

長崎北病院 伝言板 11月号

令和5年11月1日発行

霜月、11月。朝晩は涼しさを通り越して寒い。霜が降る月「霜月」ですから当たり前でしょうか。先日は「雹（ひょう）」が降り西海市付近は一面真っ白。でも、陽が照る昼間は暑い。やっぱり異常気象でしょう。それでも今年の夏に比べると「気持ち良い季節」。紅葉、落葉、晩秋、夜寒、初霜。秋を愛でつつ、冬支度を始める季節です。

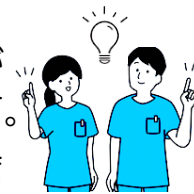
書かれた医学は過去のものである

仙台の学会に出席してきました。仙台は寒いという話で、パッチ、長袖シャツ、厚手のジャケット、ウィンドブレーカー、さらにホッカイロまで持って準備万端。ところが暑い！夜は暖房どころか窓を開けて寝る始末。長崎より暑いかも。やはり気候がおかしい。



コロナ禍が落ち着いて学会も盛況。全国から多くの人が集まっていました。数年間WEB（オンライン）での学会が続いていました。WEBは便利ですがやはり直接質問したり、対面での情報交換、面識を得るなどはできません。人が集まる意義はあります。さらに学会で発表、出席することで、その分野の現在の状況を知り、自分たちの足りない部分、すべきことが分かります。研究し学会に発表することは物事を科学的に捉え、まとめ、勉強することになります。日常の仕事で忙しい中で余分なことと思うかもしれませんが、しかし、毎日の仕事の中で科学的な目で見えて考えながら臨床や研究のヒントを見つけることは、自分自身や組織、医学の向上には必須です。業務はもちろん大切ですが、常に「Something - new, something interesting(なにか新しい事、興味のある

こと)」を探し続けることは当院にとっても医学にとって生命線。「書かれた医学は過去のものである。目の前の患者にこそ新しい医学がある」。日本内科学の父ともいわれた東大名誉教授、沖中重雄先生の言葉です。目の前にある「宝物」に気付けるかどうか。漫然とみているは見つからない。「なぜだろう」「何か違う」そういう目で見ながら歩けば光って見えます。一步進んだ先に楽しさがある。忙しい時にこそアイデアは浮かぶものです。



私の趣味の一つは週末畑仕事。先週は学会出席のため畑に行けず。座り仕事が多い私にとって週末の農作業は足腰を鍛える大切な運動。今回の出張でも地下鉄や飛行機に乗り遅れそうになり2回ほど疾走しましたが大丈夫でした。とはいえ若者とは違います。年齢とともに筋力だけでなくバランス、注意力、視力など低下します。以前は「へび」に驚いて畑の石垣から転落しましたが幸運にも無事でした。当院にはたくさんの方が骨折のリハビリで入院してこられます。骨折理由も多彩。段差や物につまずいての転倒や尻餅ついての骨折は定番。キャスター付きの椅子や丸椅子に乗って作業中に転落は多数。立ってズボンを履いていて一方に両足突っ込んで転倒、風呂場の石鹸でスケート、犬の散歩で引っ張られて転倒、昔は飛べた溝の対岸に届かず転落などいろいろ。珍しいところでは「立ちション」中に崖から転落、孫とスケボーで遊んで転倒など。原因がはっきりしない「いつの間にか骨折」もあります。一般に体調が良くないとき、夜のトイレや朝起きた直後、気がせいいているとき、薬（睡眠薬など）を飲んだ時などは転倒しやすいと言われます。危ないと分かっているところは注意しますが、「ちょっとだから」「急いでいた」「分かっていたけど」「大丈夫だろう」など。過信、油断、不注意。後悔先に立たずです。足腰鍛えて体も心も「まだまだ若い」は理想。でも痛いことは嫌です。注意しましょう(A.S.)

