

「地域に密着し住民の暮らしを見つめた医療機関として、地域住民の命と健康を守り、安心して暮らせる地域づくりに貢献する」という診療所の理念に基づき、単なる健康情報にとどまらず、広く生活や文化、地域づくりにまつわる話題を紹介します。

## 「クスリはリスク」

南牧雄(仮名)さん「先生！俺が飲んでるこのコレステロールのクスリ、筋肉が壊れて危ないから医者にも薦められても飲むなって、週刊○○に書いてあったぞ。」

座「光寺、横紋筋融解症のことですね。」

牧「えっ、先生、悪い薬だって知ってて俺に飲ませてたのかい？」

座「いえいえ、副作用の危険のない薬なんて、一つもないんですよ。どんな薬にも、漢方や健康食品にも、体に害になる危険はあるんですよ。」

牧「えー、漢方もかい？」

座「リスクを数え上げたらキリがないですよ。薬の効果と危険を、天秤にかけて考えないと。」

牧「この薬、続けたほうがいいのかい？」

座「血液の検査では筋肉が壊れる副作用は出ていないようですよ。ご両親も脳梗塞をやったんでしたっけ？」

牧「そうそう。俺も同じようにならないければいいなと心配だね。」

座「コレステロールを下げれば、その分、脳梗塞や心筋梗塞の危険は減りますね。」

牧「今のところ副作用はなくて、これから脳梗塞になる危険が減るんだから…、だったら飲んでたほうがいいかもな。薬を先生任せにしてちゃだめだね。こんなこと聞いたら失礼かもしれないけど、お医者さんに見てみたら、薬を沢山出したほうが、たくさん儲かるんじゃないのかい？」

座「いやー、実は逆なんです。よほどなにかくさん薬を処方しても、処方せん料って一律680円なんです。しかも、7種類以上処方すると3000円に下がる仕組みなので、変な話医者に見てみたら薬を出さないほうが儲かるんですよ。」

牧「ありやー、意外だね！ところで、こないだ別の診療所でもらった痛み止め、もう少しもらえませんか？」

座「牧雄さんは腎臓が悪いから、この薬を続けて飲むのはちょっと…。腎臓にも負担にならないのを出しておきますね。」

牧「お、ありがとうございます。」

座「お、ありがとうございます。」

クスリはリスク。飲まずにすめばそれに越したことはありません。医師も薬剤師も同じ気持ちです。普段処方されている薬に疑問があれば、ぜひ気軽に相談ください。いくつかの医療機関を受診すると、同じ効果の薬を重ねてもらったり、飲み合わせや持病との兼ね合いも心配です。その時役立つ道具が「お薬手帳」。薬局に持参すれば料金も少し割引になりますのでぜひお忘れなく！



### クスリに飲まれない3箇条

- 一、お薬手帳を持ち歩く
- 一、かかりつけ医・薬剤師に疑問をぶつけてみる
- 一、自分の薬の効果と副作用を知って飲む

## 健康福祉まつりのお知らせ

今年の健康福祉まつりは11月19日(土曜日)に野辺山社会体育館で開催されます。シンポジウムでは、どんぐりの森クリニックの木村先生、小海分院の医師、村診療所の座光寺の3人が、日々の診療で感じていることを語りあい、村民の皆さんからの質問にもお答えします。取り上げてほしい話題があれば、受診のついでにこっそり耳打ちしてください！



### 事務からのお願い

福祉医療受給者証をお持ちの方は、窓口で忘れずご提示ください。また月初めの保険証の確認もご協力をお願い致します。



## ハチ刺されは怖い？



秋はハチの活動が活発になり、注意が必要です。ハチ刺されは命にも関わる怖いものというイメージがありますが、もちろん全部が怖いわけではありません。

見極めは刺されてから **15分**

### 怖いもの

(アナフィラキシーショック)

全身が赤くかゆい  
息が苦しい  
意識がない

すぐに救急車で病院へ

### 怖くないもの

刺された周囲の痛みや腫れ

針があれば取り除き、清潔にして冷やせば、痛みは一日くらい、痛みや腫れも数日で消えることがほとんどです。もし心配があれば受診して下さい。

蜂さされを防ぐポイント

明るい色の衣服を着る



帽子をかぶる

匂いのあるもの  
(香水、柔軟剤など)  
を控える

## 診療所 基本情報

南牧村診療所	月	火	水	木	金
南牧村出張診療所	●		●	※	
	☎0267-96-2112 海ノ口駅直結				
野辺山へき地診療所		●			●
	☎0267-98-2875 野辺山駅1分				

外来受付8:30-11:00 午後は往診 ※第2木曜午後は眼科  
当診療所は機能強化型在宅療養支援診療所として、24時間・365日、村民の皆様への在宅療養の「困った!」に応えます。

「こんな診療所になったらいいな」「こんな特集してほしいな」などみなさんのご意見をお聞かせください。

①診療所のスタッフや投書箱 ②E-mail minamimaki.clinic@gmail.com ③村役場住民課