

わ げ ん あ い ご
和顔愛語

医療法人 真生会
真生会富山病院
SHINSEIKAI TOYAMA HOSPITAL

今回の表紙

新型コロナウイルスワクチン接種の運営中心メンバー。手元のポーズはワクチンの「ワ」を表した手話です。コロナが終息したらマスクを外して記念撮影できるといいですね。

💡 **くすりのぎもん**

お茶で薬を飲んでいい？
期限切れの薬は飲んじゃダメ？

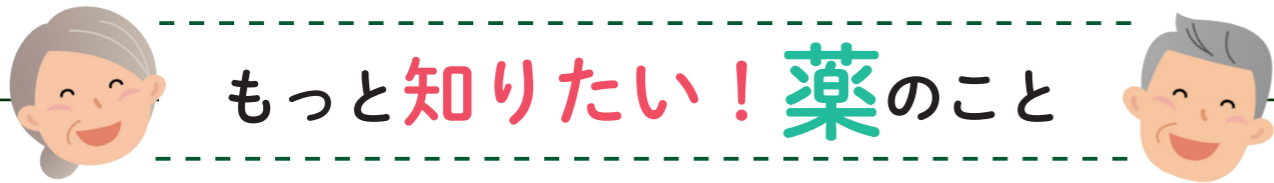
💡 **もっと知りたい！薬のこと**

ジェネリック医薬品って何？
院外処方せんの期限はなぜ4日なの？

💡 **病院薬剤師のしごと** そして、病院から地域へ

💡 **梅原康次医師とミャンマー** クーデターに何を思う





もっと知りたい！薬のこと

ジェネリック医薬品って何？

ジェネリック医薬品については、日本ジェネリック製薬協会ホームページに、わかりやすい説明がありますので以下、引用します。

ジェネリック医薬品は、新薬（先発医薬品）と同じ有効成分を使っており、品質、効き目、安全性が同等なおくすりです。厳しい試験に合格し、厚生労働大臣の承認を受け、国の基準、法律に基づいて製造・販売しています。さらに、製品によっては、服用しやすいように大きさや味・香りなどを改良したジェネリック医薬品もあります。新薬に比べ開発費が少ないために、新薬より低価格なおくすりです。

日本ジェネリック製薬協会ホームページ
<https://www.jga.gr.jp/general/about.html>



院外処方せんの期限はなぜ4日なの？

医師が診察して処方された薬は、その時点の症状に合わせたものとなっています。日数が経過してしまうと、その症状に合わなくなる可能性が高くなります。期限は発行日を含めて4日間ですが、できるだけ早く薬を受け取ってください。週末など薬を受け取りに行けないこともあり得ますので、4日間という期間が設けられています。処方せんをもらったら、早く薬を受け取るようにしましょう。



薬局で買える薬は一般的に、病院でもらう薬と比べて安全性が高い反面、効果もほどほどです。また、さまざまな症状に対応するため、数種類の薬を配合してあるものが多いです。最近「スイッチOTC」と呼ばれる薬が販売されており、これは病院でもらう薬と同じ成分・同じ量が入っています。購入するには薬局薬剤師の説明を受ける必要があります。薬局で買える薬を使用し、それでも症状が良くならないときは、医療機関の受診をお勧めします。

薬の疑問に答えてもらって、勉強になったね。
今までは捨てるのがもったいなくて、余った薬はそのまま取っていたわ。
症状に合わせて出された薬だから、処方せんには期限があるんだね。
そういえば、病院でもらった薬がなくなっただけけど、いつも行くドラッグストアで同じような薬が買えるのかしら。

くすりのぎもん

その飲み方、間違っていないか？



Q 1,
お茶と一緒に薬を飲んでもいいですか？



お茶は大丈夫。でも薬の作用に影響する飲み物があります。

一部の薬を除いて、お茶で薬を服用しても大きな問題はありません。その昔、貧血治療に用いる鉄剤はお茶と飲み合わせが悪いと言われてきましたが、現在そのような心配はないようです。その他の飲み物で薬の作用に影響するものとして、牛乳、フルーツジュース、お酒などがあります。詳しくは薬剤師にお尋ねください。

Q 2,
期限を過ぎた薬を飲んだらダメですか？



適切な保管のもと使用期限を守り、余ったら捨てましょう。

薬の期限は品質の保証期限です。必ず守りましょう。「室温」「冷所」「湿気を避ける」「遮光する」など、それぞれにあった適切な保管場所であれば、数か月から1年程度は問題ないことが多いです。包装に有効期限が印字されている薬も増えてきましたが、適切に保管されていることが条件です。病院でもらった薬は、病状、症状に合わせて処方されていますので、余った薬は捨てるようにしましょう。

お知らせコーナー Information

■真生会なつめ鍼灸院オープン

令和3年8月、院内に真生会なつめ鍼灸院がオープンしました。鍼とお灸専門の治療院です。

治療には伝統医学的な考え方をうけ、刺さない鍼や浅い鍼、熱くないお灸を多用し心地よく感じる刺激で治療を行います。治療はすべて予約制です。

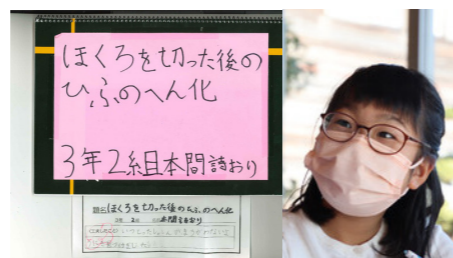
詳しいことをご知りになりたい方は、真生会なつめ鍼灸院のホームページをご覧ください。



(左) 受付、(右) 治療ブース

■形成外科の患者さんの自由研究が校内で金賞を受賞！

作道小学校に通う本間詩彩さん(右の写真)が、形成外科でほくろの手術をしました。これを自由研究としてまとめ、校内で金賞を受賞されました。ホクロとは何か、なぜ手術したかったのか、どのような手術か、術後の手当の仕方、傷の経過を写真付きでわかりやすく説明、考察した研究です。



また、自由研究の内容を作文にして新聞社主催のコンクールに投稿し、銀賞を獲得されました。手術を担当した梅原康次医師もダブル受賞を喜んでいます。

■消化器内科の夕方診療は予約制

消化器内科(消化器センター)の夕方外来(月・水・金)では、予約の方のみ診療しております。予約のない方は内科で診療いたします。ご不便をおかけしますが、ご理解のほどお願いいたします。

■眼科は初診の方も予約ができます

眼科(アイセンター)を受診される際は、初診の方でも事前に電話で予約をお取りいただけます。予約のある方を優先して診療しているため、予約のない方は待ち時間が長くなります。混雑緩和のため、あらかじめ予約されることをお勧めいたします。

0766-52-6979 (アイセンター直通)

病院薬剤師のしごと

「院内薬局で薬を渡してくれるのが病院の薬剤師」というイメージをお持ちの方が多いかもしれません。病院薬剤師は、他にもこんな仕事をしています。

調剤 業務

医師の処方せんに基づき、薬を取りそろえることです。処方せんの内容に問題がないかを吟味し、問題があれば処方した医師へ問い合わせを行います(疑義照会と言います)。

一部の点滴は、病院薬剤師が清潔な空間で混合作業を行います。当院では、抗がん剤やリウマチなどに用いられる生物製剤、中心静脈栄養と呼ばれる太い血管から投与する高濃度の点滴の混合をしています。

病棟 薬剤業務

入院患者さんの薬物治療に貢献すべく、病棟の仕事に専門的に関わる時間を取っています。入院時の持参薬の確認から退院時の処方の確認から退院時の処方の整理、入院患者さんの治療について話し合うカンファレンス(会合)への参加、点滴ルート管理、病棟の薬品管理など、多岐に渡ります。

多職種 連携

患者さんを中心に多職種が連携して治療に当たるチーム医療を、外来・入院ともに行っています。薬剤師が関わることで、「なぜこの薬が出ているのだろうか?」「なぜこんなに量が多い(少ない)のだろうか?」「このような薬の組み合わせはあり得るのだろうか?」など処方せんの「なぜ?」に気づき、解決しやすいです。最近では調剤薬局の薬剤師や訪問看護師と連携する機会も増えてきました。これから在宅医療の需要が高まり、連携はとても重要と考えています。



そして、病院から地域へ

先日、射水市役所で市の職員とお話する機会があり、さまざまな職種が地域の医療・介護に携わっていると聞きました。特に印象的だったのは調剤薬局の薬剤師の活躍です。ケアマネジャーと勉強会を共催したり、訪問薬剤指導では患者さん宅で薬の管理や指導をしながら思いを聞き、その活躍が評価されているとのこと。私は同じ薬剤師ですが、調剤薬局の薬剤師がどのような仕事をしているのか、意外と知らないことに気付かされたのです。調剤薬局の薬剤師の活躍には、とても感銘を受けました。地域を支える医療、介護に真生会の薬剤師もこれから積極的に関わりたいと思っています。

(薬剤科科长 後藤敦史)

うめはらこうじ 梅原康次医師とミャンマー

クーデターに何を思う



令和3年(2021年)2月、ミャンマーで国軍によるクーデターが発生。民主主義を守ろうと抵抗する市民との間に激しい衝突が起き、現地の医療も大きな打撃を受けました。ミャンマーで医療支援を行った経験のある梅原康次医師(形成外科医長)は、この現状に何を思ったのでしょうか。

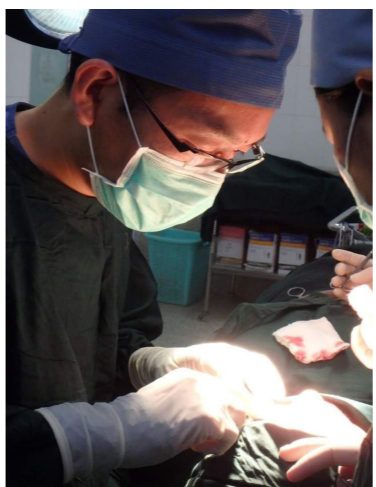
バナナの葉っぱでやけどを治す ミャンマーの子どもたち

ミャンマー全人口の7割が農村部に住み、農村部イコール無医村です。病院はもちろん、医師も看護師もいないため、さまざまな病気やケガは伝統的な民間療法によって自分達で治すのが普通です。たまたま近くに病院があっても医療保険制度がないため、治療費は全額自己負担。生活水準が低い大多数の人にとっては、手術を受けることが、夢のまた夢なのです。

ミャンマーの子供達は小さな時から料理を覚えます。一般家庭では「かまど」を使っていますから、全身大火傷を負うことは稀ではありません。病院で治療を受けるという選択肢がもともとありませんから、バナナの葉っぱを巻いて治すなど、日本では想像できないような民間療法もあります。その方法もまんざら悪くはないのですが、治った後には「瘢痕拘縮(ひきつれ)」を起こしやすく、指や腕を伸ばすことができない、ふともも同士がくっつい

て歩けない、あごと胸がくっついて前を向けないなど生活に大きな支障を来したまま、成長することになります。そんな子どもたちを無償で治すというプロジェクトに参加したのです。

ミャンマー全国から患者が集まり、中にはバスを3日間乗り継いで来た家族もありました。1日10人、5日間。手術の合間に外来診療と病棟回診を行います。既製のガーゼはないので、自分で布を切って、縫って、滅菌して、大事に使います。朝から深夜までぶっ通しの活動でしたが、やりがい満ちあふれ、疲れることはありませんでした。



なぜミャンマーだったのか

紛争地を含め、医療の届かないところに医療を届けたい気持ちがありました。医師を志し、形成外科医としてある程度の技術が身に付いた頃、海外で医療活動をする方法を探しました。そんな中、ミャンマーで医療ボランティアをされている中原慶亮先生(高岡整志会病院)を知りました。当時、私は京都にいたのですが、富山におられる中原先生のもとへ突然押しかけ、変わり者と思われつつも毎年同行させていただくことができたのです。このような出会いでミャンマーとの縁が生まれたのです。



私から見たミャンマーという国

貧しい国ではありませんが、貧しさを感じさせないほど、みな笑顔で、とにかく親切です。さすがは仏教国というべきか、利他の精神が浸透した素晴らしい国民性に感動しました。暑いですが、自然が美しく、緑に囲まれ、日本にはいない鳥の鳴き声、風の匂いに癒されます。料理はやや辛めですが、日本人の口には合いますね。

クーデター後、 ミャンマーの医療は

ミャンマーの医療水準は低いです。人口あたりの医師数は日本の10分の1。看護師数は医師よりも少ないです。病気になっても病名すら分からないまま亡くなる人が多いようです。救急医療もなきに等しいといつてよいでしょう。高度な医療を受けたい富裕層は、タイやシンガポールへ行って治療を受けます。

クーデター後は、軍政権のもとで勤務することはできないと、ほとんどの医療者がボイコットを続けています。入院継続が必要な患者ですら自主的に退院し、軍政に抗議しています。病院そのものが機能せず、軍によって占拠された所さえあります。一部の医師や看護師が、軍人に見つからないようにボランティアで医療活動をしているのですが、軍はそれを許さず、医療者を不当に逮捕しています。それでも何とか病人やけが人を治療したいと、命をかけて、ひるまずに頑張っています。

この事態に力になりたいと考え、院内で人道支援の寄付を受付けました。予想をはるかに上回る寄付金が集まりました。毎週、数枚の1万円札、数えるのに難儀するくらい多くの硬貨も入っていました。ミャンマーのひどい状況に強く心を痛める多くの方が人道支援に参加してくださったことが分かり、大変ありがたく、うれしく思いました。そのお気持ちに伝え、より多くの医療難民に薬や食糧を届けるため、支援の輪を広げていきたいと考えています。

診療案内

診療科

内科、外科、小児科、整形外科、耳鼻咽喉科、皮膚科、形成外科、眼科、麻酔科、心療内科、精神科、神経内科、放射線科、泌尿器科、消化器内科、呼吸器内科、リハビリテーション科、腎臓内科、血液内科、循環器内科、糖尿病・代謝内科、緩和ケア内科、真生会デンタルクリニック（歯科）

受付・診療時間

【午前外来】 平日・土曜日

受付 8:00 ～ 11:30

診察 8:50 ～ （※整形外科のみ 9:00 ～）

7:45 から整理券を配布します。

正面玄関は 7:45 に開きます。

【夕方外来】 月、水、金曜日のみ

受付 16:00 ～ 18:45

診察 16:30 ～

（※整形外科と眼科のみ 17:00 ～）

15:40 から整理券を配布します。

2つ以上の科を受診される際は、午前
は 11:00 まで、夕方は 18:15 までに
受付をお済ませください。

【休診日】 土曜日午後、日曜日、祝日

休診時間帯は、当番医師が待機して
おります。

※診療日は科によって異なり、診療時間は
変更する場合がございます。診察医の希
望のある方は、事前にお確かめください。

敷地内全面禁煙

を実施しています。

（※病院建物内、駐車場、駐輪場すべて）

電子タバコについても

従来のタバコと同様に

敷地内全面禁煙としています。

ご理解とご協力をお願いいたします。



毎月好評！

イベント食

入院患者さんに月 1 回提供しているイベント食をご紹介します！
今回は不定期で開催している世界の郷土料理シリーズから、
タイ料理を紹介します。

★真生会の栄養士の Facebook はこちら★

<https://www.facebook.com/shinseikainoeiyoushi/?fref=ts>



NST（栄養サポートチーム）
公認キャラクター



左：まもりタイソウ
右：まもりマスヨ

～お品書き～

ガパオ風ライス / タイ風焼きそば / マンゴー

今回は使用していませんが、エスニック料理に欠かせない調味料がナンプラー。カタクチイワシなどの魚を塩漬けにして、1年以上発酵させた魚醤の上澄み液を使って作られます。魚独特の香りと、強い塩味が特徴です。炒め物、和え物、サラダなどに“少量”ナンプラーを加えると、瞬く間にエスニック風に。焼きそばは、麺（本場では米粉を使用）にレモンとエビをトッピングしてタイ風にアレンジしました。



タイの国旗

編集後記

特集記事は薬の話。入院中は看護師や薬剤師のサポートで薬の管理・服用をしていた方が、退院した途端、薬を飲まれなくなることがあるそうです。ご自宅に戻られても正しく薬を飲まれるよう、退院後を見据えた関わりが必要とされています。その際、特にケアマネジャーとの連携は欠かせません。医療法人真生会が患者さん・ご家族・地域の関係者にとって気軽に相談しやすい存在となるよう、交流の機会を増やしていきたいと思っております。

