

# によろこうじ

令和5年  
第72号  
3月31日発行

発行者



医療法人社団  
小島医院

高岡市東中川町6-10  
TEL 26-1020  
FAX 26-0573

http://  
kojima-i.com/

## 35周年によせて

小島 明

私は昭和16年3月、高岡市池之端で生まれた。戦時中は古城公園の防空壕に入っていたのを覚えてる。戦後は、家族は転居を繰り返した。私は一浪後、金沢大学医学部に入学した。奨学金とアルバイトで卒業し、泌尿器科を選んだ。

昭和46年、砺波総合病院に就職し、仕事して、酒もよく飲んだ。そして、昭和62年11月、当院を開業した。資金もなく、開業医の大先輩のおかげで、建物は建ったが、患者は数名程度で、倒産も覚悟した。事務長はじめ職員の努力のお陰様で生き延びた。余裕が出てくると、忘年会、旅行、凧揚げ、キャンプ等楽しんだ。

私自身の病歴は、インターン時代からの慢性関節リウマチがあり、両側膝関節に水が溜まり、開業してから苦しい。高岡市内の整形外科医院で、免疫抑制剤で数年で治癒した。この先生はまもなく

亡くなられたと聞いた。腎機能は少し低下したが気にしていない。次は、心房細動だ。長年の飲酒によるもので、S先生から厚生連の先生に紹介された。アブレーションを10年間で3回受けた。これも完治した。

病気は、自分の身体の本人が一番分かっているはずで、無理をしない、焦らないことだ。よい医師も大事だが、健康に良い物を食べ、適度の運動が必要です。



## 一所(一生) 懸命に生きる

上野 亮平

11月で小島医院は開院35周年迎えられる。誠におめでたく、先生の御健康とともにご祝意を申し上げます。今は通院できないが、数年前まで10年間もお世話になった。先生には生き方について貴重な示唆を頂き、それを心にし、深く感謝している。今回も拙いものでご容赦を願ひ綴りました。

NHK大河ドラマ「鎌倉殿の13人」はクライマックスを迎えた。登場人物が多く、頭が混乱してくる。鎌倉殿を巡り御家人の仁義なき権力争いに見える。歴史上唯一、武士が朝廷側に勝った「承久の乱」。後鳥羽上皇の北条義時追討令に対するもので北条政権の誕生だ。

実質的な武家政権の確立したのは5代執権北条時頼と言われる。私は謡えないが謡曲「鉢の木」は鎌倉殿と御家人と関係(一所懸命とすわ鎌倉)を教えてください。筋書きは『大雪の降る夕暮れ時、佐

野(栃木県)の里に旅僧が現れ、一夜の宿を求め。住人の武士(佐野源左衛門常世)はなげなしの粟飯を出し、大事にしていた「松・竹・梅」の三鉢を薪にする。すべてを失った身の上だが「鎧となぎなた」は残っていた。一旦、鎌倉より召集があれば、馬に鞭うって早く鎌倉へ駆け付け、命がけで戦う」というもの。僧は北条時頼でその後武士に恩賞を与えた。「一所懸命」と「すわ鎌倉」の謂れである。戦前の尋常小学校の国語の教科書に載っていたと聞く。

私は「一所懸命」に惹かれ、現役時、いかなる部署に異動しても「在所にベストを尽くす」を銘として、直向きに仕事に打ち込んだ。困難な状況の時ほど、仲間と知恵を絞り、汗を流した。仕上がった時は達成感や喜びを共に分かち合った。

八十路を歩み始めた今では「一所懸命」と「一生懸命」が一体となっていて、「人生百年時代」を明るく健康で前向きに過ごすことに日々努めている。



開院35周年

おめでとうございます

開院35周年を記念して、スタッフ全員から思い出に残るエピソードや今後の抱負など、メッセージをいただきました。



【職員代表】  
南 勝朗

夕暮れ時、建築中の建物の中を小島先生に案内していただきながら、ご自身がこの地で泌尿器科専門医として地域医療への思いを熱く語っておられたのが三十五年前です。その思いが地域の皆様に慕われて今があるのだと思います。先生には、これからも健康に留意され患者様に愛される先生でいて頂きたいと思います。



慰安旅行で箱根の旅が楽しかったなあ~と思い出し、集合写真を見返して、先生も皆も、あの頃は若かったなあ~。

第39回だいまん 凧まつりで「高山右近」が天を舞い、ゴールデン賞に輝きました。表彰式での先生の笑顔が思い出深いです。



入社して十五年目、看護師にもなれ、先生、スタッフの皆様には感謝しかありません。



H24年7月深夜、突然の停電に地下浸水。小島医院2度目の水害。自然災害の怖さを痛感した出来事です。

2018年1月、大雪が降った日3時間かけて病院に行き、職員全員で除雪。また3時間かけて帰宅した事がありました。



急変にも落ち着いて対応出来るようスキルは身につけ、脂肪は脱ぎ捨て！継続は力なり~!!

コロナ前、勉強会後に飲みに行き、最後は先生が唄う「時代おくれ」を聞いたものです。またその歌声を聞き、お酒を飲みたいですね。



だいまん凧まつりにて。皆で大空高く凧あげて一致団結!!小島先生の少年のような笑顔が素敵すぎました?



十年以上前に、台湾から旅行に来られた約十人の患者さんに血液透析を提供した経験が印象に残っています。



慰安旅行。豪華なホテルにあらびっくり!!美味しい料理とエステに身心ともに癒される。あ~極楽、極楽?



新年会で二人羽織りをし、口いっぱいにみかんをほおぼっていた先生が、とても楽しそうだった事を思い出します。

8年間と短い勤務歴ですが、縁あって小島ファミリーに加わる事ができ、感謝です。新年会でのフラダンスが懐かしい!



社員旅行恒例の余興でのゲーム。大笑いしたり、時間が無くて慌てたりと普段見られない先生の姿が印象に残っています。



大雪で透析が出来ず皆で患者様に変更日ご連絡した事がありました。ライフラインの大切さを痛感した日でした。



入社したばかりの頃、張り切って学会に出発。着いて驚き、スーツを忘れた...結局スーツは現地購入したのです。



普段の通勤時間は、片道35分で到着しますが、冬の雪道や凍結時は1時間かかる日もあり、予測ができず大変でした。

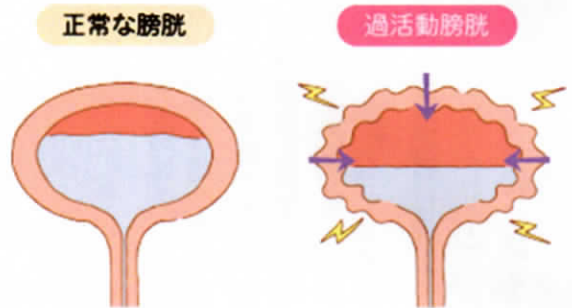
# 過活動膀胱について

トイレが近い！この症状を「年のせい」と諦めていませんか？  
 でもそれは **過活動膀胱** という病気かもしれません。  
 過活動膀胱症状質問表でチェックしてみましょう！



質問	症状	頻度	点数
1	朝起きた時から寝るまでに、何回くらいおしっこをされましたか	7回以下	0
		8~14回	1
		15回以上	2
2	夜寝てから朝起きるまでに、何回くらいおしっこをするために起きましたか	0回	0
		1回	1
		2回	2
3	急におしっこがしたくなり、我慢が難しいことがありましたか	なし	0
		週に1回より少ない	1
		週に1回以上	2
4	急におしっこがしたくなり、我慢できずにおしっこをもらすことがありましたか	なし	0
		週に1回より少ない	1
		週に1回以上	2
5	1日1回くらい	1日1回くらい	3
		1日2~4回	4
		1日5回以上	5

過活動膀胱の診断基準は質問3が2点以上、または合計点数が3点以上となっています。  
 (特に質問3の症状がある場合、早めに専門医に相談する事をすすめています)



過活動膀胱は 膀胱が異常な動きをする事で起こります。  
 膀胱が勝手に縮んだり、過敏な動きをするために、尿が十分に溜まっていない内に、急に我慢できない尿意が起こるのです。

## 原因として

- ☆脳血管障害、パーキンソン病、脊髄損傷などの後遺症で、脳と膀胱の筋肉を結ぶ神経の回路に障害がある場合
- ☆女性では、出産や加齢によって膀胱、子宮、尿道などを支える、骨盤底筋が痛んだり、弱くなったりした場合
- ☆高齢男性で最も多いのは、前立腺肥大症などが多くみられています。

尿意切迫感



昼間頻尿



夜間頻尿



切迫性尿失禁



トイレが近い事で悩んでいる方は年々多くなっています。

過活動膀胱の罹患者数は1000万人を超え、国民病と言っても過言ではないと言われています。  
 生命に直接関わるような病気ではないものの、私達が生活していく上で支障が出て困るのは嫌ですよね。  
 過活動膀胱の症状は薬と運動療法で改善できる方がほとんどです。

「恥ずかしいから」「年齢のせいだから」とひとりで悩まず、専門医に相談して下さい。

最近、排尿障害改善薬のCMをみかけますが、自己判断で服用しないで、原因を調べ、原因に合った治療をおすすめします。

## 下肢閉塞性動脈硬化疾患とABI・CVAI検査

高岡みなみハートセンター  
循環器医師 松井 崇生

高血圧の場合、日頃から血圧を測ることで気づくことができます。しかし、血圧測定で使用する上肢の動脈は高血圧になることはあっても、足の動脈に比べると、動脈が細くなったり詰まったりすることは頻度的には少ないです。足の動脈は普段血圧を測る機会がないばかりか動脈硬化が進むと血流が少なくなり、足や指先に十分な酸素や栄養を送り届けることができなくなってしまう、歩行時の冷感、しびれ、疼痛などの症状をきたします。このような病気を下肢閉塞性動脈疾患といい、放置しておくとも足が腐ってしまう、切断に至る方もいらっしゃいます。治療としては薬物治療、運動療法、バイパス術(外科的手術)に加えて、最近ではカテーテルという管を入れて動脈硬化で狭くなった血管を広げる末梢血管治療(EVT)が可能となっています。そのため、病

気が進行する前にABI・CVAI検査により足の動脈硬化を早期発見することが重要です。ABI・CVAI検査は仰向けに寝た状態で両腕、両足首の血圧と脈波を専用の機器を用いて約5分間程度測定します。このような簡便な検査で足や全身の動脈硬化の程度を調べることが可能です。ABIは「腕の血圧」と「足首の血圧」の比をみて足の動脈硬化の程度を評価します。足の動脈硬化がある場合は足の血圧が下がり、ABIも低下します。ただし、糖尿病や透析治療を受けている方は足の動脈硬化が進んでいるため、異常高値を示すことがあり、正確な診断が困難な場合があります。CVAIは大動脈から足の血管までの「血管のかたさ」を調べます。CVAIは動脈硬化が進行するほど高い値となります。

下肢閉塞性動脈硬化疾患に対する末梢血管治療(EVT)とは、足の血管が細くなったり、詰まったりしている箇所に対して、腕や足の付け根にある動脈から細い管(カテーテル)を入れて、バルーン(風船)やステント(網目状の金属)で広げて、血流を良くする治療です。局所麻酔でメスを使わずに行う治療なので、患者様の身体的な負担が少なく、早期の社会復帰が可能です。

下肢閉塞性動脈硬化疾患は狭心症、心筋梗塞と同様に高血圧症、糖尿病、脂質異常症、喫煙といったリスクのある方に多く発症します。通常の健康診断では、下肢閉塞性動脈硬化疾患の発見は難しいため、このようなリスクを持っている方はABI・CVAI検査を受けられることをお勧めします。

最後になりましたが、開院三十五周年おめでとうございます。微力ではありますが、引き続き透析患者様の診療をサポートできるように尽力したいと思います。

今後ともよろしくお願いいたします。



## 防災訓練

当院の透析室を出火元と想定した防災訓練が行われました。避難経路の確保や患者様の誘導方法の確認など、皆真剣に取り組みました。



## 編集後記

日増しに暖かくなり、ようやく春めいてまいりました。全国各地で桜が咲きはじめています。

当院の近くには桜の名所、古城公園があります。毎年様々な品種の桜が咲き、私達の目を楽しませてくれますね。

冬の寒さで体が凝り固まっていますか。春の陽気に誘われて美しい桜を見ながら散歩なんていかがでしょうか。