



はつらつニュース 第134号

M君の咳

同期のM君は、研修医の後病理学教室に入局しました。病理学とは、ヒトの臓器や組織を調べて、悪性か良性かの鑑別をしたり、病気で亡くなった人を解剖して、病気についての研究をする分野です。彼とは時々会って雑談をしていましたが、どうもM君のこもるような咳が気になります。

本人はタバコをスパスパ吸いながら、咳き込んでいますが、「最近2〜3kg太った」などと気にかける様子もありませんでした。その後しばらくM君を見かけないので、他の友人に尋ねてみると、彼は肺結核で専門の病院に入院している。胸水が2ℓも溜まっていたとの事でした。幸いM君は2ヵ月程で退院できましたが、紺屋の白袴とはこの事です。M君が禁煙できたのが、せめてもの収穫でした。

高齢者の結核

私が定期的に訪問している高齢者賃貸住宅で結核の人が出ました。80才代の男性で、痩せた方でした。特に咳き込むわけはありませんが、動くとき息切れがしていたようです。総合病院で精密検査をした結果、痰より結核菌が検出されました。急ぎで専門病院に入院となりましたが、それからが大変です。

保健所の立ち入り後、同じフロアの利用者と患者に接触のあったスタッフ全員への結核検査の指示が出ました。以前は結

長引く咳は 御用心



核検査というツベルクリン反応(ツ反)でしたが、最近では「IGRA」と言う血液検査で判定しています。ツ反に比べてより正確で簡便に実施できます。これが陽性であれば、結核に感

我が国で結核にかかる人は年間17,000人。亡くなる人は1,900人に達します。減少したとは言え、まだ先進国の仲間入りはできていません。

染しているか、過去に感染したことがあると考えられます。そして陽性者は肺のレントゲン検査などの精密検査が必要となります。幸い今回はその施設での新たな感染者が現れず、安心しました。

危ないゾウ

今回のケースのように、我が国で発症する結核は高齢化が進み、70歳以上が6割を占めています。明治・大正、昭和25年までの彼らが若い頃は、日本中に結核が蔓延しており、長い間死因の第一位でした。当時からつかないまま結核に感染して菌が潜んでいたのが老化と共に免疫力が低下したため発症したものと考えられます。

福山市立動物園にいるボルネオ象の「ふく」は人気者です。20歳と高齢ですが、最近目立って衰えてきました。そして精密検査で結核に罹っていることが分かりました。安静として薬剤投与をした結果、現在は回復に向かっており、観客の前に姿を現しています。

人の結核が象に感染したり、その逆もあり得ませんので、元々潜んでいた菌が、再活動したのかも知れません。我が国の若年層で結核が少しずつ増えています。そのうちの約6割が外国生まれの人達です。中国、フィリピン、インドネシアなど、未だ結核が蔓延している国から、実習生、留学生として入国してきた人達からの発症が目立っています。彼らは入国しても、言葉や経済的理由から医療機関への受診が遅れてしまい、結核が進行したり、周囲に拡大する心配があります。入国時の水際で予防する対策が色々計画されています。

治療の今昔

昭和20年代前半には日本人の結核の発症は10万人対200〜300人と高率でした。その後は急速に減少し、平成29年には10万人対13.3人の発症までになっています。国は欧米並の1桁台を目標にしていますが、今は足踏み状態です。

これほどの減少に貢献したのが抗結核薬の開発です。1944年ワックスマンによるストレプトマイシンの発見以来次々と強力な新薬が登場しました。

ストレプトマイシンは注射ですが、イソニアジドは経口剤です。肝障害の副作用がありますが、結核の予防投与にも注意をしながら使用されています。

活動性の結核には、イソニアジド、リファンピシン、ピラジナミド、エタンブトールの4剤を2ヵ月間、イソニアジド、リファンピシンをその後の4ヵ月間服用することにより、耐性菌がなければ、治療を終了することが可能です。薬がない時代は、患者は隔離され、安静、栄養が唯一の治療手段であり、各地に専門のサナトリウムという施設がありました。堀辰雄の「風立ちぬ」などの名作の舞台となっています。

怪しい治療法も広まり、中にはカワウソの肝が良いとの事で、各地でカワウソが犠牲になりました。2012年にニホンカワウソの絶滅したひとつの原因だったようです。

早期発見、早期治療開始は結核についても大切です。

朝晩の冷え込みが急激に厳しくなりました。季節の変わり目は体調を崩しやすいので気を付けて下さい。それに冬は転倒のリスクも高くなる為こちらもご用心ください。

寒いと肩を凍め無意識に背を丸め歩幅も狭くなります。着膨れから歩行バランスが崩れやすく転倒の危険度も増えます。転倒により骨折する事も多く、寝たきり状態になる例は決して少なくありません。意外に思われるかもしれませんが、日常生活の中で最も転倒の発生件数が多い場所は住み慣れた室内です。室内には転倒の原因となる危険要素が多く潜んでおります。事前に転倒の原因や場所を知ることが転倒対策の近道になるかと思えます。

転びやすい場所は「ぬ」「か」「づけ」の語呂合わせで覚えてみてください。

まず、「ぬ」は濡れたところです。洗面所や浴室の水回りはもちろん、油が飛び散った台所など要注意です。雨の屋外では、横断歩道の白塗り部分、マンホールや側溝の蓋など大変滑りやすく危険なので気を付けてください。

「か」は階段や段差のあるところです。階段は転落事故が

起こりやすい場所です。踏み外して転落すると大怪我に繋がるので階段の昇降時には足元に十分意識を向け、手摺は必ず活用してください。デイのご利用者様の中には、安全の為階段は使わず生活空間を1階に移されている方もおられます。又、玄関や敷居などの段差でも足を取られ転倒の原因となるので段差対策グッズなどを使って段差の解消を図る事をお勧めします。

最後の「づけ」は片付けていない所です。床や畳の上に新聞や雑誌を散らかしたままや、使った物がそのままに置いていると障害物となり、つまづき＝転倒を招きます。生活する上で頻繁に行き来する所は、きちんと片付ける事で回避出来ます。その他にもカーペットや敷物、こたつやストーブなどの電気コードも転倒事故に繋がるので気を付けてください。

これから年末に向けて皆様も慌ただしく忙しい日々を過ごされるかと思えます。住み慣れた「我が家」で安全に過ごせるように身の回りの環境を整えて新年を迎えてみてください。
横路 正和

★東洋医学入門

～その104～

鍼灸師 村田 雅文

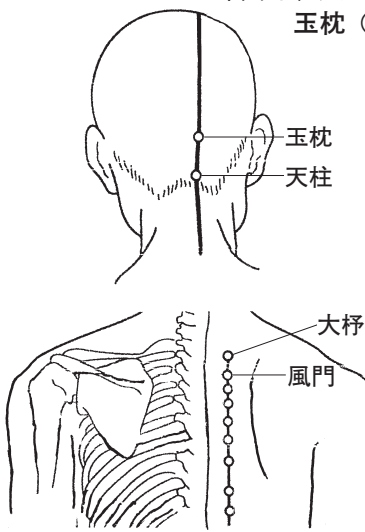
今回も経穴のお話です。 足の太陽膀胱経

玉枕（ぎょくちん）……「玉」は値打ちがあるもの、気品の高い人などを指します。「枕」は枕骨（後頭隆起）を指しています。この経穴は外後頭隆起の両脇にあり、就寝の時にちょうど枕に当たるところなのでこの名が付いたと言われています。頭痛、目眩、鼻閉、視力低下に用います。

天柱（てんちゅう）……「天」とは頭部を指し、それを支える支柱である頸椎を「柱」と呼びます。この経穴は頸椎という柱の上に頭蓋骨が支えているところからこのように名付けられました。天柱穴は多くの症状に対して用いられます。首や肩のコリ、頭痛に対しても非常に効果が高いです。また、頸部には頭部に血液を送る血管が通っているため、脳疾患に対しても使用されることがあります。高血圧や低血圧、脳卒中などの時に使用します。また、涙が出るときは天柱を使えと言われており、目の疾患に対しても効果があります。この時、右目に対しては左の天柱穴を用いるというように反対側の経穴を使用する場合もあります。

大杼（だいじょ）……「杼」というのは機織りに使う杼（ひ）という道具を指しています。脊椎の両側に伸びる横突起が杼に似ているので古くは杼骨と呼ばれていたのです。この経穴は一番大きい第1胸椎の両脇にあることから、大杼と呼ばれるようになりました。咽喉炎や扁桃炎、気管支炎などの微熱を取るのに用います。

風門（ふうもん）……「門」は出入りする門戸を指しており、ここに風邪が侵入する門戸であると考えられたためこの名が付けられたと言われています。風門穴は風の門でもあり、熱の集まる所であるとも言われています。風邪を予防する時にはこの門を閉じて、風邪を治療するときにはこの門を開けるのが良いとも言われており、この部位に鍼をすることがよくあります。その他には、肩背部のコリや喘息に用います。



お知らせ



11月3日（土）は祝日ですが当番医のため、午前9時より午後5時まで診療を行います。

11月4日（日）はびんご運動公園で糖尿病ウォークラリーを行ないます。

11月11日（日）は市民健康祭りが総合福祉センターで開催されます。

糖尿病コーナーでは血糖値やHbA1cの測定を無料で行なっています。

11月14日（水）は世界糖尿病デーです。世界中の主な名所がブルーで染まります。今年は尾道では駅前U2がブルーにライトアップされます。

緊急連絡先（院長の携帯番号） **090-4148-0665**



田辺クリニックのホームページ

<http://www.tanabecl.sakura.ne.jp/>

はつらつニュースのバックナンバーが入っています。



医療法人社団 木水会

田辺クリニック

田辺 泰登

〒722-0002 広島県尾道市古浜町6-20 TEL (0848) 24-1155(代) FAX (0848) 24-1156