

お陰さまで当院も無事開院2周年を迎えました。慣れぬことだらけでご迷惑をおかけしてばかりの中、叱咤激励しつつ支えてくださった皆様には、スタッフ一同心からの感謝の念に堪えません。

遅ればせながらクリニック通信第8号が出来上がりましたのでお届けいたします。

院長ブログより

クリニックでは月に数件の下肢静脈瘤の日帰り手術を行っています。この手術は神戸労災病院時代に数百件も経験してテクニックを習得したおかげで、開業してから当院の「売り」となっており、HPを見てはるばる遠方から来て下さる患者さんも多くいます。昨秋はなんとわざわざ徳島から男の患者さんが手術を受けにられました。私と同年代のその患者さんは、私との出会いを、「不思議な強い縁が私をここへ呼んだようです」と言われ、私にもとても励みになる言葉でした。

医師になって四半世紀、私は数え切れないほど多くの患者さんと接してきましたが、その中でも特に忘れられない患者さんも数多くいます。

その患者さんは、私がある病院に勤務していた時に極めて重症の心臓病で入院されました。手術自体も大変危険でしたが、ご本人とご家族の強い希望で決行しました。幸い手術は無事終了し、術後経過も非常に良好で、病棟内歩行をされるまでに回復していました。

ところがある日、術後定期的に撮影していた胸部レントゲン写真の1枚を見た私は仰天しました。なんと心臓の右側に小さな縫合針が写っていたのです。手術直後ははっきりと写ってはいませんが、術後心臓周囲のうっ血が引いてくることにより、徐々に明瞭になってきたものと思われました。これはもちろん完全に、手術創を閉鎖した私のミスでした。非常に小さな針でしたので、放置してもまず問題はないと思われましたが、患者さ

んに話をしないわけにはいきませんが、その上で可能ならば摘出手術をする方がよいと思われました。

しかしそれよりも心配だったのは、このミスに対する患者さんやご家族の心情、そして私の責任問題でした。私は当時の上司にも相談し、患者さんとご家族を前に、緊張した面持ちで洗いざらい正直に話をして謝罪しました。その時は、もうどのような制裁を受けても致し方ないという気持ちでした。

しかし謝罪しながら頭を下げた私に向かって発した患者さんや奥様の言葉は、意外なものでした。「先生、先生は私の命を助けてくださいました。お医者さんだって人間ですよ、間違ふことだってあります。私たちは先生に感謝しこそすれ、こんなことで恨んだり怒ったりするわけがありません。どうぞご心配なさらず、頭をお上げください。」

その言葉を聞いた私が、彼等の心の寛大さ、暖かさに強く心打たれ、万感胸に迫る思いだったのは言うまでもありません。特に当時はいわゆるモンスターペイシヤントたちに悩まされ、懸命に仕事をしても裏切られることが多々あったせいで私は心身共に疲弊しきっていましたので、なおさらでした。

自分の部屋に帰った私は、溢れる涙を抑えることはできませんでした。責任問題にならなかったというようなちんけな安堵感では勿論なく、彼等の暖かい情に対する心からの感謝の気持ちが自然とそうさせたのでした。

その後、針の摘出手術は無事終了し、しばらくして患者さんは無事退院して行かれました。その患者さんやご家族とは今でも交流があります。

私はこの出来事を思い出すといつも心が和み、時には涙腺が緩みます。昨今何かにつけて自分の権利ばかりを主張する人間、隙あらば他人のあら探しばかりする人間の多い中、これほど寛大で情深い心の人々に巡り合えたことは、私の一生の宝といっても過言ではありません。私はこの患者さんやご家族が末永く幸せであることを心から願わざるを得ません。



ミニレクチャー 胸痛の原因の簡単な見分け方

当院には胸が痛いという訴えの患者さんが多く受診されます。狭心症や心筋梗塞は怖い病気ですから当然ですね。ただその中には、心臓や肺などの内臓の病気ではなく、胸壁（胸の壁）に原因があることもあり、この場合は命にかかわることはほとんどありません。たとえば肋骨骨折は、強く打撲したりした覚えがなくても結構起こります。この場合、痛む部分を指で直接押してみると痛みのある場所がはっきりとわかり、また呼吸によって痛みが強くなります。また帯状疱疹（いわゆるヘルペス）は、痛みの部位が肋間神経に沿っており、ピリピリした感じで、数日経過すると発疹が出てきます。

内臓からの痛みはこのような胸壁に局限した痛みは感じず、どちらかというところと圧迫されたような感じ、息ができないような感じで、頸、肩や腕のほうに放散することもあります。

ただすべてがこのようにクリアカットに判るわけではないので、もし不安なときはぜひ当院のような循環器標榜の施設を受診されることをお勧めします。

今月の話題 身体の中から紫外線対策

紫外線には、骨の形成に必要なビタミン D3 を作る働きがあり、昔から「日に当たると丈夫になる」と言われてきました。しかし、ビタミン D3 は食事で十分補えるそうです！

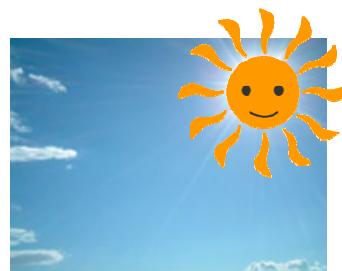
紫外線によるマイナスの影響の中でも、“しみ”“しわ”といった美容への影響が気になりますよね。

そこで、食事面でのアドバイスを少しだけ紹介します。

良質のたんぱく質・ビタミン・ミネラルは肌の抵抗力を高めます。しみの元になるのは紫外線により活発化されるメラニン色素です。ビタミン C にはメラニンの生成を抑える働きがあるため、しみ予防に有効です。

野菜、果物にはビタミン C が多く、旬の食材にはビタミン、ミネラルが多く含まれており、牛肉や豚肉、納豆などに含まれている亜鉛は肌の新陳代謝（ターンオーバー）を高めます。

これらの食品を意識的に取り入れ、紫外線に負けない身体を目指してみませんか？



事務スタッフのお勧めシリーズ ⑧簡単☆新たまねぎの味噌和え

ヨーロッパでは「1日1個の玉ねぎは医者を選ばない」と言われています。玉ねぎに含まれる硫酸アリルと一緒に摂った肉や魚などの栄養吸収率を良くし、胃腸を整え、便通をよくします。

また風邪を予防し、高血圧、コレステロールを抑え、栄養的にもビタミン B1 やミネラルが豊富なため、「薬用野菜の王様」と伝えられているそうです。

5月病に悩むこの時期に、春に美味しい新玉ねぎの簡単レシピを紹介します。

材料

新たまねぎ	1個
きゅうり	1本
砂糖	1つまみ
味噌	大さじ1杯

1. 玉ねぎは繊維に沿って 5 ミリくらいにスライスし、きゅうりは輪切りにする。
2. ボウルまたは袋に野菜と砂糖を入れて合わせる。
3. 味噌を入れてモミモミしたら出来上がり～♪



☆クリニック通信のバックナンバーをご希望の方は、受付でお申し出ください。

おおかど循環器科クリニック

循環器科・呼吸器科・外科

院長 大加戸彰彦

〒651-0055 神戸市中央区熊内橋通 7-1-13 神戸芸術センタービル内医療モール 4F

TEL 078-855-9151 FAX 078-251-5033

e-mail aki-ohkado@ohkado-heart-clinic.com

HP <http://www.ohkado-heart-clinic.com>

診察時間 午前 9～12 時・午後 4～7 時 木・土曜日午後、日祝日は休診