



あかり木通信

2022 年 6 月号
あかり木診療所

十一年目の大ピンチ

開院以来十年の間、二名だけの職員による診療スタイルを続けていたあかり木診療所ですが、昨年十一月に、不慮の事態により一名（院長ではない）が入院してしまうという大ピンチが発生してしまいました。その間ピンチヒッターとして急遽活躍したのが、院長の高校生の息子です。受付、会計などを手伝ってもらい、どうにか診療を継続していましたが、通常よりお待たせしてしまい、また、健康診断や小さいお子様の予防接種などお断りしてしまうこともあり申し訳ありませんでした。この間にお越しくださった方には、入院中のご心配をいただき、代役の息子には温かく接していただき、とても有難く感じました。診療所なのに、帰るときに皆さまから「お大事に！」と声をかけられ、完全に立場が逆転してしまっていました。幸い年末には無事退院でき、現在は元通りの体制に戻っています。

漢方薬の効果

あかり木診療所では、症状や経過によっては漢方薬を使用することもあります。中には漢方薬を使用したことによりこれまで長い間悩んでいた症状が劇的に改善した方がいらつしやいます。今号のあかり木通信では、そんな方を紹介します。

① 保育園女兒の A さんは、便秘で一週間以上排便のないこともあり、便をするときにはお腹を痛がってしまいます。そこで毎朝「小建中湯」をヨーグルトに混ぜて飲むと、定期的に便が出るようになりました。

② 男子高校生の B さんの悩みは下痢です。とくにテストの前など緊張するとひどくなります。そのような症状をおさえるくすりに加えて、「五苓散」も飲むようになったところ改善し、無事大学生になりました。

③ 三十代女性の C さんは、生理

前になると足の先が冷たく、頭が重く、めまいを感じます。これは、「半夏白朮天麻湯」で改善しています。

④ 四十代女性の D さんは、ストレスがたまるとお腹にくるタイプで、きまって腹痛、食欲低下、下痢などの症状が起きます。そこで、そんなときはひどくならないうちに「補中益気湯」を使用しています。

⑤ 五十代女性の E さんは、イライラしたり気分が昂ぶったりして眠れないことがあります。そんなときは「抑肝散」を頓服として使用して改善しています。

⑥ 六十代女性の F さんは、胃の中の胃酸があがってくる「逆流性食道炎」のため、はげしい胸やけの症状に悩まされています。胃酸の分泌をおさえるくすりなどを使用しても、症状がおさまりません。そこで「六君子湯」を使用したところ、症状が軽くなりました。

⑦ 七十代男性の G さんは、糖尿病があり、しばしば風邪をひき、こじらせることもありました。早めに「葛根湯」を飲み、こじらせることはなくなりました。

⑧ 七十代女性の H さんは、毎晩就寝中に足がつることが悩みです。寝る前に「芍薬甘草湯」を飲むようにしたところ、つることが少なくなりました。

⑨ 八十代男性の I さんは、夜間の尿の回数が多いので、前立腺肥大症のくすりにくわえ、「牛車腎気丸」を飲むことにより、尿の回数が一回減りました。

⑩ 八十代女性の J さんの悩みは便秘ですが、便秘薬を使用するとお腹が痛くなってしまう。「大黃甘草湯」はお腹が痛くならず便秘が改善しました。

なお、薬の作用には個人差があり、同じような症状でもすべての方に同じ効果があるとは限りません。

带状疱疹ワクチンについて

従来より、あかり木診療所では 50 歳以上の希望される方に「带状疱疹」の予防接種を実施していますが、带状疱疹ワクチンは昨年より 2 種類になりました。1 種類目は、従来から使用していた、小児の水ぼうそう予防にも使用される「水痘・带状疱疹ワクチン（生ワクチン）」で、もう 1 種類は 2020 年に新しく登場した「シングリックス（サブユニットワクチン）」です。それぞれ、接種スケジュール、接種方法、効果、副反応、価格などが異なります。接種するのはどちらか一方ですので、接種をご検討の方は、あらかじめ説明を受けてどちらのワクチンを接種するかを決めてから申込みをしてください。