

BβETEL通信

2018年4月号(第177号)

松山ベテル病院 松山市祝谷6丁目1229番地 TEL089-925-5000
ホームページ <http://www.bethel.or.jp/>

2018年度 医局長 佐々木 徹

より良い人生を送るには



皆さんこんにちは。私は松山ベテル病院に就職して5月で18年になります。ホスピスを中心に携わって参りましたが長いようで短い18年でした。医師として臨床の場面では予想もつかないようなこともあります。患者さん・御家族から教えて頂いた貴重な多くのことを医師の糧として、その後のより良い治療・ケアに生かそうと頑張ってきました。この間、国の施策や医療・介護環境も大きく変わり当院も増改築などがありました。が永遠に変わらないものがあります。医療法人聖愛会全体の基盤となる理念「難しい病状でも患者さんに優しく寄り添い、苦痛を緩和し辛い思いを傾聴し支援する」というホスピス精神です。昨今は医療側がまず自分たちを防衛して医療安全優先のような所がありますが、この理念は常に忘れずに日常診療に励みたいと思います。また病院全体が緑に包まれ鶯の鳴き声まで聞こえる環境も患者さんの癒しに大きく貢献しています。

現在、日本は超高齢化社会が進行中です。2025年問題もあり今後増々高齢患者さんや看取りが増えます。高齢者が「年ばかりとって何も面白いことがない・・・。周りの人に世話ばかりかけて申し訳ない・・・もう早く死にたい・・・」などと思わないよう、高齢者が暮らしやすい社会、病院、施設でなくてはなりません。また、年齢を重ねることが嬉しいと思えるような家族関係・環境（子や孫が本人を尊敬して大事にしている等）であって欲しいものです。年齢を重ねても充実して過ごして行くためには、経済的なことも大事ですが本人の気持ちの持ち方（心の健康）が大事だと思います。家族関係を良好に保ち、趣味を楽しみ、年をとっても前向きに新しいことに取り組む、常に好奇心旺盛で「ワクワクする」、あるいは「感謝する」気持ちを忘れないことが大切だと思います。

人生はただ寿命が長ければ良いというのではなく、毎日の時間の質が大事でしょう。自立して生活できる健康寿命を如何に保つか？私は健康づくりとしてほぼ毎日30分ぐらいは散歩し、週1回、自宅から当院まで約4km・40分の道のりを歩いて通勤（往復）しています。俳句にも興味があり句会にも参加してみたいのですがなかなか時間は取りにくいのです。皆さんも^{かくしゃく}豊饒老人になれるよう、最期に「今まで良い人生だった・・・、皆に感謝したい・・・。」と思えるよう、今からまた新しいことにチャレンジしてみませんか！

この一年間何卒宜しくお願い申し上げます。



医療用医薬品と一般用医薬品の違いについて

薬は病院から処方されて服用するものでしたが、最近はドラッグストアやコンビニでも医薬品を購入することが出来ます。病院から処方される薬を「医療用医薬品」、ドラッグストアで購入できる薬を「一般用医薬品または OTC 医薬品」と言います。

1. 医療用医薬品



- ・ 医療用医薬品は病院や診療所などで、医師が診断した上で発行する処方せんに基づいて薬剤師が調剤して渡される薬です。処方薬とも言われます。
- ・ 処方薬（医療用医薬品）は医療従事者の指示に基づいて使われますので、効果の高いものが多い半面、副作用にも注意が必要です。しかし、医師は診断した上で処方を出し、それぞれの患者さんの症状や体質に合った的確な薬が選ばれていますので、医師や薬剤師の指示を守って使えば大きな心配はいりません。

2. 一般用医薬品



- ・ 薬局や薬店で、自分で選ぶことができ、だれでも買うことができる薬は市販薬、大衆薬、OTC 医薬品などといわれ、正式には一般用医薬品と呼ばれています。OTC とは Over The Counter の略で、薬局のレジのカウンター越しに買える薬という意味です。
- ・ 市販薬（一般用医薬品）は症状、年齢、体質などのさまざまな人が使用するということや、患者さん自身の判断で使用することを考え、安全性が重視されています。
- ・ また、かぜ薬のように、できるだけ多くの症状に対応するために複数の成分が含まれていることも特徴です。安全性を重視するため、薬の有効成分の含有量を少なくしてあることが多く、効き目が抑えめであるため、初期の段階には適していますが、症状が進行した段階では適していません。そのような時は早めの受診をおすすめします。
- ・ 一般用医薬品も第1類～3類に分類されていたり、スイッチ OTC やダイレクト OTC と呼ばれるものもありますので、それについては来月号で詳しく説明したいと思います。

3. 処方薬（医療用医薬品）と市販薬（一般用医薬品）の併用



- ・ 処方薬の使用中に市販薬を使いたい場合、あるいはその反対の場合も必ず医師・薬剤師に相談しましょう。併用することで薬の効き目が弱くなったり、強くなりすぎたりなど、思わぬ副作用が現れることもありますから注意が必要です

（参考文献：中外製薬ホームページより）

（ 薬剤課 井上 純子 ）

外来からのお知らせ

◎ 4月の豊田 泰孝 医師（精神科・心療内科）外来診療日のお知らせ
4月11日（水）、4月25日（水）

◎ 4月の多田 聡 医師（神経内科）外来診療日のお知らせ
4月 5日（木）、4月19日（木）

3月11日（日）

「いちごファーム北条」に
いちご狩りに行って来ました。

職員・家族 総勢約50名
春の味覚を口いっぱい満喫しました。



ベ
テ
ル
旬
会

実南天

たつぷり活けし
山の駅

（栗林 久子）

草萌や

開け放たれし
農具小屋

（松田 とよ）

温かい

心が咲いて
笑ひ声

（大森 飲茶）

裏庭に

三色そろった
チューリップ

（チャブレン）



投句箱は受付・各病棟・5階リハビリ室に設置しています。皆様のご投句をお待ちしております。
『ベテル通信』についてのご意見やご要望をお待ちしております。