



内科・胃腸科・呼吸器科・放射線科

ゆとりが丘クリニック 便り

〒020-0638 岩手県滝沢市土沢541番地

TEL 019-699-1122 / FAX 019-699-1121

平成30年6月28日(2018) 第0061号



『セミの通り道』

院長メモ

滝沢市の北側、国道から脇道に沿って大分行くと黒々とした木々に包まれた森の中、ぽつんと空いた平地にIさんの家がある。まわりはむせ返るような真夏の草と木々に囲まれ、日中はその数などわからない程のセミの鳴き声に包まれる。

Iさん90歳を越えて特に大きな病気はなかったが、誤嚥性肺炎を繰り返し、口からの食事摂取がほとんど出来なくなっていた。

入院先の病院で“家に帰りたい”との意思を強く示され、CVポート(埋め込み式の点滴装置)や胃瘻の造設をすべて断っての在宅移行だった。栃木県出身だったIさんはいくつかの土地に移り住んだ後、当時の滝沢村営林署の開拓募集に応じて入植したらしい、と息子さんから聞いた。

当院外来でのCTを含む全身検査でも特に大きな問題点は見られず、家で過ごすことの説明をさせて頂いた際には、車イスに座りながら言葉は多少弱々しかったもののしっかりとした受け答えであった。

小高い山を背負った庭は程よく手入れされ、玄関に至る前庭の手前に梅、奥にもみじが自然に配されていた。家を取り囲むように広がる庭の一部に、明らかに刈り残されたと思われる飛び抜けて背の高い雑草の群れが見える。

往診の帰り際、庭の一部に雑草が刈り残されている訳を息子さんに尋ねると“セミの通り道”だと言う。庭の下にある田んぼ周りの土地から、十数年の年月を経て地上に出てきたセミが、羽化する為に庭奥の森林に迷わず辿りつくまでの通り道であるとのこと。Iさんが入植した頃から始まり、息子さんの代になっても続いているとのことだった。初めて聞いた話であったが心に残った。

その後Iさんは次第に弱くなっていき、往診時の私の“苦しくないですか？”との問いかけに、目を閉じたまま頷くだけであったが“大丈夫”とはっきりと意志を示してくれた。

そのIさんが、お盆の入りのその日旅立たれた。

日中あれほど庭中に響き渡るセミの声がまったく聞こえない雨降りしきる夜半に、御家族と一緒にIさんをお見送りした。“旅立ってから向こうの世界に続く道があるかどうかわかりませんが、Iさんは道に迷うことはないと思います。”と息子さんに言ったら、少しだけ微笑んでくれた。

夜が明ければ、またいつもの気の遠くなるようなセミの鳴き声で、庭中が埋め尽くされるのだろう。

7月休診・診療時間のお知らせ

- ★ 7月 3日(火) 午後受付17時まで
岩手町医療介護等懇談会
出席の為
- ★ 7月19日(木) 午後受付18時まで
盛岡病院第5回地域医療
懇談会 出席の為
- ★ 7月21日(土) 午後休診
研修会 出席の為



※都合により変更になる事がございます。
ご了承願います。

(日曜・水曜・祭日は休診日です) 平成30年7月

日	月	火	水	木	金	土
①	2	3	4 ★ 午前検査外来	5	6	7
⑧	9	10	⑪	12	13	14
⑮	⑯	17	18 午前検査外来	19 ★	20	21 ★
⑳	23	24	㉕	26	27	28
㉙	30	31				

○=休診日 ★=診療時間変更

男性の骨粗しょう症

指導：鳥取大学医学部保健学科 教授 萩野 浩
(日本医師会「日医ニュース:健康ぶらざ No.503」より抜粋)

患者の4人に1人は男性

骨が弱くなって骨折しやすくなる骨粗鬆症は、これまで更年期から高齢の女性に多い病気だと言われてきました。しかし2005年の調査で、わが国の骨粗鬆症患者の約4分の1が男性であり、骨粗鬆症を原因とした脚の大きな骨(大腿骨)の骨折の約4分の1がやはり男性に起こっていることがわかりました。



男女の骨粗鬆症の違い

女性の骨粗鬆症は加齢に関連して起こることが多いのに対し、男性の場合は病気や薬、栄養障害などが原因で起こることが多いのが特徴です(表)。

そのため男性の場合、骨粗鬆症のリスクを判定する骨密度測定が、70歳以上の高齢者、骨の質が弱くなったり骨の量が減少する病気や薬を服用している人などに対して推奨されています。

また、筋肉量が減少したり筋力が低下するサルコペニアと骨粗鬆症を同時に起こす割合が女性よりも高く、この2つが組み合わさることで日ごろの運動量が減り、症状が悪化してしまう場合があります。

病気	アルコール依存症、 COPD(慢性閉塞性肺疾患)、 胃腸疾患、高カルシウム尿症、 甲状腺機能亢進症などの内分泌疾患など
服用している薬剤	ステロイド薬、抗がん剤、 SSRI(抗うつ薬の一種)など

表 男性の骨粗鬆症の主な原因

早めの受診で骨折予防

骨粗鬆症による骨折をきっかけに寝たきりになってしまうケースがあるため、男女ともに注意が必要です。

現在では骨粗鬆症の研究が進み、早期の治療により骨折を大幅に防げるようになってきました。また、転倒の予防も重要です。チェックシートに該当する項目があったり、気になる症状があれば早めにかかりつけ医に相談しましょう。

- 過去1年に転んだことがある……………5点
- 背中が丸くなってきた……………2点
- 歩く速度が遅くなってきたと思う……2点
- 杖を使っている……………2点
- 毎日5種類以上の薬を飲んでいる……………2点

合計6点以上は要注意

簡易式転倒チェックシート

大塚内二部 | Geriatric Medicine 2009;47(6):685-688

このマガジンは当クリニックホームページ(クリニック便り)でもご覧になれます。

ゆとりが丘クリニック

検索