

沢田内科医院 ニュースレター

第 132 号

コロナとインフルエンザ (澤田直也)

2年ぶりにタミフルを処方しました。タミフル(オセルタミビル)はインフルエンザの薬です。今年インフルエンザも同時流行することが予測されていましたから、予想はそれなりに当たったこととなります。ただこれを書いている1月下旬現在、発熱外来そのものの件数もかなり少なくなっており、多くても1日20件弱、その中の大部分はやはりコロナでインフルエンザはわずかです。まだまだマスク

をつけて生活する人が多いため大流行には至っていないようです。ウイルスはマスクをつけていない場面でうつるわけですから、同居家族やマスクなしで接触した方の中にインフルエンザの方がいる場合はインフルエンザの検査を追加で行っています。インフルエンザには幸い、ワクチンも治療薬もありますので高齢者の中から重症者が出ないように注意していきたいと思います。



■ 年末年始の発熱外来

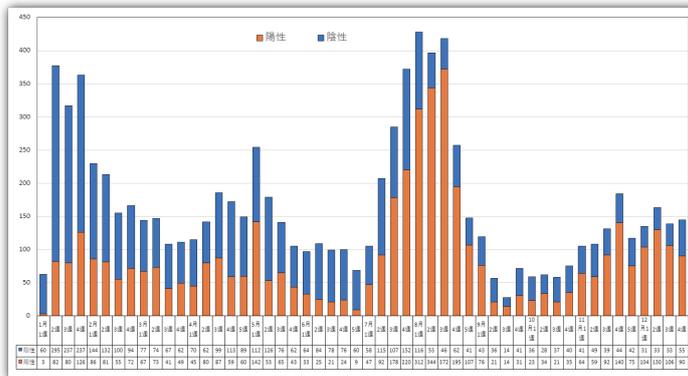
12月29日から1月3日まで年末年始の休業していましたが、今回もコールセンターや急患診療所からの発熱患者さんに対応できるように午前10時から12時まで臨時で発熱外来を開設していました。一部職員には休みも返上でがんばっていただきました。

8月のお盆休み期間の臨時発熱外来はものすごい数の問い合わせで大変なことになったため、年末年始もかなり警戒していましたが幸いそれほど多くなることはありませんでした。

これはコロナの患者さんが減ったということではありません。発熱した方がすぐに医療機関を受診するのではなく、まずは市販の抗原検査をするなどの対応が定着してきたためと思われます。毎日16時30分になるとニュースでその日のコロナ陽性者数と死者数が発表されますが、国でコロナの全数把握をやめてしまったため、もはやこの陽性者の発表が感染の全体像を示さなくなりました。たとえば今43歳の私が発熱して、市販の抗原検査で陽性とわかって市販薬を買って自宅療養に入ったとします。その場合、医療機関を受診してはいませんし、保健所にも届け出ていないわけですから県の感染者の発表には出ないこととなります。12月以降、毎日コロナでの死者数の発表がこれまでより格段に多いことにはお気づきのことかと思いますが、ウイルスの毒

性が極端に強くなったわけではないので死者数が多くなっているということは数字に出ない感染者がそれだけ多くなっていたと推測されます。

年末にそれを裏付けるようなエピソードがありました。年末のある日、発熱外来をしているときにコ



ロナではないのですが入院が必要な患者さんがいました。救急車で搬送するときはいつもなら看護師さんをお願いするのですが、そのときは発熱外来終了の時間だったので私が同乗して救急搬送することにしました。雪深い日だったのでかなり揺れて車酔いしそうに

なりましたが、それなりにスムーズに病院には到着しました。しかしなんと救急外来前に救急車が4台も待っているではありませんか！その後病院の中に搬入するまで1時間半もかかりました。その間にさらに2台、私たちの後に救急車が到着して待ちました。救急車の中で救急隊の方と少しお話をしましたが、このような状況は決して珍しいものではなく、出勤件数も例年よりかなり多くなっているようです。勤務時間中もほぼずっと出勤している状況で疲労もたまってきたことでした。救急外来の15床あるベッドは文字通りすべて埋まっており、救急の先生が次から次に入ってくる電話に対応していました。外来受付の前の椅子にもたくさんの歩いてきた患者さん達が待っており、これだけの患者さ

人達を診察し終わるのにどれだけ時間がかかるのだろうと想像するだけで気が遠くなりそうでした。

新型コロナウイルスは令和5年5月からインフルエンザなどと同じ5類感染症という扱いになるようです。若い人にとってコロナはただの風邪と同じような感覚になっていくのでしょうか。しかし分類を変えたからといってコロナウイルスは手加減してくれ

るわけではありません。前述のように自分たちの目に触れないところでたくさんの発熱患者さんが救急外来にお世話になり、持病があったり高齢になったり体力が落ちた人達にとっては脅威であり続けます。分類が変わろうと私たちがやることはこれまでの3年間と何ら変わりません。これからも感染対策をしながら、コロナウイルスは常にいるものと思っ

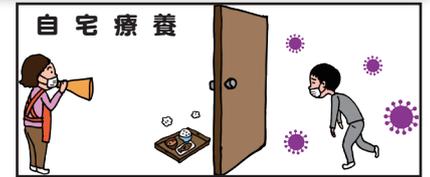
て診療を続けていかざるをえません。

■ 病棟でのコロナ院内感染、担当看護師も陽性に

年末年始の発熱外来が予想よりも少なかったためホッとしたのもつかの間。年末より当院の病棟に入院していた患者さんに風邪症状があり、PCR検査をしたところコロナ陽性となりました。同時期に入院していた他の患者さんや付き添いの方も調べてみたところ、さらにもう1名の患者さんが陽性となりました。コロナの流行り始めの頃に1名、個室でコロナ肺炎の患者さんを入院させていたことがありましたが(このときは退院してから陽性と判明した)、入院でみるのは実質はじめてでした。PCR検査で陰性だった患者さんには退院していただき、陽性だった2名の患者さんを個室管理として入院制限を行

ました。

その後、コロナと判明する前に患者さんを担当していた看護師さんもコロナ陽性となり自宅療養になりました。コロナ陽性となった患者さんはトイレ付きの個室に隔離して10日間経過していただきましたが、幸いみんな軽症で療養期間を終えることができました。もともとの病気があって入院されている方が院内でコロナにかかるとかなり重症化のリスクが高くなります。院内でコロナが発生した際にどのように対応していくのかを再確認する貴重な機会となりました。



弘前大学医学部附属病院研修医 楊薇 先生

直也注釈：日本語として不自然なところがありますが、将来見返したときに初心に戻れるように、あえてそのまま掲載することにしました。

弘前大学附属病院臨床研修医2年目の楊薇と申します。6年前来日しました。中国出身で人生の最初35年は中国で暮らしていたが、これからは日本で生き続けたいと思います。

沢田内科でこの一か月間毎日充実的に感じました。プログラムAだからほかの研修医先生と違って、地域の病院でなくてずっと大学病院で研修してきました。触れた患者さんはほとんど重症であって、もしくは先端医療が必要です。腹痛とか発熱とか一般主訴の患者に会う機会が少ない感じをしました。ここでたっぷり会えるのがありがたいと思います。

私は外国人医師なので一番困るのは病気自身ではなく、言葉の壁、患者とのやり取りと医療システムです。

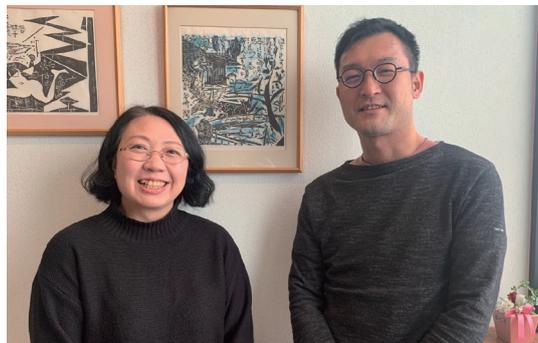
まずは患者とのやり取り、た

例えば一人暮らしの高齢者にどうやって関心を示すか？中国と日本には異なる社会的背景があり、一つのことに対して違う考え方がいるかもしれません。患者の気持ちが分からない上に言葉の壁もあって誤解を招きやすいです。そのことを澤田先生からたくさん学びました。先生は本当にいい先生です。先生は患者の立場に立っているんだなと実感しました。確かに患者想いのいい先生だと思います。

もうひとつは医療システムです。重症の患者にあったら緊急でどう対応するか、どこに連絡すればいいか、紹介したい患者をどこに紹介すればいいか最初は全然わからなくて、この一か月でいろいろ見て先生にいろいろと教えてくれてだんだんわかるようになっていきます。なんと複雑だなと感じました。

沢田美彦先生がアメリカ留学経験あり、異国で留学生の立場で私の感情をよく理解してくれるのが感動しました。

いろいろ私を感動させるところがあります。コロナ流行中、



検査や受診に悩む患者が結構いるかもしれません。沢田内科医院はコロナPCR機械3台持っています。一日数十人分の検体を検査できます。エコー検査や一般的な採血検査なども外注でなく、院内でできます。患者にとって便利です。外来でよくならない患者や急変の可能性がある患者を入院させて治療続けます。この点も医者も患者も帰宅よりも安心できる。夜も当直の看護師さんもいる。入院の患者はもちろん、かかりつけ医として通院の方も急病があれば夜

中でも見てくれる。先生が患者さん一人一人大事にしてくれるのが感動した。

美彦先生と一緒に西目屋村の小学校入学健診と幼稚園に健診に行きました。初めて小学校健診をみました。貴重な経験でした。

この一か月の研修、いろいろをみた。いろいろ感じた。いろいろ感動した。

黒石病院研修医 藤林照太郎 先生

黒石病院2年目研修医の藤林照太郎です。この度2022年12月より1か月間、沢田内科医院にてお世話になりました。1か月という短い間でしたが、非常に密度の濃い経験をさせていただきました。

学生時代を含めて開業医での研修は初めての経験でした。自分にとって、開業医のイメージは子供の頃にインフルエンザなどで受診したときのもので、医院全体としてまったりとした時間が流れているイメージでした。その頃の記憶と比べて、沢田内科医院は患者数、スタッフ数が多く、総合病院の



内科と同じような第一印象でした。しかし、患者数が多くても診察室はアットホームな雰囲気であり、開業医と総合病院の中間の様な医院だと感じました。このような雰囲気を保ちながら数多くの患者さんの診察を行うことができるのは難しいことだと思います。これはスタッフ全員の協力やこれまでの経験などが可能にしていると思いますが、その一つとして紙カルテも関係していると感じました。研修し始めて、最初は全く紙カルテに慣れませんでした。しかしながら、研修を続けるうちに紙カルテであることで患者さんと正対して話す時間が増えたり、パソコンでファイルを開く時間が少なかったりと良い点があることを実感できました。また、先生方のカルテと自分のカルテを比べると、先生方のカルテは過不足なく簡潔にまとまっておりととても見やすかったです。電子カルテでも紙カルテでも文章を書くという作業は同じはずですが、なぜか紙カルテの方が自分の考えを言語化するハードルが高く感じました。

まだまだ言語化する上で、自分自身理解しきれていない内容や勉強が足りていない部分があったのだと思います。また、久しぶりに自分の文字をたくさん見て、やはり下手だと感じたので直したいと思いました。

徐々に紙カルテに慣れながら研修を続けるうちに多種多様な症例を経験することが出来ました。研修医には2年間の間に必ず経験しなければいけない症例や症状があるのですが、それがこの1か月間で全て経験できてしまうのではと感じてしまうほどでした。内科医院とあるように主に内科系の疾患が多いで

すが、外科系や産婦人科系の疾患であることもあります。専門外の疾患を診察することは怖いことだと思います。医師にとって知識は防具で手技は武器と言われることがあります。先生方はダイヤモンドの防具にダイヤモンドの武器を持っているのだと思います。どんな患者に対しても同様に接する姿は百戦錬磨の勇者の様です。まだまだ自分は布の服に木の棒で戦っていると思うので、今後も勉学に励み自分の防具と武器を磨いていきたいと思っています。

最後に沢田内科医院では昼食もご馳走になりました。とても美味しくたくさん食べてしまい、2kgほど体重が増えました。学生時代より既に10kg程太ってしまい、このまま太り続けると防具が入らなくなりそうです。黒石に戻ってからは何とかダイエットしたいと思います。1か月という短い時間でしたが様々な経験をさせていただき、本当にありがとうございました。

弘高で開校記念講演会 (澤田美彦)

弘前高校は明治17年10月に青森県中学校として青森で開校しました。明治22年に弘前市元寺町に、明治26年に現在地の新寺町に移転しています。明治34年に青森県立第一中学校、明治42年に青森県立弘前中学校、昭和23年に弘前高等学校と改称しています。

弘前高校では毎年9月末に開校記念講演会を行っています。今から思うと私が高校生の頃にエベレストを滑り降りたプロスキーヤーの三浦雄一郎さんの話を聞いたことがあるのですが、あれは開校記念講演会だったのでしょ。

約1年前に令和4年の開校記念講演会で話をするようにと弘前高校から依頼されました。高校を卒業して50年以上にもなります。電話で依頼された時にどのような話をすればいいのかも確認しないで承諾してしまいました。その時点で私の頭の中では話す内容の構想がすでに出来上がっていましたので。弘前高校で講演をするとすれば私にはキーワードが二つあります。「天下の賢」と「一隅を照らす」です。ですから、講演会では、「天下の賢を求めて～開業医として一隅を照らす～」と題して話をしました。

これまでもニュースレターの中で何度も書きましたが、私が在学して

いた当時の小田桐孫一校長の話はずっと忘れられません。講演会では自己紹介もしないで、1枚目のスライドは陸羯南の五言絶句です。『名山出名士 此語久相伝 試問巖城下 誰人天下賢』、2枚目は、『径寸

10枚是れ国宝にあらず 一隅を照らす 此れすなわち国宝なり』です。

学生時代に校長室に1度だけ入ったことがあります。東奥日報で行っていた大学入試模擬試験の記念品が送られて来た時に、それを校長室で受け取った記憶があります。でもその時にどんな話をしたのか全く記憶にないのです。ですから、私は小田桐校長に導かれて50年以上も生きて来ましたが、一言も言葉を交わした記憶がないのです。

講演の中で自分の進路を決める時のことにも触れました。その時その時に進路を選択することも一つの方法です。一方、ただ学校で勉強するのではなく、自分の将来をきちっとイメージすると自分が今何をしなければならぬかが分かります。医師を目指した私はこの方針でやってきた。しかし、大きな病院の勤務医で通そうと思っていながら急遽開業することに決めた。でも、これは挫折ではなくバージョンアップだったと考えている。このような話をしました。

学生から感想文を貰いました。その中に「恥ずかしながら、天下の賢を知りませんでした」という

のがありました。体育館の後ろの方には「誰人天下賢」の扁額が掲げられているのですが、この感想文を読んで、これだけでも講演会で話をしてよかったですなあと思いました。

弘前高校(古川浩樹校長)は9月30日、開校記念講演会を同校体育館で開いた。卒業生で弘前市の沢田内科医院前院長の澤田美彦さんが講師を務め、影響を受け

た人物や開業医としての志、力を入れる人材育成について語り、後輩に向けて「一隅を照らす人になってほしい」と激励した。(石田紅子)

沢田内科医院前院長の澤田さん



「一隅を照らす人になってほしい」と生徒を激励した澤田さん

「一隅を照らす人に」

弘前高開校 後輩へ激励 記念講演会

同校は今年、創立139年を迎えた。講演会には全校生徒711人が参加し、2、3年生が体育館で、1年生は各教室でそれぞれ聴講した。澤田さんは西目屋村出身で、1971年に同校を卒業し、弘前大学大学院を修了し、県立中央病院など県内の病院勤務を経て95年に開業した。現在、弘前市医師会会長を務めている。澤田さんは「天下の賢を求めて、開業医として一隅を照らす」と題して講演。高校時代の小田桐孫一校長に強い影響を受けたと語り、「自分の身に付けたことを次に伝えることも役目」と述べ、後輩たちの今後の活躍に期待した。

し、「天下の賢(天下第一の人物)とは『一隅を照らす人』であり、それは『その人がいなくては物事が滞り困るといような人』と紹介した。「自分のためにとにかく勉強した」という学生時代を振り返り、「生き方を決めるには10年先ぐらいまでの目標を決めて進む。そうすれば、今何をしなければならぬかが分かる」と助言した。