

西多摩医師会報

創刊 昭和47年7月

第283号 平成8年7月



『ベネツィアの夜明け』 内山 大

目

次

	頁		頁
1. 西多摩三師会各役員懇親会報告		瑞穂町保健センターの紹介	
広報部	… 2	高水松夫	… 18
2. 理事会報告	広報部 … 3	7. 同好会短信	
3. 会員通知・医師会の動き	事務局 … 7	写真部懇親批評会	田村啓彦 … 19
4. 各部だより		ゴルフ部コンペ	田村啓彦 … 20
新入会員懇親会開催	総務部 … 9	編集部グルメ探訪記	樋口昭夫 … 21
学術インフォメーション	学術部 … 10	8. 伝言板	… 22
5. 文芸随筆諸事百般		9. お知らせ	事務局 … 23
短歌	鹿野純一 … 16	10. 表紙のことば	内山 大 … 24
6. 地区だより		11. あとがき	樋口昭夫 … 24
青梅市民健康の集い	石井好明 … 17		

「西多摩三師会各役員懇親会」報告

6月14日午後7時半より、福生「幸楽園」にて西多摩三師会（薬剤師会、歯科医師会、医師会）の各役員の懇親会が行なわれました。昨年6月に西多摩三師会結成以来、こうした形で各役員が顔合わせをするのは初めてとのこと。各会から10名程、全部で30名程の会合になり、三師会会長松原先生の挨拶、最長老の薬剤師会長の乾杯等の後に、各出席者の自己紹介があり、和気藹々とした中で、各々、情報交換や、今後の医療のありかた、医政について等、話は尽きないようでした。今年の8月には第2回の西多摩三師会総会を予定しており、それに向けての打ち合わせも行なわれ、三師会結束して、益々厳しくなっていく医療環境に対応して、地域医療の発展の為に共に手を携えていこうという強い決意が感じられました。



理事会報告

★ Information

6月定例理事会

平成8年6月10日

西多摩医師会館

【1】 報告事項

(I) 夜間診療実施対策協議会報告

(宮川会長)

平成8年6月3日 於 東京都医師会

出席：宮川会長、他各地区協議会委員及び事務局

議事：①乳幼児特殊救急診療事業の参加医療機関について、西多摩地区では、青梅総合病院、福生病院、阿伎留病院が参加することで了承した。

②夜間診療事業については、三科（外科・内科・小児科）は高木病院、大門診療所、大聖病院、清水外科が、二科（外科・内科）は福生病院、阿伎留病院、目白第二病院、高沢病院が、10月より参加することで了承した。

(II) 地区長会報告

(宮川会長)

6月7日に地区長会を行ない、3歳未満乳幼児医療費自己負担分無料化を各地区自治体首長に要望書を出す事で合意した。

(III) 各部報告

(各担当部長)

(地域医療部) 6月中に地域医療委員会を開催予定している。

(学校医部) 5月25日、第47回十三大都市学校保健協議会(於 幕張メッセ) 報告
(村山理事)

6月27日、第一回学校医委員会開催予定。

(学術部) 多摩医学会役員選任の確認。

6月12日、福生病院の内科新任医師の紹介を兼ねた学術講演会予定。

(IV) 各地区会よりの報告

(各地区長)

(青梅) 5月29日、役員会にて乳幼児医療費自己負担無料化の要望を青梅市長及都知事に申し入れることを決めた。

会員の連絡網は原則FAXにて行なうこととした。

(福生) 6月4日、総会を行なった。乳幼児医療費自己負担無料化の要望書を市長に出す事とした。

(羽村) 6月19日、地区会予定。

【2】 報告承認事項

(I) 入会会員について

— 承認 — (玉木理事)

- (II) 福生すみれ保育園園医の推薦について — 承認 — (玉木理事)
 青山 彰 先生を平成8年7月より平成9年3月まで園医として推薦する。

【3】 協議事項

- (I) 会長諮問委員会設置の件 (玉木理事)
 総務に一任する。
- (II) 老人保健施設開設の件 (小机理事)
 あきる野地区老健施設開設予定に伴う医師会の同意書について、詳細を検討する事で継続審議。
- (III) その他
- ① 小泉新策先生(五日市診療所)の会員資格の疑義について。
 総会で質問のあった上記の件につき、調査の結果、平成7年6月18日廃業、平成7年6月付けで退会を確認した。(注：小泉先生は平成7年11月12日亡くなられた)
 - ② 西多摩医師会の納涼会を7月22日(月) 7：30よりホテル福生国際会館で行なう。
 - ③ 市町村への情報提供書のサンプル書式を次回レセプト提出時に全会員に配布する。

6月定例理事会

平成8年6月25日

西多摩医師会館

【1】 報告事項

- (I) 都医地区医師会長協議会報告(6月21日) (宮川会長)
1. 都医からの伝達
 - (1) 平成8年度都医、日医スポーツ医学講習会の開催について
 都医スポーツ医学講習会を前期平成8年7月13日14日、後期8月24日25日で行う。
 日医スポーツ医学講習会を前期平成8年8月30日31日、後期9月13日14日で行う。
 この講習を受けると日本医師会健康スポーツ医の認定医となる事ができる。
 - (2) 法人医療機関の厚生年金加入について
 平成8年6月1日付で加入するように。2年遡及については協議中。
 - (3) 東京都医師会共済部会の新規加入促進について
 - (4) 妊婦健康診査における超音波検査の実施及び健康診査委託料等請求、支払い手続きの改定について
 - ① 妊婦健診に超音波検査が加わります。(10月1日から)
 - ② 健診の受診票が変わります。
 妊婦健診(8月1日から) 乳児健診(9月1日から)

(5) 新指導大綱及び監査要綱について

萎縮診療にならない様にして下さい。選定委員会には東京都医師会が関与するようにしたい。

(6) 病原性大腸菌O157による食中毒防止の徹底について

(7) 在宅看護及び在宅介護のマニュアルについて

よくできているので活用されるように。

(8) 税制問題アンケート回答結果について

消費税……患者に課税する事は反対でゼロ還付方式とする。

事業税……非課税措置の存続堅持。

相続税……早急な改善が必要。

(9) エイズ拠点病院におけるHIV検査についての報告

(10) MXテレビからの番組制作協力方依頼等について

「健康家族ABC」が7月から放映再開となるので制作に協力お願いしたい。

2. 協議事項 — なし —

3. 地区医師会からの報告

(1) 小石川医師会 予防接種液の現物給付を実現してもらいたい

(2) 江東ブロック 予防接種個別化に関する諸問題について

(3) 目黒区医師会 インターネットのホームページを開設する

(4) 北多摩医師会 准看養成に関する意識調査の報告。准看は今後も必要であるとの結論。唯、准看卒業後、多くの者が進学を希望している現実がある。

4. 日程

東京都医師会創立50周年式典・祝賀会

平成9年12月18日(木) 帝国ホテルにて開催予定。

5. その他

(1) 震災と医療—阪神・淡路大震災の記録(兵庫県医師会編)
事務局で保存する。

(2) 東京の精神保健

① 東京都精神保健協議会からのPR

② 都保健所の再編整備について

(6)

No. 283

多摩ブロック医師会代議員連絡会報告(6月21日)
事業報告、決算報告等。

(宮川会長)

(II) 都医学校医会評議員会・総会報告

(村山理事)

6月14日(金) 東京都医師会館にて開催。

(III) 各部報告

(担当部長)

(学術部) 8月の西多摩三師会総会の講演会の講師について、次回までに決められそう。

(総務部) 新入会員役員懇親会の報告(各部だよりに詳報)

(IV) 各地区会よりの報告

(各地区長)

(青梅) 6月28日、総会予定。

【2】 報告承認事項

(I) 入会会員について

— 承認 —

(玉木理事)

(II) 五日市保健所運営協議会・地域精神保健福祉連絡協議会委員について

(玉木理事)

新委員 小机敏昭先生 旧委員 進藤淳先生

(III) 新規会員年会費査定について

— 承認 —

(玉木理事)

【3】 協議事項

(I) 老健施設開設同意について

(宮川会長)

医療法人社団 秀仁会 櫻井病院より申請のあった老健施設開設同意について承認されました。

(II) 地域産業保健センターの事業について

(奥野理事)

平成9年度設立に向け、事業計画書の作成、産業医委員会を設け準備作業を進めていく。

(III) その他

① 納涼の夕べ開催について

(片平理事)

会費について昨年と同じとする。開催の準備等は福祉一任。

② 医師会として、医療施設開設にあたっての同意基準(案)について(坂本理事)

地域医療委員会での検討案を作った。

③ 老人ホームの配置医、後方病院の実態について調査予定

(宮川会長)

会員通知

- 平成8年度第1回定時総会報告
- 学術講演会 (6/11)
- “ (6/12)
- 会計検査院の検査実施による厚生年金について
- 学術講演会 (6/19)
- らい予防法の廃止に関する法律の施行について
- 平成8年国民生活基礎調査および保健福祉動向調査の実施に関する協力方について
- 「障害年金と診断書」の配布方について
- 平成8年度都医主催日本医師会生涯教育講座の開催について
- 平成8年度医療施設等看護職員海外派遣研修の実施について
- 平成8年度第1回胃がん検診読影従事者講習会
- “ “ 大腸がん検診 “
- “ “ 子宮がん検診 “
- 会報
- 健康保険法施行会等の一部を改正する政令の施行等について
- 第9回(平成8年度)健康スポーツ医学講習会の開催について
- 会計検査院立ち会による厚生年金保険加入調査について
- 平成8年度第2回基本健康診査従事者講習会の実施について

医師会の動き

医療機関数	184	病院	28
		診療所	156
会員数	382	A会員	173
		B会員	209

講演会・その他

6月4日	福生医師会総会
8日	保険整備会
11日	学術講演会

講師：昭和薬科大学病態科学
教授 田代眞一先生

演題：消化管運動と漢方薬

12日	法律相談
-----	------

“	学術講演会
---	-------

(1) 福生病院 梅田 啓先生

ある間質性肺炎に合併した
劇症型A群溶連菌感染症の
一例

(2) 福生病院 栗原一浩先生

巷でみる神経疾患

会議

6月7日	地区長会
10日	理事会
11日	青梅労働基準監督署打合せ
18日	新A会員との懇親会
“	総務会
24日	会報委員会
25日	理事会
27日	学校医部会



学部

Information



〈学術講演会聴講メモ(1)〉

平成8年5月23日(木)

演題名：「脳梗塞・T I Aにおける抗血小板療法」

講師：東京女子医科大学附属脳神経センター

神経内科助教授 内山 真一郎 先生

抗血栓療法に関する国際的大規模試験データに基づく内容の御講演でした。内山先生はこの日に米国ハワイで行なわれました“Blood Coagulation Conference”から帰国されたばかりでした。以下主要内容を要約いたします。

近年の死因統計をみると、高齢化とともに脳卒中の死亡率は減少しているが、患者のQOLが著しく低下している。

(1) アテローム血栓性梗塞

血小板主体血栓→抗血小板療法が適している。

T I Aでは血小板血栓を放置すると雪だまる式に大きくなる。Platelet dependent state。

A P T (1994) の抗血小板療法に関する大規模試験のデータでは、A S A投与で全ての血管事故は27%減少、脳梗塞/T I Aでは23%減少、すなわち抗血小板療法の有効性が証明された。また、若年・高年とも同等に有効、男女差もなく有効性が証明された。「抗血小板薬は何年続ければ良いか？」の研究報告、high risk患者で3年までは解析されているが、研究年数浅く、まだ結果が出せない——現在までの結果では、A S Aが25%、Ticlopidineが33%血管事故を減少させており、少なくとも3年間は投与していた方が有効であることがわかっている。

次に、A S Aの使用量であるが、北米では500~1,500 mgの高用量投与、欧州、日本では75~105 mgの少量投与が行われている。血管事故発生は投与量によって有意差なし、副作用(主に消化器)は投与量が多いほど多く発現していることから、A P Tの統一見解として75~325 mgが有効量とされている。小児用バファリン1錠が81 mgである。

(2) 心原性梗塞

Fibrin richの血栓で大きくなりやすい。抗凝固療法が適応、抗血小板薬の併用。その半数前後はN V A F (Non-valvular atrial fibrillation)が原因で、高齢者ほどその率が増加している。一次予防が重要である。S P A F (大規模試験)では、その危険因子として、「60歳以上、うっ血性心不全の合併、脳卒中の既往、左室駆出率の低下、左房拡大」が挙げられ、S P A F 2では、「70歳以上の女性、収縮期血圧160 mmHg以上、左室機能の

低下」が挙げられている。二次予防効果をみると、ワーファリンに再発予防効果が確認され、ASA 300 mg 投与では予防効果がみられない。人工弁置換後、左室機能の低下した心筋梗塞症例では、強力なワーファリン療法と抗血小板療法の併用が良い。若年者の脳梗塞の原因として、僧帽弁逸脱と卵円孔開存が挙げられる。前者は血小板血栓が生じるため、抗血小板療法の適応である。後者は最近注目されており、右左短絡が証明されれば、これが原因と考えられ、抗血小板療法の適応である。

心原性脳梗塞は、発症後2週以内の再発が多い。感染性心内膜炎によるもの、出血性脳梗塞、大梗塞が否定されたら、抗凝固療法を行う。

(3) ラクナ梗塞

高血圧が危険因子。日本で最も多いタイプである。日本の基底核脳梗塞を集めた3年間のデータを見ると、チクロピジン投与群と非投与群の比較で有意差はみられていない。病因の多様性から、抗血小板療法が適応かどうか、まだ結論が出せない状況である。MRA・超音波ドプラー・血管造影などで出血でないことを確認してから、慎重に抗血小板薬を投与すべきである。

(4) 急性脳梗塞

発症後48時間以内のヘパリン・ワーファリン・ASA (300 mg 以上の高用量) 投与が有効である。最近、第2、3世代の薬、低分子ヘパリン、アルガトロバンなどの投与が行われるようになり、良好な成績が出ている。特に、アルガトロバンはアテローム血栓性脳梗塞に適応があり、APTTを目安に投与量を決め、ヘパリンより出血性合併症が少なく、使いやすい。

(5) 無症候性脳梗塞

経頭蓋内ドプラーで無症候性微小塞栓の発見。抗血小板治療を行うべきかどうか——糖尿病・高脂血症・大血管病変などがみられる場合は適応あり、高血圧だけであつたら適応なし、と考えている。(小机)

〈学術講演会聴講メモ(2)〉

平成8年5月30日(木)

演題名：「成人喘息の診断と治療—最近の具体的な治療の提示を中心に」

講師：結核予防会複十字病院呼吸器科医長 沖 和彦 先生

気管支喘息の発生頻度は、1957年 1.2%、1986年 3.1%、そして現在5~10%と増加している。このような状況の中で日本では喘息死が年間6,000人いる、と言われている。管理が良ければ死ぬ病気ではないはずで、誘因として、患者の認識不足、受診の遅れ、医師の患者への教育不足、医師の治療不足、などが挙げられる。

気管支喘息の病態は、「気道の炎症」である(平成5年ガイドライン)。リンパ球、肥満細胞、好酸球が悪さをしている。病理学上の炎症は好中球が関与しているが、気道炎症と異にしている。好酸球が上皮を剥離させ、さらにリンパ球はサイトカイン、肥満細胞は

ヒスタミンを介して上皮剝離をおこす。

診断は、気道炎症の存在、すなわち喀痰中の好酸球増多が決め手となる。

治療の最大目的は喘息死の回避。(1) 非薬物療法——患者・家族の教育：日記の記入・PEFの測定、吸入器と薬物の所持、使っている薬の理解（どんな時どの薬を飲むのか）、吸入器の正しい使い方、2回吸入器を使って良くならない時は来てもらう（息苦しい、寝ていられないという状態）。(2) 薬物療法——喘息の長期管理。step1. 軽症、症状あるときだけ屯用（ネオフィリン、テオフィリン、吸入ステロイド（ベコタイドは一吹で100 μ 、アルデシンは50 μ ）、抗アレルギー薬、運動で出る場合 β_2 刺激薬。step2. 中等症、週2回以上の発作、日常生活に支障あり、ステロイド吸入200~400 μ g/日、抗アレルギー薬、徐放性テオフィリン。step3. もう少し強い症状、吸入ステロイド400~800（~1,200） μ g/日。step4. 重症、経口ステロイド薬（短期間大量、維持量少なく）、吸入ステロイド800~1,200 μ g/日。 β_2 刺激薬、テオフィリン。

吸入器の正しい使い方——ステロイド・ β_2 刺激薬・抗アレルギー薬・抗コリン薬がある。沈着率低いのでしっかり指導のこと。逆さにしたら出ない。ゆっくり吸って息ごらえをする。スパーサーの使用（呼吸と同調させる必要がないので確実）。(1) ステロイド吸入：気道炎症の抑制、副作用として口腔カンジダ症・嗝声など。(2) 吸入 β_2 刺激薬：サルタノールは速効性、少量で効果発揮、定期吸入は不適、抗炎症薬を使わないと危険（ β_2 が切れたとき、ひどいことになる）、屯用で使うのが主。(3) 吸入抗アレルギー薬：インタール、アトピー型に有効（アレルギーがはっきりしているとき）。(4) 吸入抗コリン薬：肺気腫に有効（アトロベント、フルブロン、テルシガン）。

経口薬——(1) テオフィリン：最近徐放剤が出ている、血中濃度15 μ g/ml程度にコントロールを、中毒症状に注意（悪心・嘔吐・頻脈・不整脈・高度になると痙攣）、タガメット・フルマーク・エリスロマイシンなどと併用で血中濃度上昇。(2) β_2 刺激薬：夜間の発作予防に良い。動悸・手のふるえ・低K血症がみられたら投与量を減らす。(3) ステロイド薬：step3以上の症例、気道炎症を抑える、他の治療があればやらない方が良い、ケナコルト（筋注）は副腎抑制強いので避けた方が良い、短期間多量使用し維持量は少なく。(4) 抗アレルギー薬：予防薬、発作時は無効、オノン・ブロニカは重症でも効くことはあるが、通常中等症まで。(5) 漢方薬：軽症・中等症、抗アレルギー薬と同等、急性期は無効、患者をひっぱりすぎずステロイド吸入使用を。(6) 減感作療法：30~40%の有効率、面倒なため最近減っている。

喘息日誌——自己管理、PEF（ピークフロー）の記録、最大呼気流量（努力性呼出の最大量）＝気道閉塞の客観的な指標、80~100%なら安心、60~80%あぶないぞ・吸入ステロイド量を2倍に、60%以下内服ステロイド投与（15mgを3~4日間、20~30mgを3日間など使い方はまだ決まっていない）、患者の中には余り苦しくない人がいるので注意。

アスピリン喘息——含、NSAID、成人喘息の20%、座薬・経口薬・注射薬どれでも起こす、座薬では入るとすぐ倒れることあり、既往歴をよく聞くこと、前駆症状（涙・鼻水・よだれ）→喉頭浮腫、ステロイド大量投与、使える薬剤（アセトアミノフェン：アンヒバ・ピリナジン・PL・ベレックス・メブロン・ソランタール・ノンフラミン）

運動誘発喘息——予防的投与を。

妊婦の喘息患者——経口ステロイド+吸入ステロイド+テオフィリン、発作時は低酸素から流産の危険、抗アレルギー薬（内服）は奇形の発生があるので避けること。

抗原をいかに減らすか——ペットに特に注意、ハムスター・モルモット・犬・ネコ、特にネコは最も抗原性が強い、ふけ・排泄物が悪い、布団・ぬいぐるみ・カーテンなどのダニ対策：干してから掃除機をかける。
(小机)

〈学術講演会聴講メモ(3)〉

平成8年6月11日(火)

演題名：「消化管運動と漢方薬」

講師：昭和薬科大学教授 田代真一先生

漢方薬の消化管機能に及ぼす影響は、京都料理に薬理作用をもつ種々の薬草がなげなく付加されている事により、アロマセラピーとしての消化管運動亢進を結果としてもたらしめている。ラットの実験で五積散（ごしゃくさん）、苓桂朮甘湯（りょうけいじゅっかんとう）、五苓散（ごれいさん）、四逆散（しぎやくさん）、半夏瀉心湯（はんげしゃしんとう）、人参湯（にんじんとう）、半夏白朮天麻湯（はんげびやくじゅつてんまとう）、人参養榮湯（にんじんようえいとう）、茯苓飲合半夏厚朴湯（ぶくりょういんごうはんげこうぼくとう）の9方剤はシサプリドを、更に半夏厚朴湯（はんげこうぼくとう）を加えた10方剤がメトクロプラミドを、それぞれ超える亢進効果を示した。また最近、医療費高騰を背景に小柴胡湯の副作用死などの、「漢方薬パッシング」が occurring しているが、副作用という事ではないと反論した。
(渡辺)

〈学術講演会聴講メモ(4)〉

平成8年6月12日(水)

演題名：福生病院内科 Dr. による学術講演会

(1) 「ある間質性肺炎に合併した劇症型A群溶連菌感染症の一例」

呼吸器内科医員 梅田 啓先生

高熱、手指・足趾の壊死、浮腫、肝障害、等を呈した間質性肺炎症例。白血球数11,000、PaO₂ 69、リンパ球430と細胞性免疫が極端に落ちていた。HIV抗体は陰性、血液培養でStr. Pyogenes 検出。培養結果が出るまではカルベニン1g/day投与、その後PCG大量療法に変更、剥皮性皮疹出現のためプレドニン併用（頭初30mg/day）・α-グロブリン併用、経過中発熱繰り返しながら治癒する。過敏性肺臓炎・サルコイドーシス・免疫異常等の疑いあるも確定できなかったためずらしい症例。

(2) 「巷で見る神経疾患」

神経内科医長 栗原 一 浩 先生

神経内科の診察では、アナムネーゼが重要である。今回は「頭が痛い」「目がまわる」という訴えに対する診断法の話。

「頭が痛い」→1. 急性頭痛（脳出血、高血圧性脳症（220 mmHg以上の場合）、くも膜下出血、細菌性髄膜炎、ウイルス性髄膜炎）、2. 亜急性～慢性進行性頭痛（結核性髄膜炎、脳腫瘍、慢性硬膜下血腫）、3. 慢性反復性頭痛（古典的偏頭痛（閃輝暗点（+））、普通型偏頭痛（閃輝暗点（-））、群発頭痛（目のうらの痛み））。

「目がまわる」→1. 回転性（前庭系一耳鳴・難聴の有無で分けて考える（-）の場合で注視方向性眼振がみられる場合、脳幹・小脳系疾患の疑い）、2. 動揺性（注視方向性眼振がみられる場合、小脳橋角部腫瘍の疑い）、3. 失神型。

(3) 「C型肝炎治療の現状」

消化器内科医長 石井 完治 先生

HCV抗体陽性の患者をみたとき、GOT・GPTとも25以下、さらにGOT>GPTのとき、正常と考え、インターフェロンの適応を決めて行く。

B型+C型、アルコール性+C型、脂肪肝+C型の場合、これらを治してからインターフェロンを使用する。

(4) 「降圧療法の最近のトピックス」

腎・高血圧科診療部長 北島 和 一 先生

日本ではカルシウム拮抗薬の売上が多い。

最近T/P比（T：最小効果度、P：最大効果度）50%以上のものが良いと言われている。T/P比の高いものとして、カルシウム拮抗薬ではバイミカード、アムロジン、ACE阻害薬ではレニベース、オドリソ、などである。早朝高血圧が脳卒中・急性心筋梗塞発症の原因として注目されている。腎不全から透析導入に至る症例の原因をみると、糖尿病性腎症が圧倒的に多くなり、導入者の半数以上になっている。糖尿病患者に対する降圧療法、ACE阻害薬の投与が注目されている。

最後に福生病院院長 森 皎祐 先生から御挨拶をいただき、懇親会で各先生と交友を深め、病診連携の意味で大成功の講演会であった。

(小机)

〈学術講演会聴講メモ(5)〉

平成8年6月19日(水)

演題名：「高尿酸血症・痛風の診断と治療について」

講師：東京女子医科大学附属病院

膠原病リウマチ痛風センター講師 山中 寿先生

(1) 痛風の診断

- ① 急性単関節炎：下肢関節（特に足関節より遠位）に好発。激しい疼痛・発赤・腫脹・熱感を伴う。放置しても数日で軽快するが再発。
- ② 高尿酸血症の存在：血清尿酸値 7 mg/dl 以上。但し発作中は血清尿酸値が低下する場合がある。
- ③ 血沈亢進、CRP高値、白血球増加。
- ④ 関節液所見：好中球に貪食された尿酸ナトリウム結晶の存在。

(2) 高尿酸血症・痛風患者の生活指導

- ① 適正カロリーの摂取：適正体重の維持、質より量の制限、プリン体制限はほどほどに。
- ② 飲酒の制限：特にビールはプリン体が多い。
- ③ 水分摂取の励行：腎障害・尿路結石の予防。
- ④ 軽運動の励行：有酸素運動（軽いジョギング・ウォーキングなど）は血清尿酸値を上げない。

(3) 高尿酸血症・痛風の治療

- ① 治療方針：無症候性高尿酸血症（ $7 \text{ mg/dl} \sim 9 \text{ mg/dl}$ ）は生活指導のみ。 9 mg/dl 以上の無症候性高尿酸血症及び痛風発作の既往症例は生活指導＋薬物療法。
- ② 痛風の治療。
 - (イ) 発作時：NSAIDの短期比較的大量投与。尿酸値低下剤で尿酸値を急激に低下させると発作が遷延するので注意。
 - (ロ) 高尿酸血症の治療：尿酸産生過剰型にはアロプリノール、尿酸排泄低下型にはベンズプロマロン。（尿中尿酸/尿中Cr比が0.5以上なら尿酸産生過剰型と考える。）痛風発作が完全に緩解してから投与開始。低用量から開始し、漸増して血清尿酸値を 6 mg/dl 未満に維持。
 - (ハ) 尿酸低下剤の薬物相互作用：能書参照。

(4) 痛風診療の誤解

- ① 血清尿酸値を低下させれば発作は治る。
- ② 尿酸値が下がれば尿酸コントロール薬の投与を中止して良い。
- ③ 高尿酸血症はすべて薬物治療の適応である。
- ④ 痛風患者は牛肉を食べてはいけない。

講師が強調した点は、このような誤解が払拭され、正しい痛風診療が行なわれるようにとの事でした。

(診療のポイント)

- ★尿酸値、正常でもある痛風発作!
- ★X線、写真に写らぬ尿酸結石!
- ★高尿酸血症、放置すると腎障害!
- ★肉よりも、ビールに多いプリン体!
- ★運動も、激しすぎれば尿酸増加!
- ★水分を、多く摂取し結石予防!
- ★尿酸値、9以上には薬物投与し6以下に!
- ★痛風発作時、NSAIDのみ! 痛み消えたら尿酸値低下剤! 急激に、尿酸下げると発作が起こる!
- ★尿比重、低下は軽度の腎障害!

(野本)

文芸随筆諸事百般

短歌

鹿野純一

年経るは早しと思ふ立春に

貰った年賀を読み返しつづ

水不足心配しても仕方なし

夜中に冷き雨だれを聞く

湯水で近所に分ける井戸水を

母がくみし音心に残る

憂国の司馬遼太郎を悼ごと

日本列島雪装束となる

房州の海辺できれいな貝さがし

早春の朝は人影もなし

春の陽に白いら美しく

今年も庭につつましく咲く



地区だより

青梅地区

第27回青梅市民健康の集いに参加して

5月26日(日)、天候に恵まれ、定刻前から会場総合体育館玄関前には、行列ができた。

1. 健康相談

10時から、青梅市医師会の先生方と、健康相談に参加する。今年も、男性の少なくないことが目立つ。最初の人でも男性で、自覚症状は何もないが健康と言えるか、というような難しい相談内容なので、成人病学総論から始めて時間がかかってしまい、何人も見ない中に、保健所の先生と交替する時刻になってしまった。

2. 会場を廻る

例年の如く、歯科医師会・薬剤師会・保健所・健康センターのスタッフによる各種相談・展示コーナーが並んでいる。ペットの健康相談というのがあるのも御時勢か。(ただし、ペットは入場できないので、連れて来ないで下さいとのことであった。)

今年の人気は体脂肪測定で、長い列の最後尾で保健婦さんが、もうこれ以上できません、と来る人ごとにあやまっていた。

アルコール体質判定テストを受けたら、やっぱり陽性で、飲めないことが他覚的にも証明された。

例えば「食中毒」というパネルを見ると、「7月から9月の夏場に最も多く発生します。」と書いてある。その下に、「正しいとおもう方はこの扉を開いて下さい。」・「間違っているとのおもう方はこの扉を開いて下さい。」と書いた小さい扉が2枚、並んでブラ下がっている。試みに間違っているという扉をめくると、「ブッー、×です。残念でした。ぜひ下の解説を読んで勉強して下さい。」と書いてある。正しいとおもう扉をめくると、「ピンポン、○です。正解です。ぜひ下の解説を読んで勉強して下さい。」と書いてある。どっちにしろ、その下にブラ下がっている解説の扉をめくって、勉強させられてしま

う仕掛けになっている。以下同様、テレビの影響であろうが、ふさいであるものはあけて見たくなるという心理を利用した、面白い展示が並んでいる。結局、ひとつひとつめくってしまった。

3. 講演会「動脈硬化から身を守るには」

メインイベントの講師は「高脂血症の権威」中村治雄防衛医大一内教授。「権威」は一般の人にどういう風に説明されるのか、自分が平素、ドックで受診者に話していることに誤りはないか、興味をもって拝聴した。

寿命——脳卒中がなくなれば、寿命は6年のび、心臓病がなくなれば7年のび、その他動脈疾患がなくなれば3～4年のび、結局100才近くまで長生きできる筈である。

動脈硬化——小学校高学年・中学校低学年から内臓にコレステロールがたまり始め、40才過ぎからメマイ・シビレなどの症状が出てくる。

動脈硬化を促進するもの——高血圧(最高140・最低90以上)・高脂血(TC220・TG150・LDL150以上・HDL40以下)・喫煙(のむ人はのまない人の3倍、動脈硬化が多い。)・その他肥満・糖尿病・高尿酸血・運動不足・A型性格。

血圧を上げるもの——遺伝・塩分(1日7gまで。果物・野菜に多いKで対抗する)。

高脂血症対策——食べすぎた分は、脂肪としてたくわえられる。常温で液状の油(植物性脂肪)をふやし、常温で固形の脂(動物性脂肪)をへらす。エビ・イカでも、白い肉にはコレステロールが多くない。LDLの多い内臓(小魚でも)をたべないこと。コレステロールを吸着する「水にとける線維」を一緒に食べるとよい。

減量——1ヶ月1kgのペースがよい。急激にへらすと、HDLコレステロールもへる。

喫煙——特に女性で、HDLコレステロールがへる。

運動——毎週20km歩く。毎日3kmさっさと歩く。HDLコレステロールがふえる。

嗜好品——脳卒中・心筋梗塞・肝硬変・がんで、アルコール摂取量が多いほど、死亡率が高くなる。お酒にして1合前後のむ人の死亡率が、最も低い（HDLコレステロールがふえて、心臓病がへるから）。アルコール0の人は心臓病が増えるので、1合のむ人より死亡率が高くなる。

亭主を早死にさせる法——(1) どんどん食べさせ吸わせ、(2) 肥らせ動かさず、(3) ストレスを加える。

4. アトラクション

スポーツホールでの新体操演技で観衆の眼を楽しませて、今日の集いがかめくられた。道ばたで小さい女の子がロープの演技の真似をしているのを見かけたことがあるが、それほど、女の子には新体操は人気があるようだ。

5. 参加者

相談カード配布数551、講演会聴衆250人、アトラクション観衆460人、計1,261人が参加者実数に近いのではないかとのことである。

(青梅市健康センター 石井好明)

瑞穂地区

瑞穂町保健センターの紹介

近年、地域保健を取り巻く状況は、急速な高齢化の進展、出生率の低下、疾病構造の変化、地域住民ニーズの多様化などにより、著しく変化しております。

こうした背景から、一昨年、地域保健法が改正されました。この改正により平成9年4月より保健所の再編整備が行われるほか、地域住民に身近な母子健康サービスの提供など東京都より各市町村へ権限移譲となり、地域保健対策の拠点として、保健センターの整備促進が法定化されました。

瑞穂町では1年間の準備期間を設けて、今年3月完成、6月から業務開始となりました。

施設内容は、次のとおりです。

1階、管理部門として

事務室、応接室、会議室（医師応接控室を含む）、休養室、倉庫、など。

検診部門として

診療室兼接種室、予診室（3室）

共通部門として

玄関、待合ホール、便所、湯沸室、エレベーターなど。

2階、保健指導部門として

講義室、機能訓練室、健康相談兼保健指導室、プレイルーム、歯科相談室。

健康増進部門として

栄養指導兼実習室、運動指導室など。

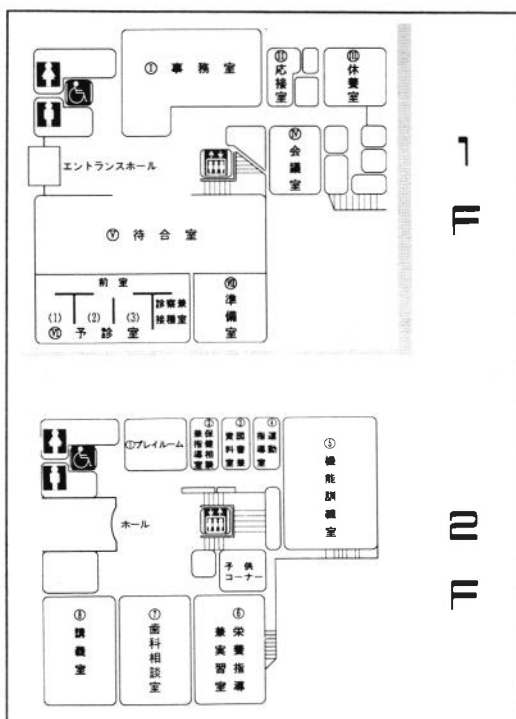
共通部門として

待合ホール、図書兼資料室、便所、湯沸室など。

合計1,076.25㎡、1階568.44㎡、2階507.81㎡です。

この保健センターでは乳幼児から成人、さらに高齢者まで生涯を通じた健康づくり事業が推進されます。そして事業の定着化を図るため活躍が期待されています。

(高水松夫)





瑞穂町保健センター

同好会短信

写真部懇親批評会

6月8日、羽村の「吹よせ」で西多摩医師会写真部恒例の懇親批評会が、写真家の桜井保秋氏をお招きして開かれた。写真談義に花を咲かせた後、先日開催された第17回西多摩医師会写真展に出展した各々の作品一点ずつに、画面構成や露出など詳細な講評が加えられ、一同次回の写真展に向けて更なる写欲がかきたてられた。（記 田村）



ゴルフ部コンペ

6月16日、西多摩医師会ゴルフ部コンペが、福神の内沼課長を含め、8名の参加を以て、梅雨空の東京を離れ、ライラックとこぶしの花が満開の北海道は苫小牧市の北海道ゴルフ倶楽部で催された。

札幌すすき野での前夜祭は、新鮮な海の幸を着に美酒で大いに盛り上がった。

コンペは気温14℃の涼しい好コンディションのなかで行われ、二日酔いのため、ハーフでOB 8発の自己記録を更新した小生を除き、難コースにも拘わらずレベルの高いゲームが展開され、馬詰先生がネット66の好スコアで優勝された。(記 田村)

6月16日(日) 北海道ゴルフ倶楽部 ライオンコース

	OUT	IN	G	HC	Net
優勝 馬 詰	43	45	88	22	66
準優勝 宮 川	37	46	83	9	74
3 位 松 原	46	46	92	16	76
4 位 高 水	41	40	81	4	77
5 位 奥 野	47	46	93	15	78
6 位 内 沼	43	44	87	9	78
7 位 真 鍋	45	48	93	14	79
8 位 田 村	58	70	128	34	94



会報編集部 グルメ探訪記

青梅総合病院の坂本先生から、おいしいソバを食べさせてくれる所があるから、編集部で何人かこないかとお誘いがあったのは6月初めでした。

それでは、という事で、ソバには一家言をもつ片平先生、高水先生、田村先生、私樋口とで、是非参加したいと申し込み、6月19日の夜、皆で出かけました。場所は、羽村のバイパス沿いの田村氏宅。ソバ屋さんではなく大見建設社長さんの自宅です。何とこの社長、趣味が高じて自分でソバを打ち、それが口こみで評判になり、知り合いが知り合いを呼び御馳走になり、おしかけるようになったようです。

さて、この田村社長宅が、又見事な純和風建築のお屋敷で、お座敷の欄間や床の間だけでも一見の価値があります。この御主人も奥様も、人をもてなすのが大好きで仕方がないという御二人で、真打のソバの前に、お酒や天プラ、付け出し等、まるで和風懐石の料亭にきた様な錯覚を覚えました。田村さんの息子さんも交え、歓談に花を咲かせるうちに、いよいよソバの登場です。御主人の話では今日のソバ粉が質が悪くて最悪の出来のソバで申し訳ないということでしたが、僕なんかではとてもおいしいソバだと思われ、十分に堪能させていただきました。普段はもっとおいしいソバだということなので、次回が楽しみです。全員満腹して、田村御夫妻にお礼を申し上げ、又こうした食べ歩きをしようじゃないかということで散会しました。

(記 樋口)



伝言板

電子メールアドレスを取得しましたのでお知らせ
します。ご意見ご連絡のある方はどうぞ。

宮川栄次：Nifty serve ID QYW05121, Internet ID QYW05121 @ nifty serve.or.jp

真鍋 勉：Nifty serve ID RXX04763, Internet ID RXX04763 @ nifty serve.or.jp

玉木一弘：Nifty serve ID XLE02470, Internet ID XLE02470 @ nifty serve.or.jp

(総務部)

※ 尿沈渣が検査センター委託でも算定できるようになりました

(注) 尿路系疾患が強く疑われる患者に対し、診療所が当該検査を衛生検査所等に委託
する場合、採尿後4時間以内に検査を行ない、検査結果を速やかに診療所に報告
した場合は、所定点数を算定できる。

(広報部)

お知らせ

事務局より お知らせ

8月（7月診療分）の

保険請求書類提出日

8月8日（木）

— 正午迄です。 —

法律相談

西多摩医師会顧問弁護士 鈴木禧八先生による法律相談を毎月第2水曜日午後2時より実施しておりますのでお気軽にご相談下さい。

- ◎ 相談日 7月は10日（水）
8月は14日（水）の予定です。
 - ◎ 場所 西多摩医師会館和室
 - ◎ 内容 医療、土地、金銭貸借、親族、相続問題等民事、刑事に関するどのようなものでも結構です。
 - ◎ 相談料 無料（但し相談を超える場合は別途）
 - ◎ 申込方法 事前に医師会事務局迄お申込み願います。
- （注）先生の都合で相談日を変更することもあります。

表紙の絵画・写真・御意見・文壇
毎月15日 〆切

原稿募集

事務局又は
広報委員まで
投稿自由
…… 諸事百般 ……



表紙のことは

『ベネツィアの夜明け』

東の空が黄色に染まる頃、西の空もようやく白ずんで、無数のゴンドラが繋がれている向う側に、大運河を通してサルテ教会のドームが浮び上って見える。

丁度、冬期なので海水が歩道にまで溢れ、サンマルコ寺院へは板の上を渡って歩くようになっていた。

ベネツィアは何度行っても素晴らしく、絵になる街だ。

内山 大

あとがき

今年の梅雨は雨が多いという話だったような気がしますが、意外にどしゃ降りの日は少なく、このまま雨が少ないようだと、お米は大丈夫かなと心配になってきます。うっとりしいですが、やはり梅雨は梅雨らしく雨がちゃんと降った方がいいようです。4月の点数改正であたふたしていたと思っていたらもう夏休みの季節になってしまいました。諸先生方色々夏休みの計画をたてられてると思います。休みの思い出の旅行記や写真等どうぞ編集部にお寄せ下さい。お勧めのリゾート地や、レストラン等の紹介も歓迎します。

又、7月22日(月)には恒例の「納涼の夕べ」が開かれます。是非御参加下さい。

樋口昭夫



社団法人 西多摩医師会

平成8年7月1日発行

会長 宮川栄次 〒198 東京都青梅市西分3-103 TEL 0428(23)2171・FAX 0428(24)1615

会報編集委員会 樋口昭夫

石井好明 片平潤一 百瀬真一郎 高水松夫

田村啓彦 奥野 仁 小机敏昭

印刷所 マスダ印刷 TEL 0428(22)3047・FAX 0428(22)9993

R RETAIL BANK
あさひ銀行

あなたの街の
あさひです。



あさひ銀行

東青梅支店	TEL.0428-22-2121(代) ㊦198	青梅市東青梅2-17-4
奥多摩 特別出張所	TEL.0428-83-2515(代) ㊦198-02	西多摩郡奥多摩町永川1421
青梅支店	TEL.0428-22-1101(代) ㊦198	青梅市青梅295
河辺支店	TEL.0428-24-2401(代) ㊦198	青梅市河辺町10-2-9
福生支店	TEL.0425-51-1021(代) ㊦197	福生市福生1048
村山支店	TEL.0425-61-1211(代) ㊦208	武蔵村山市中藤4234
秋川支店	TEL.0425-58-2611(代) ㊦197	あきる野市下代継111-5
羽村支店	TEL.0425-79-0881(代) ㊦205	羽村市五ノ神4-13-10
五日市支店	TEL.0425-96-1311(代) ㊦190-01	あきる野市五日市840-1

最新のテクノロジーが計測します
そして、人の眼と心が記録します

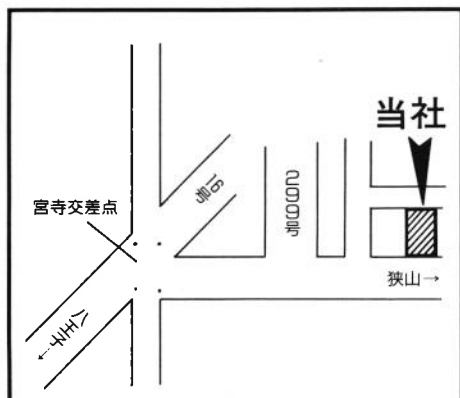


臨床検査のパイオニア
保健科学研究所

本 社 〒240 横浜市長土ヶ谷区神戸町106 TEL/045-333-1661(大代表)
輪 倉 支 社 〒983 仙台市宮城野区扇町1-3-5 TEL/022-238-9345(大代表)

健康と未来をみつめて!!

医療機関における各種検査、学校、事業所の検診
御利用の際は御連絡下さい



埼玉県登録衛生検査所

武蔵臨床検査所

所長 杉田 富徳

埼玉県入間市上藤沢309-8

TEL 0429 (64) 2621

FAX 0429 (64) 6659

夢にあふれた素敵な星の王子様トフィーラーと犬のルールーが、たましん総合口座のキャラクターとして人気上昇中。総合口座通帳はじめ、キャッシュカード、2wayカード、定期預金100通帳などで大活躍です。トフィーラーと一緒に夢のある暮らしをはじめましょう。


TOFFEEEROO
©1993/1997 SANRIO CO., LTD.
Adrift in a sea of stars,
I could float forever,
Comets tickling my toes...

多摩のマイバンク
たましん
多摩中央信用金庫



信頼のニューマンリレーション。
 日本ネットワークが結ぶ、健康への希い。

医薬品・試薬・医療機器の総合商社

 **東邦薬品株式会社**

〒155 東京都世田谷区代沢5-2-1 TEL.03(419)7811(大代表)

“心くばり”と“愛情”と……



医薬品総合商社
大森薬品株式会社

代表取締役 吉津武志

本社：東京都千代田区神田佐久間河岸59号地 TEL.03(862)6111(大代表)

●東京第一支社●東京第二支社●横浜支社●甲府支店●群馬支店

中央営業所 ☎03-3864-6121
 両国営業所 ☎03-3626-7611
 城西第一営業所 ☎03-3958-1211
 城西第二営業所 ☎03-3958-1212
 青戸営業所 ☎03-3604-1551
 足立営業所 ☎03-3604-1551
 城南営業所 ☎03-3720-2111
 病院第一営業所 ☎03-5820-1622
 病院第二営業所 ☎03-5820-1623
 保谷第一営業所 ☎0424-22-6811
 保谷第二営業所 ☎0424-22-6811
 日野営業所 ☎0425-84-3600

福生営業所 ☎0425-53-1411
 大宮営業所 ☎0486-24-3131
 所沢営業所 ☎0429-28-3561
 川口営業所 ☎0486-24-3131
 志木営業所 ☎0492-54-6911
 越谷営業所 ☎0489-76-2115
 千葉営業所 ☎043-279-5661
 船橋営業所 ☎0474-34-2931
 横浜営業所 ☎045-491-8761
 川崎営業所 ☎044-511-2551
 高津営業所 ☎044-866-3911
 緑営業所 ☎045-941-5121

戸塚営業所 ☎045-624-3451
 横須賀営業所 ☎0468-33-1611
 大船営業所 ☎0467-43-1191
 厚木営業所 ☎0462-47-6752
 相模原営業所 ☎0462-51-2101
 東毛営業所 ☎0276-88-4516
 前橋第一営業所 ☎0272-51-4516
 前橋第二営業所 ☎0272-51-4516
 伊勢崎営業所 ☎0270-62-7755
 特品営業所 ☎03-3626-7610
 健康産業部 ☎0486-22-2090

西多摩医師会主催

納涼の夕べ

第 5 回

開催のご案内



福引豪華景品盛り沢山

会員の相互理解と
病診連携の推進を願って

7月22日(月) 午後7時30分より

ホテル福生国際会館 A会員一万円・B会員五千円
0425 (30) 2111

A会員の皆様、三公立病院を始め勤務医の皆様のご参加をお待ち致しております

お気兼ねなく軽装でご来場下さい