



かかりつけ医をもつ重要性



だな たいし
産業医 田名 毅
首里城下町クリニック)

産業医だよりでは、毎月クリニックで行っている 地域むけ医療講演会の内容を要約してお伝えしています。今月は、年頭ということもあり院長の私が行いました。タイトルは「かかりつけ医をもつ重要性について」です。以下に講演の要約を紹介します。

1、「かかりつけ医」とはどのような医師でしょうか？

最近の厚労省のHPには「なんでも相談できる上、最新の医療情報を熟知して、必要なときには専門医、専門医療機関を紹介でき、身近で頼りになる地域医療、保健、福祉を担う総合的な能力を有する医師」とあります。日本医師会総合研究所の調査でも、「総合的に診てくれる」「色々な病気に対応してくれる」「必要な時に専門の医療機関へ適時適切に紹介してくれる」などが国民の望む「かかりつけ医」のようです。

2、高血圧、腎臓病（CKD）、心臓の病気 からみた「かかりつけ医」の必要性

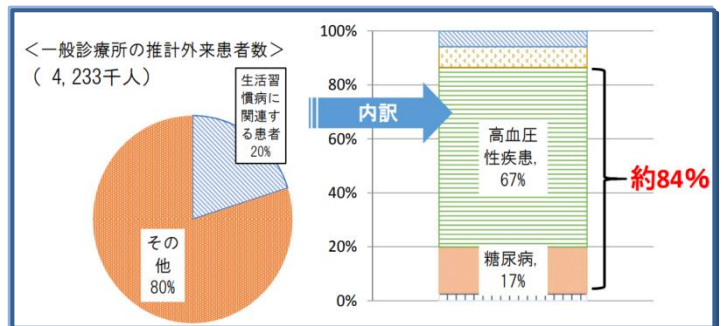
私は**高血圧・腎臓病**（透析治療を含む）を専門として開業しましたが、大学病院から開業して高血圧の患者さんの多さをはじめて自覚しました。これは厚労省の調査でも明らかです。私のクリニックは、大学の先生方の応援もいただきながら、現在4,000名余りの患者さんが通院しています。

高血圧は万病の原因になりますが、その頻度がある分

だけ民間療法のターゲットになったり、週刊誌の健康ネタとして登場します。私ども高血圧を専門にしている者にとっては、正しくない情報も流れることが多く心を痛めることがあります。高血圧の治療の必要性、その的確性などは、是非かかりつけ医に相談してほしいと思います。

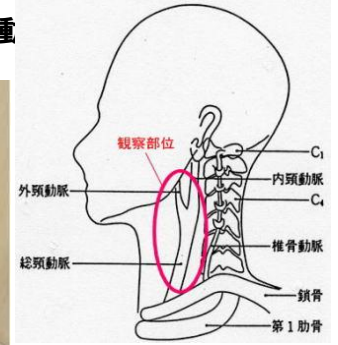
那覇市CKD病診連携システム（CKD48）

那覇市と那覇市医師会が協力して、慢性腎臓病患者をかかりつけ医、腎臓診療医が連携して診ていくことを促進し腎不全になる患者さんを一人でも減らしていこうという取り組み



現在腎臓が悪くなる患者さんは、**糖尿病**が原因のことが多くなっています。このような患者さんには血糖コントロール（基準値に近づける治療）は勿論ですが、高血圧の管理も重要になります。**糖尿病があり、蛋白尿まで出ている人は、かかりつけ医の紹介で高血圧・腎臓専門医の診察も受けることをお勧めします。**現在、那覇市と那覇市医師会は**那覇CKD連携強化事業（CKD48）**を立ち上げ、腎不全になる（透析が必要になる）患者さんを一人でも減らしていくという取り組みを推進しています。

開業して、高血圧、糖尿病で通院している患者さんの中から**狭心症、心筋梗塞**にかかる方を多く診てきました。これらの患者さんを少しでも早く発見する方法として取り組んでいるのが、**頸重スクリーニング**です。ブラークスコアという数値が高ければ高いほど心臓病が隠れている可能性が高いのです。是非、皆さんも動脈硬化が心配になったら頸動脈エコーを受けましょう。

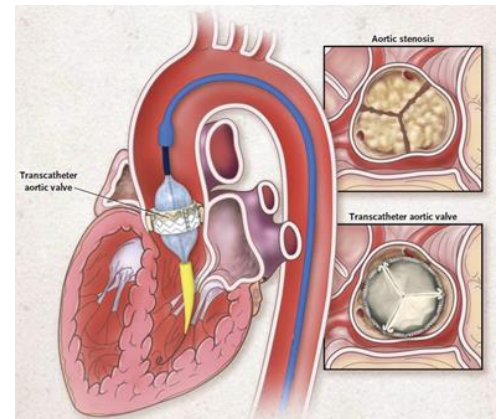


心房細動の血液の流れ方



高齢になるにつれて頻度が高くなり対策が必要なのが心房細動と大動脈弁狭窄症です。①**心房細動**は高血圧などで通院している患者さんの中から発症することが多いです。看護師さんが脈拍をとるとき、医師が聴診器をあてるときに発見されます。これを放置しておくと心臓の中で血栓ができて、それが脳に飛ぶと脳梗塞を発症します。早期に発見し、抗凝固療法を受けることが重要になります。

②**大動脈弁狭窄症**も高齢になって注意が必要な病気です。この病気は心臓の弁に動脈硬化が起こるような疾患ですので年齢とともに誰もがかかる頻度が高くなります。医師が聴診器をあてることによって発見される病気です。病気が進行した場合、突然死の原因になるので怖い病気です。以前は開胸して心臓にメスをいれて弁を置換するしかなかった病気ですが、最近では琉球大学でカテーテルによって治療できるようになりました。当院からもこの3年ほどで7名の患者さんがこの治療で助けられました。①②いずれの疾患もかかりつけ医をもち、通院もしくは定期健診を受けていれば早めに発見される病気です。



3、がんや認知症の早期発見、家庭医の役割からみた「かかりつけ医」の必要性

がんの早期発見もかかりつけ医の仕事の一つです。人間ドックや市町村の健診を受けていても、がんを早期に発見することは難しい場合があります。定期健診を受けそびれたり、体調のちょっとした変化があった時に、かかりつけ医に相談し専門医を紹介してもらうことで早めにがんが見つかることもあります。是非、かかりつけ医を活用しましょう。認知症の早期発見もかかりつけ医の仕事です。患者さんが定期薬の管理が不十分であったり予約日を忘れがちになったり、受付での対応等の変化から早めに認知症の発症に気づくこともあるのです。また、かかりつけ医は家庭医でもあることが多いです。長く付き合ってきた患者さんが、連れ合いの方や親、子を亡くしたりと大きなライフイベントに遭遇することがあります。その際に、さりげなく寄り添い傾聴するのもかかりつけ医の仕事です。最近では、医療と介護の連携の重要性が唱えられ、各地域に包括支援センターができて、多職種が連携する仕組みが構築されつつあります（地域包括ケア）。

私も地元、松川の地域ケア会議に医師の代表として参加しています。今後も地域を起点に、通院している患者さんひとり一人に関わっていきたいと考えています。



185回 首里城下町クリニック地域むけ医療講演会

テーマ 高血糖と言われたら ～今できる食事と運動～

医療法人 麻の会 首里城下町クリニック第一

糖尿病専門医 福地 万里

日時：平成31年2月13日（水）午後7時

場所：首里城下町クリニック第一 2F

その他クリニックに関してはHPをご覧ください <http://www.shuri-jc.jp>

首里城下町クリニック『働く人健康支援室』は、



産業医・内科医
高血圧が専門です
田名 毅

あなたの **相談窓口** です！

相談窓口

産業医は、あなたの職場とそこで働く人々の心とからだの健康を支援します。

★訪問日を設けている事業所の職員は、お気軽に訪問日をご活用下さい。

★クリニック内の『働く人健康支援室』では健康相談を行っています。

事前にお電話の上、いらしてください。

★クリニック内で産業医との面談は診療の合間となりますが可能です。

事前にお電話くださり働く人健康支援室で“産業医との面談”とお声掛けください。診察や検査の必要がない限りは無料です。

★その他、電話やメール相談も随時行っています。



保健師・産業カウンセラー
キャリアカウンセラー
認定産業看護師 田名彩子



保健師・産業カウンセラー
キャリアカウンセラー
與儀雅代



認定産業看護師
山城愛子



連絡先

首里城下町クリニック 働く人健康支援室
098-885-5000

携帯 080-4312-9200 (田名彩子)

メール saiko@biscuit.ocn.ne.jp

プライバシーは守ります。

お気軽にご利用下さい！