

SENRYU からころ 川柳

病気や健康にまつわる川柳コーナーです。皆さまからの力作をお待ちしております！

病い知り 情報あさり 改善へ

(情報を入手して病気につきあう姿勢、励まされます)

まえむき (奈良県北葛城郡)

健康食 過ぎると ストレス満杯だ

(毎日の食事のケアも、やっぱりほどがいいようです)

きよこ (長崎県雲仙市)

MEDICAL FROM 医療現場

自治医科大学講師 大森正規

患者さんができる医療崩壊抑止策—大学勤務医の提案—

連日のように妊婦のたらい回しが報道されています。医療従事者の一人として、患者さんと関係者の方を気の毒に思うとともに、無力感を感じます。今の医療は医師個人のボランティア精神のみに支えられています。最近行政は医学生数を増やす方針に転換しましたが、医学生が戦力になるのは10年後です。今の医療体制は何も変わりません。医師と行政にはこれ以上望めない事情をご理解頂いた上で、患者さん方に何か協力して頂けないか、という提案をします。

①大学病院にコンビニ感覚で行かない。発熱だけで救急受診するような若い親が多いため、医師の36時間以上の連続勤務が常です。患者さんの「ありがとう」の一言が医師を救います。②救急車をタクシーがわりに使わない。搬送患者の8割が軽症という現状では、いずれ救急車は有料化されます。③かかりつけ(総合)医を持つ。病歴、家庭・職場環境を知っている、馬が合い、苦言をも呈してくれる先生。適切に大学病院に紹介してくれます。「名医より良医」です。④予防医学への関心を。禁煙、節酒、節食(腹八分に医者いらず)、軽い運動、減量、笑う事、熟睡とストレス防止。いずれもがん、脳卒中等の予防効果があることが明らかになってきています。⑤医療不信という「はやり病」に罹らないで。プラセボ効果(薬効のない「偽薬」が効く割合)は3割と言います。逆に疑うと治る病も治りません。病気のみならず、病に侵された尊厳ある人間として診察し、治療の選択肢を示して決定権は患者さんに保障する。ぜひともそんな信頼できる医師に巡り会って下さい。

「からころ」 年間購読受付中！

「からころ」を年間購読しませんか？年4回発行で、年間購読料1260円(送料分・税込み)です。お申し込みはP.30のアンケート用紙か下記電話番号まで。

お支払い方法：「からころ」送付時に、郵便振替用紙を同封いたします。

お問い合わせ：TEL 03-5779-6370

「私の闘病記」 募集！

あなたが体験した闘病生活についてお聞かせください！ 苦しかった経験やこんな人に支えられた、など具体的なエピソードをお待ちしております。採用作品は「からころ通信」に掲載させていただきます。採用された方にはオリジナルタオルをプレゼントいたします。

字数：600字程度

内容：ご自身が体験した闘病生活について

おたより募集！

「今号のうららかさん」の推薦(自薦、他薦不問)、「からだのコトバ豆知識」のテーマ、「からころ川柳」への投稿、「メディカルQ&A」への質問、「おたよりひろば」へのお手紙、誌面の感想など、読者の皆さまからのおたよりを編集部一同、心からお待ちしております！ 採用された方にはオリジナルタオルをプレゼントいたします。

あて先は、
〒101-0051 東京都千代田区
神田神保町3-11望月ビル6F
「からころ」編集部おたよりコーナー係まで。
FAX：03-3234-8582
e-mail：media@ulala-net.jp