

お知らせ

人間ドック・脳ドック・大腸ドック・肺ドック・認知症ドック
受付中！詳しくはスタッフまでお気軽にご相談ください。

インフルエンザ予防接種
接種開始！
早割も実施中！

院長の巻頭言

秋 晴れの空が気持ちいいですね。お散歩日和ですが、いかがお過ごしですか。10月は旧暦では神無月といいますが、その名前の由来は諸説あります。神無月は旧暦10月の別名。全国の神が出雲に集まるため、各地では神がいなくなる（神無月）、出雲では神々が集まるため、神在月と呼ばれますし、自然や風習に由来する説として、旧暦10月は雷が鳴らない月として「雷無月」と呼ばれたり、新穀で酒を造る月として「醸成月」と表記したり、収穫を終える「刈稲月」とする説もありますね。それはさておき今月は私が准高齢者65歳になる月です。今は高齢者と言う風潮になっていますが、少し前までは老人といいました。老いた人を言うわけですが、自分が老いたと認めれば老人でもいいのです。日本は超高齢化社会、65歳以上の人口は3600万人を超え、総務省の発表では3619万人。総人口の3割を占める。人生百年時代が謳われ、飯田市では100歳長寿者は59人（男13人、女46人）。私は、やはり長生きできることはめでたいことと思います。

老人の話から先月の「敬老の日」に戻りますが、9月15日は毎年恒例の祝日（休日）診療でしたので、朝9時から夕18時までの9時間を休憩なしで働かなければなりません。開業医で毎月休日当番を受けているところはうちだけです。こんなに真面目に医師会の仕事を受けていますが何の手柄にもならないのが残念です。医師会から何の労いの言葉すらございません。ところでこの当番日の前日就寝前に便意を催し排便したところ、このところ便秘で3日に1回のペースでしたが、普通便が出た後、大量のどす黒い血液がわんさと出て驚きましたが、下血がおさまらないので、何からの下血なのか少し考え、「色はどす黒いし、出血源は大腸の奥、つまり右結腸からか、そういえばはっきりした腹痛はないし、いきんで排便し大量出血すれば虚血性大腸炎だから、考えられるとしたら無痛性大量下血の原因は憩室出血だ！」、まさにここは総合診療ドクターGのように頭の中のコンピュータが働きました。確かに、私の右結腸に憩室が一つだけあることは知っていました。この診断は見事正解だったのですが、この時点で止血剤を自分で点滴すればよかったのでしょうか。私は自分の血管内に独りで静注や点滴ができますし、筋肉注射もできます。勿論痛いけどこんなことくらいは簡単だし、患者さんに痛い思いをさせてんだからこれくらいは我慢しなきゃです。ところが何も処置をしないまま、時刻も深夜0時近かったので、自然に止まるだろうと高をくって寝床に入りました。

就寝後、夢の中に「三途の川」がでてきて、それを渡るか渡らないか迷っているうちに、うなされ、目を覚ましたのが午前4時でした。その時寝床のランプは付いているのに辺りが真っ白く何も見えません。下腹部が気持ち悪く、昨夜の大量下血も記憶にあり、起き上がりましたが、下肢に力が入りません。これは医学的にショック状態といいます。家内に血圧を測ってもらったら74/42mmHg、脈拍96ともはやショックでした。「今日は当番日、今救急車を呼んだら、ここへは戻れなくなる、どうしよう」とこんなショック状態でも医者は冷静に判断できるのだが、今振り返れば自分を褒めてやりたいですね。「かといって、果たして当番日ができるのか、飯田医師会に仲良しの医者も頼れる医者も独りもないし、やれるのは俺しかいないじゃないか」。こう決心したら、4時間以内にリンゲル液を急速補液しなければショックは解除できなくなりクリニックを9時に開けられなくなります。点滴室までやっとの思いでたどり着いて、

どこに置いてあるのか知らない点滴セットを家内と一緒に探し、やっとの思いでセット完了しました。普段なら自分上腕静脈に点滴や採血するのなんて屁のカッパなのに、ショック状態と時間的な焦りのため、何力所も刺しては血管外に漏れたりして、何とか10回目に血管確保ができて、7時に点滴が軌道に乗り、1500mlの点滴と止血剤を注入することができ、血圧はなんとか100/50mmHgに回復しました。診療前にCTで右結腸憩室出血を確認して、なんとか当番日を無事終わらせました。これを武勇伝とするかは我が子達に評価してもらおう。またこんなに強い身体と精神力、決して休まないで毎日働ける私を産んでくれた93歳になる母に感謝です。

ここで、皆さまにも今後の参考になるため、この10月号を借りて大腸憩室出血についてまとめてみますね。大腸憩室出血では突然の大量の血便が起こることがあり、腹痛を伴わないことも多く、重症の場合は輸血や緊急治療が必要。大腸の壁に形成された袋状の突出部（憩室）内の血管が破れて出血します。多くの場合、腹痛はなく突然血便（部位によって、鮮血や暗赤色）が現れます。この出血は自然に止まることが多く（約70～90%）、しかし再出血率は20～40%程度で、再度大量出血することもあります。大量出血では血圧低下、立ちくらみ、めまい、動悸、ショック状態になることもあり、命に関わる可能性があります。危険因子は、高齢者の男性、高血圧、動脈硬化、肥満、内臓脂肪増加、抗血小板薬（アスピリンなど）使用者、食物繊維不足や便秘による腸管内圧の上昇など。治療方法は、安静・絶食・点滴などで自然止血を待つ（軽度～中等度出血）、内視鏡的止血、薬剤注入法により止血、血管塞栓術。内視鏡で止血できない場合の手段として、大量出血または再出血で他治療が不成功の場合の結腸切除もある、と医学書に記載されています。

今の時点9月23日では私の大量下血は止血されています。振り返って、私の血液データから失血した血液量を計算しますと、実に約2リットル、身体の中の全血液の4割が下血したことになります。このことを幾人かの患者さんにお話ししても、何を言っているのか、うわの空で「ばかーん」としていらっやいます、これこそ他人ごとなのです。休日診療日にショック状態で70人以上の患者さんを診ても、他人様からは何の手柄にもならない訳でして、自分で「武勇伝」の一つになったと自画自賛しても、他からみればやはり戯言、他人事なのだ。しかし一夜にして2リットルの急性失血はおどるおどろしい。命からがら今も自分は生きていますよ。誰からも情をかけられず気丈に生きる姿！坂本龍馬はドブ川で死する時も前のめりになって死す。

ところが未だヘモグロビンが10程度にしか回復しない我が身に追い打ちを掛けてくれたことがあり、踏んだり蹴ったりの「珍道中膝栗毛」でした。それは貧血を早く脱却しないと9月27日の腰椎手術に影響が出るからと9月18日脱肛を500g食べたため、右下6番の歯冠のかかった大白歯が痛くなりこの日の夜一睡もできずに、こればかりはさすがに自分で歯科治療はできません。翌朝近所の歯科に無理をいって診てもらいました。応急処置をしたので腰椎手術後に本格的に治す予定です。果たしてこんな状態で9月27日の全身麻酔下の腰椎手術を受けられるのでしょうか。

女性は7の倍数、男性が8の倍数で身体の状態が変化するとい

ます。これから65歳を迎えるところではありますが、64歳がこんなに踏んだり蹴ったりの歳になるとはつゆ知らず、皆さまもこの倍数の歳にはご注意ください。

さて、御嶽海関の久司君の話題ですが、今回は非常に悲しいニュース。母親の大道マルガリータさんが9月12日未明に55歳で急死されました。死因は「消化器官の破裂」によるもので、これが引き起こした「出血性ショック」により命を落とされました。この出血性ショックは私と同じですね。亡くなる数日前から突然の激しい腹痛を訴え、病院へ搬送されましたが、容体が急変し帰らぬ人となりました。具体的な病名は公表されておらず、ご家族のプライバシーへの配慮がうかがえます。マルガリータさんはフィリピン出身で、明るく親しみやすい性格で、相撲中継で熱心に御嶽海関を応援する姿が多くのファンに愛されていました。御嶽海関自身も「母の応援がなければここまで来られなかった」と述べるほど、精神的な支柱であり、強い絆で結ばれていました。2023年7月に父親を亡くしてから一年少々の間に、最愛の母も亡くすという非常に過酷な試練に直面しました。ですが、御嶽海関は母への思いを胸に、2025年9月に始まる秋場所の出場を決意し、師匠からもその覚悟を支援する温かい言葉が寄せられています。今後もその精神力で土俵に立つ姿が期待されています。この悲しい訃報は、御嶽海関や関係者、ファンに大きな衝撃を与えましたが、彼の決意とマルガリータさんの明るい人柄は、多くの人々の記憶に残り続けることでしょう。御嶽海関が土俵で全力を尽くすことが、何よりものりいとなると考えられています。亡くなったご両親のためにも相撲道を全うしてほしい。結局秋場所は7勝8敗と負け越しでした。でも今場所はノークレームです。よく頑張りました。

ところで、最近飯田の方言に改めて気づいたことがありました。名古屋の名鉄デパートでの会話、「最近この店に来ないから、きぶっていたんでしょ」、「きぶって？、何それ」、「きぶるって、言わないの？」、「そんな言葉使わないよ」、「きぶるというのは、すねることを言うのよ」。飯田下伊那では「きぶる」という言葉を標準だと思っています。飯田のなまりには、「～なあ」（標準語の「～ね」）、「あん なあ、屋台行くだにに」（あのね、屋台に行くだよ）、「～にい」：標準語の「～ですよ」に相当、「いいだらあ、いいらあ」、「～らあ」：標準語の「～ですよね」に相当。大学時代に、友人から「今何時？」と訊かれて、「五時らあ」と言ったら、「怪獣のゴジラか？」と笑われた。友人に自動車に乗る前に、「おしっこひったか？」と訊いたら、「ひった？、なにそれ？」と聞き返された。「ひる=放る」、確かに事典には屁を放ると書いてあるから、もしかして小便も大便もひったという言葉は標準かもしれない。「あれ～、えらくはあるかぶりだなあ」、「どえらくみやましくなったなあ」、「おとうま、おかあま、皆元気しとるか？」、「まあいいから、おあがりて」、「そこにおさって、もっと前できよらんか」、「おかしまなんかいいいから、足らくにしてさ」、「よくも早く東京からとんできたなあ」、「あんちゃは、ちんちくりんで、びっしょたい恰好しとったでえ」、「またかりておいな、まっとるよ」。「はれ、だだくさもないものもらって、かんな」。「こんなに部屋をらんどくにして、早く片付けな」。などなど、訊いたことのある飯田弁ばかりですが、最近の若い人はこの方言わかるかなあ。「わからんかなあ、ちようきじゃない…」（ちようき=まとも）。

実りの秋です。皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げながら、ご機嫌よう、さようなら。



まるやまファミリークリニック院長
医学博士 丸山 哲弘



インフルエンザ感染症がもたらす「本当の恐怖」



インフルエンザはその感染力と症状が本当の脅威ではありません。インフルエンザ感染症を切っ掛けに起こり得る合併症が一番の脅威となりうるのです。また、インフルエンザは、単なる「ひどい風邪」ではありません。それは、あなたの命と健康を根本から破壊し、時に取り返しのでない結果を残すウイルスです。特に「ハイリスク」とされる人々にとって、それは身体を襲う脅威です。

1. 命を奪う「合併症」という名の第二の攻撃

インフルエンザの真の恐怖しさは、ウイルスそのものよりも、それが引き起こす重篤な合併症にあります。

肺炎（はいえん）：特に高齢者や持病を持つ人にとって、これは最も致命的な合併症です。インフルエンザウイルスが肺を弱らせたところに、細菌が侵入し、肺が水浸しになるような状態を引き起こします。息ができなくなり、集中治療室での戦いを強いられ、命を落とすことも珍しくありません。

インフルエンザ脳症：主に小さなお子さんを襲う悪夢です。高熱とともにウイルスが急激に脳に炎症を引き起こし、痙攣や意識障害を招きます。一命を取り留めても、重い後遺症（麻痺、知的障害など）が残り、その子の人生、そしてご家族の生活を永遠に変えてしまうことがあります。

2. 基礎疾患の致命的な悪化

もしあなたが心臓病や糖尿病、喘息といった持病を抱えているなら、インフルエンザは爆弾のスイッチを押すに等しい行為です。

インフルエンザに感染すると、体全体の炎症反応が暴走し、持病の状態が急激に、そして劇的に悪化します。心不全を悪化させ、血糖値を制御不能にし、慢性的な呼吸器疾患を一気に生命の危機に陥れます。数年かけてコントロールしてきた健康状態が、たった数日で崩壊してしまうのです。



3. 健康な若者も例外ではない破壊力

「自分は若いから大丈夫」という考えは危険な幻想です。稀ではありますが、基礎疾患のない若く健康な人でも、インフルエンザによる劇症型肺炎や心筋炎を発症し、急激に容態が悪化して突然死に至るケースが報告されています。

インフルエンザは、あなたの体力や免疫力を見極め、最も弱い部分から容赦なく襲いかかります。このウイルスを甘く見ること、そして予防を怠ることは、自らの命と将来の健康を危険に晒す行為なのです。

インフルエンザ予防接種価格表(10月接種割引適用分)

※フルミストは8,000円

対象	回数	価格	対象	回数	価格
6ヶ月～3歳未満 (0.25ml)	1回目	¥2,300	13歳～65歳未満 (0.5ml)	1回目	¥3,500
	2回目	¥1,600		2回目	¥3,400
3歳～13歳未満 (0.5ml)	1回目	¥2,900	65歳以上 (0.5ml)	1回目	¥2,000
	2回目	¥2,600		2回目	—
				1回目	¥3,500
				2回目	¥3,400