなな)は？」

東山さん: 「83(はちじゅうさん)」

この答えを聞いて私はびっくり。

私: 「93ひく7(きゅうじゅうさんひくなな)は？」

と、さっきの続きのつもりで聞いてみました。

東山さん: 「86(はちじゅうろく)」

とちょっと間を置いて答えました。これには、またまたびっくり。もう一度最初に戻って、

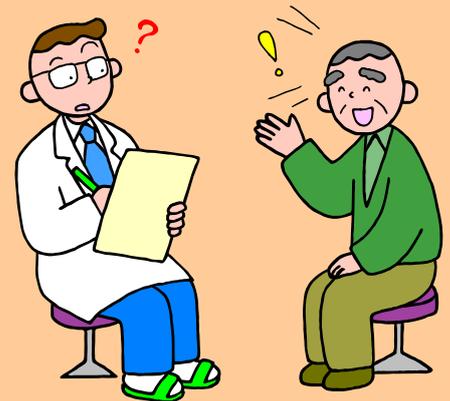
私: 「100ひく7(ひゃくひくなな)は？」

東山さん: 「1(いち)！」

私はここではっとしました。もしかして、これかな!! と思って、

私: 「100ひく7(ふいやぐひくなな)は？」

東山さん: 「93(きゅうじゅうさん)」



これではっきりしました。インフルエンザ対策としてマスクをしていた私の発音では、ちょっと耳が遠くなっていて東山さんには、「ひゃく」が「はち」に聞こえていたらしいのです。「8ひく7」は「1」のはずです。そして、「ひゃく」を津軽弁の「ふいやぐ」と英語のFの発音にすると、「100」が正しく通じたのでした。

5のことを英語ではファイブと言います。英語の先生は、「下唇をちょっとかんで、ファイブと発音して下さい」と教えてくれますが、津軽弁の「百円(フィヤグエン)」の発音を教えれば、もっとすんなりと発音できるのにと私はいつも思っています。「フィヤグエン、フィヤグエンのファイブ」と教えれば英語らしく聞こえること間違いありません。