

医療と
健康の
今を伝える

健康

第31号

さっぽろ

札幌市医師会
市民広報

平成26年3月25日発行

ご自由に
お持ちください



特集①

TPPと医療

特集②

緩和ケア

その他の内容

■市民のページ

- ①年は取りたくないもの 一病院をお友達に
- ②後期高齢者健診を受けよう
- ③一病息災



読者プレゼント
付きアンケート
(裏面に)

- ◎乳がん検診・子宮がん検診のご案内
- ◎家庭医学講座のご案内
- ◎札幌市医師会活動のご紹介
「札幌市医師会夜間急病センター」



TPPと医療

TPPで医療が変わる

TPPとは「Trans-Pacific Partnership」の略語で、日本語では「環太平洋経済連携協定」といいます。TPPの目的は、加盟国の間で自由貿易を進めて、それぞれの国の経済を発展させるということです。自動車や農産物の「関税障壁の撤廃」が話題の中心になって、わが国の経済の回復・発展が期待されています。しかしTPPには、関税以外の「非関税障壁の撤廃」という、国の法律・制度・習慣を変えてしまう危険性もあり、わが国の医療制度も変えられてしまうかもしれません。

国民皆保険制度への影響

TPPにより、世界に誇るべき、わが国の国民皆保険制度が揺らいでしまうということが懸念されています。国民皆保険制度は、すべての国民が何らかの医療保険に加入して、保険証一枚で、だれでも、いつでも、どこでも、医療機関にかかることのできる日本の医療制度の土台となるものです。安倍首相もTPPについても「世界に誇る国民皆保険制度を基礎とした社会保障制度。これらの国柄を私は断固として守ります」と明言しています。しかし、この発言をもって、医療は完全にTPPの対象外

【図1】TPPで日本の医療がどう変わるのを懸念しているのか？



であり、本当に国民皆保険制度を守ることができると安心していいのでしょうか。米国の企業はTPPで医療分野での利益拡大をもくろんでいるので、TPPに参加すると、たとえば、医薬品や医療機器の価格決定のしくみや特許権などが見直され、医薬品・医療機器の価格の上昇に始まり、公的医療保険の給付範囲が縮小し、最終的には、わが国の国民皆保険制度はその悪影響を受けることになってしまいます【図1】。

混合診療の拡大

わが国では、必要かつ適切な医療は基本的に保険診療により確保されています。しかし、TPPで懸念されるのは「混合診療の拡大」です。混合診療とは、公的な保険がきく「保険診療」と公的保険の対象外の「保険外診療（自由診療）」とを併用することです。保険診療と自由診療を混ぜるので「混合診療」と呼ばれていて、わが国では一部の例外を除いて、原則禁止されています。TPPで貿易と同じように医療が自由化されたらどうなるのでしょうか？

株式会社による医療機関経営

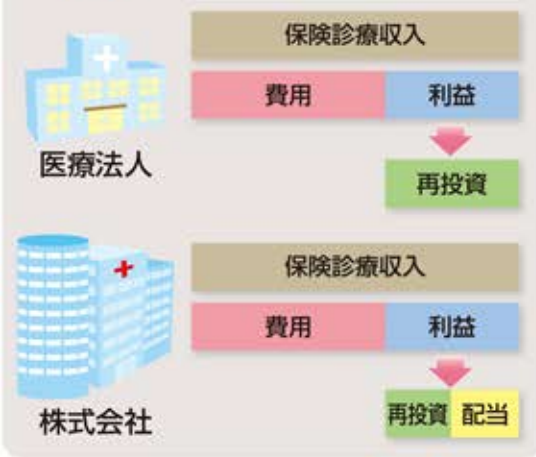
自由診療の値段は、医療機関側の思うままに決められ、そこには診察料や手術料だけでなく、医薬品の価格や医療機器による検査料なども含まれます。混合診療が拡大すると、安全性、有効性が不確かな自由診療で、国民の健康と生命が守れなくなるかもしれませんし、自由診療料が増大すると、患者の医療機関での支払いが増え、国民医療費全体も増大してしまいます。

現在、わが国の医療法人は、法律によって非営利性であること、つまり剰余金の配当をしてはならないと厳格に定められています。そして利益は、より良い医療を提供す



るために再投資されます。しかしTPPにより営利企業(株式会社)の医療機関経営への参入が認められれば、営利目的の企業の論理が医療に導入されます。株式会社は、事業活動を通じて利益をあげ、「配当」を出さなければなりませんので、配当の利益を出そうと診療に無理が生じます(図2)。さらにコスト削減、売上向上を追求するあまり、安全性が損なわれ、医療の質の低下が生じます。そして、小児科、産科、救急医療などの不採算部門やへき地や離島などの病院からの撤退が行われ医療が崩壊してしまいます。さらに株式会社病院は、できるだけお金を使ってくれる富裕層の患者を集めようとして、患者の選別が行われ、利幅の大きな自由診療を「高度医

【図2】医療法人と株式会社の医療機関経営



療」などの名目で積極的にを行い、格差医療により、だれでも、いつでも、どこでも病院にかかれる国民皆保険制度は崩壊します。

ジェネリック医薬品がなくなる？

ジェネリック医薬品は、研究や開発のコストがかからず先発薬よりも価格が安いので、国としては、ジェネリック医薬品を推奨して医療費を抑え、財政負担が軽くなることを期待しています。しかし、先発薬の特許切れを待って製造されるジェネリック医薬品については、TPPの知的財産権の分野で、米国の特許権の期間の延長を求めてくるために、むしろ使えなくなってしまうかもしれません。さらにTPPで米国の製薬会社は、わが国の公的な医薬品の価格を決める制度を改定して、医薬品の価格規制の撤廃・緩和を求め、新薬の価格の引き上げを狙っているのです。そして、結果的に医薬品費の全体の増大と医療費に占める医薬品費の割合が増大してしまいます。

民間の医療保険の拡大

米国の民間の保険会社は、混合診療の解禁、株式会社の医療経営参入、医薬品・医療機器の価格の高騰により、患者の個人負担が増大することを期待しています。それは、日本の公的医療保険の対象範囲を

狭めて、医療を受けるために、民間保険に入る必要が出てくるようにともくろんでいるわけです。

医師会はTPP参加に反対

日本医師会は、①公的な医療給付範囲を将来にわたって維持すること ②混合診療を全面解禁しないこと ③営利企業(株式会社)を医療機関経営に参入させないこと(図3)、この3項目の重要課題が守られなければ、世界に誇る国民皆保険制度とは言えないと主張しています。そして札幌市医師会は、日本医師会とともに、わが国の国民皆保険制度を守るためにもTPP参加に反対しています。TPPによつて直接的にせよ間接的にせよ、国民皆保険制度の基本理念を揺るがせ、所得格差によつて医療へのアクセスに格差が生じ、受けられる医療の内容にも格差が生じる事態は許されません。

【図3】国民皆保険を守るための重要課題(日本医師会)

- ①公的な医療給付範囲を将来にわたって維持すること
- ②混合診療を全面解禁しないこと
- ③営利企業(株式会社)を医療機関経営に参入させないこと



緩和ケア

1 はじめに

現在、日本人の2人に1人ががんと診断され、3人に1人ががんで死亡するとされています。高齢化が進むにつれて、さらに増加すると考えられているがんですが、医学の進歩にもかかわらず治療の難しいがんも少なくありません。国は「がん対策基本法」を制定し、それに基づいて「がん対策推進基本計画」を整備しましたが、その中でも「緩和ケア」の推進は重点課題となっています。

2 緩和ケアとは

緩和ケアとは、「命をおびやかす病気にともない、患者さんと家族の身体や心におこるさまざまなつらさをやわらげるためのケア」です。病を持ちながらも、最期まで自分らしく生きていくことを支援するケアであり、相談から看護そして医療まで幅広い内容を含んでいます。がん患者さんの増加とともに保険診療が適応される緩和ケアの範囲も大きく広がってきました。

3 がん患者さんのつらさ

がんという病気には、命をおびやかされる不安もあって、がんが診断された時

のショックは大きなものがあります。「まさか自分が」という思いに加え、「これからどうすれば良いのか」「医療費は?」「仕事や家族はどうしよう」といった心配もあるでしょう。なによりもまず検査や治療を受けながら、痛みやだるさ、食欲不振などの身体のつらさに悩まされる人も多いと思われまます。このようなさまざまなつらさをやわらげるための手助けをすることが緩和ケアの目的です。そのため、医師や看護師のみならず多くの専門職からなる緩和ケアチームを院内に設置している医療機関も増えてきました。

4 痛みなど身体症状の緩和ケア

がんが診断された患者さんが、痛みで苦しんでいるのは病気に立ち向かう気力もありませんし、安心して治療を受けることもままなりません。進行したがん患者さんが自分らしく生活することも難しくなります。70%以上の人に出現するとされるがんの痛みの緩和はとても重要です。通常の痛み止めでは効果に限界がありますので緩和ケアでは、医療用麻薬(オピオイド)を使用します。従来、麻薬という言葉からあまり良くない印象をもたれる方も多く「中毒になる」「効かなくなっ

てくる」等としてオピオイドの使用を望まない患者さんや家族もいるのですが、緩和ケアを学んだ医師の適切な処方に従って使用している限り安心して利用して頂けると思われます。痛みや倦怠感、吐き気など身体面のつらさを少しでも緩和することは、自分らしく病気に向き合うためにもとても大切なこととされています。

5 緩和ケアはいつから

このような緩和ケアは、これまで病気が進行した、いわゆる終末期の患者さんが対象とされるものと考えられがちでした(図1)。もちろん終末期のがん患者さんのための緩和ケアは欠かせません。しかし、最近では、がんが診断された時から手術、放射線、抗がん剤などの標準的な治療と並行して緩和ケアを受けることによつて、患者さんの生活の質(QOL)が向上するばかりではなく生存期間の延長にも効果があるといった報告もみられています(図2)。昨年の国の「がん対策推進基本計画」においても、がんが診断された時からの緩和ケアの推進をうたっています。がんが診断されて1人でつらさを抱えて悩むのではなく、多くの専門家の手助けを利用してよりストレスを少なく



することが、病をもちながらも充実した生活をおくるために有効といえるのかもしれない。

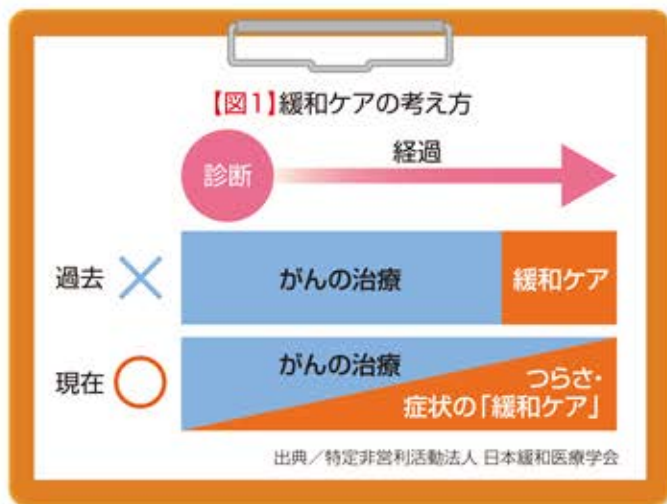
6 緩和ケアはいつまで

自宅にいて在宅ケアを受ける時も、外来に通院する時も、病院や緩和ケア病棟に入院している時も、それぞれの場所が必要とする緩和ケアを受けることが可能です。専門的な緩和ケアは、緩和ケアチームのある医療機関や緩和ケア病棟で受けられますが、緩和ケアの勉強をしている医師や看護師、薬剤師などが在籍している医療機関でも受けることができます。がん診療の主治医となっている医師が緩和ケアに理解が深ければ、直接主治医から緩和ケアを受けられる場合もあります。

これらの場所で提供される緩和ケアのほとんどは保険診療として受けることができます。従って、その費用は保険診療の自己負担分と同じ割合ですみます。他の医療費同様に「高額療養費制度」を利用することもできますので、負担には上限があります。

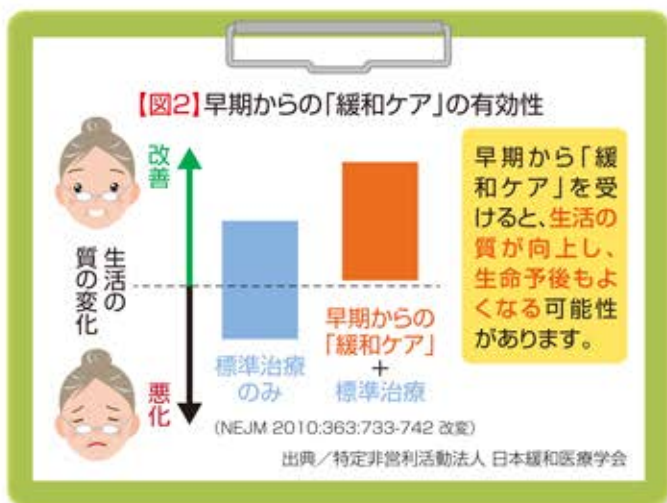
7 緩和ケアとコミュニケーション

がん患者さんは、家族や主治医に自



分のつらさをあまりお話ししない傾向があるとされています。「病気だからつらいのは当然」「こんなことを話しても仕方がない」と思わずに主治医や看護師などに相談してみてもいいかがでしょうか。緩和ケアにおいてはコミュニケーションがとても重要とされています。患者さんと家族が考えを感じていることを教えていただくことは医療者にとって、より良い緩和ケアを提供するためにとても大切なことなのです。

「先のことを考えると不安になる」「病気のことを考えたくない」「悪い話



は知りたくない」などの気持ちも当然ですが、万が一がんと診断された時にご自分とご家族の希望する療養生活や治療などを主治医や看護師と話し合うこともおすすめます。話し合うだけで患者さんの心が軽くなることも知られています。進行したり終末期のがんとなった場合だけではなく、もしがんと診断された時にも思いきって主治医やかかりつけ医に、緩和ケアを受ける必要性があるか、どうしたら受けられるのかを質問してみてもいいかがでしょうか。

(清田区 緩和ケア内科医 T.N.)

年は取りたくないもの — 病院をお友達に — 佐藤 正紀さん(74歳男性)

昨日、私の大好きなススキノのネオンを楽しんできた。そこで、愛妻? と私の布団を敷いたのが運のつき。足がからまって転んでしまったのです。その夜は酔いにまかせて眠りましたが、右腰から上の方にかけて痛いこと痛いこと。すぐ湿布を貼ってもらったものの、動く痛みが増します。これでは、何も出来ません。妻に叱られ、そしてお供で近くの整形外科へ行きました。午後からでしたが、患者さんが一杯。ようやくレントゲン室へ。何枚も何枚も写真を撮り、寝返りには参りました。担当医師は、レントゲン写真を見て説明しますが、一番大切な背骨の七番目から上のはっきりわからない。でも、背骨がやや曲がっていることは気になります。次は、生まれて初めてMRIのお世話になりました。あの白っぽい洞窟は好きになれません。30分位、一人ぼっち。トイレにも行けませんし、途中で

は、いろんな音がするだけ。しかし、嬉しいですね。きれいに、美しく写っていた背骨君。少々変形し、頼りないものの、医師の説明もうなずけるものでした。無事に解放!!

「やっぱり、病院は頼りになる。早く行くのが正しいなあ」と妻と語り合いました。

明日からも、食物には気をつけて、ラジオ体操をはじめ、運動には十分心して、人生を楽しく生きていこうと再認識した次第です。



後期高齢者健診を受けよう — M・Sさん(78歳女性)

健康を保ち続けていくための3つの要素は、食事・運動・休養であると言われてるのは、誰もが知っている事だと思います。そして、私はさらにこれに加えて、札幌市で実施している後期高齢者健診を受けると万全ではないかと思っています。この内容を見ると、診察や、血液検査(脂質・肝機能・血糖)、尿検査を行って、肥満度、血圧の状態、血液中の脂質の状態、肝機能の障害、さらには肝臓疾患、胆道疾患、糖尿病の危険性など手厚く調べ、後日書などでその結果が詳しく通知されてくるものです。私の友人の中には、まったく無頓着な人もいて、このような健診があること自体、知らない人も多くて「あらっ!!」と思うこともあります。私はここ数年来、毎年受診していますが、年代が上がるにつれて、ますますその必要性がわかってきます。高齢者の皆様へ、ぜひこのような健診を積極的に受診してもらいたいと思います。

先にも書きましたが、食事・運動・休養を上手に使い分けることが、健康管理の基本であると思います。そして誰もが納得できると思いますが、さて実行するとなる

と、必ずしも容易ではないのは、高齢となっているからです。ですから、市で実施している後期高齢者健診にもお手伝いしてもらって、健康に役かってもらいたいと思うのです。高齢になればなるほど、かつての幼き頃の乏しい食生活時代の印象が焼き付けられていて、出された食物を残すことに罪悪さを感じ、飽食時代ゆえに身にあまる脂肪を蓄積してしまうのではないのでしょうか。医食同源^(注)、食は薬と考えると、過不足なくとるという考え方も大切だと思います。また、激しい運動も、腰・足と連動していますので、控え目にしなければなりません。休養とは睡眠の事と考えればよいでしょう。

個人差が大きくなる高齢者は、なおのこと科学的な方法で、時々チェックするしか方法がないと思うのです。このチェックが高齢者の健診といってもいいのではないのでしょうか。そして今後の生き方を考えてもよいと思うのです。いかががでしょうか。

(注) 病気を治すのも食事をするのも、生命を養い健康を保つため、その本質は同じだということ。



市民のページ 「健康体験談」 募集

あなたの健康体験談を600字程度にまとめ、住所、氏名、年齢、電話番号を明記してお送りください。

■あて先／〒060-8581 札幌市中央区大通西19丁目
札幌市医師会「健康さっぽろ・健康体験談」係

※体験談は随時募集し、選考の上、年2回発行の本誌でご紹介します。
※採用された方には薄謝(図書カード)を差し上げます。
※いただいた個人情報は謝礼の発送以外には使用しません。

一病息災

金内 晟雄さん(71歳男性)

私は糖尿病で、今は飲み薬だけで済んでいます。医師からは、バランス良い食事と運動をと常に言われています。

定期的に通院しているので、いろんなところの検査も受けることができ、安心です。

運動の方は、毎朝のラジオ体操は欠かさず行い、特にウォーキングに力を入れております。北海道を歩こう(真駒内～支笏湖33キロ)には、10年続けて参加しています。山歩きも私の趣味の一つですが、新緑から紅葉まで道内が中心です。

思い出多い山は、暑寒別岳、利尻山、斜里岳、羅臼岳、大雪山系黒

岳、赤岳、トムラウシ山、そして駒ヶ岳等々です。

最近では冬山も始めました。葉が落ちた山々は眺望も良く、晴れ間を見ては、両ストックを持って、円山、藻岩山を楽しく歩いています。結構な運動量にもなります。

食事の方は、野菜、魚が中心ですが、多品種少量を(時々肉も)時間をかけていただくことを心がけています。

糖尿病は、簡単に治る病ではなく、これ以上悪くしないことを考えています。

昔から「一病息災」と言われておりますが、この病と仲良くつき合い、これからの人生を明るく、楽しく生きていきたいと思う今日この頃です。



1. 「健康さっぽろ第31号」で興味深かった記事は何でしょうか?
(○をお付けください。複数回答可)

- ①特集:TPPと医療
- ②特集:緩和ケア
- ③市民:年は取りたくないもの
- ④市民:後期高齢者健診を受けよう
- ⑤市民:一病息災
- ⑥医師会活動:
札幌市医師会夜間急病センター

2. 今後どのような内容の記事を希望しますか?

3. 「健康さっぽろ」はどこにあれば手に取りやすいですか?

4. 札幌市医師会では、次のような活動を行っています。
ご存知のものすべてに○をお付けください。

- ①夜間急病センター
- ②土曜午後・休日救急などの救急医療体制
- ③特定健診、胃・大腸がん、乳がん、子宮がん検診などの各種健診事業
- ④学校、幼稚園、保育園などで行う健康診断
- ⑤インフルエンザなどの予防接種
- ⑥家庭医学講座、市民健康教育講座、地域健康教室などの健康教育活動
- ⑦介護保険に係る諸事業
- ⑧「医療機関情報マップ」をインターネットで公開

5. 札幌市医師会に対してご意見・ご要望等がございましたらご記入ください。

ありがとうございました。

定期的に乳がん・子宮がん検診を受けましょう

札幌市医師会では、札幌市から委託を受けて、乳がん検診、子宮がん検診を札幌市医師会員の協力のもと、実施しております。

がんを早期に発見するために、定期的に検診を受けましょう。

	乳がん	子宮がん
対象者	40歳以上の方 (札幌市にお住まいで、会社等で検診を受ける機会のない方) 2年に1回(偶数歳)	20歳以上の方 (札幌市にお住まいで、会社等で検診を受ける機会のない方) 2年に1回(偶数歳)
検査項目	問診・視診・触診 マンモグラフィ検査 (乳房エックス線撮影) 40歳以上50歳未満 ……………2方向撮影 50歳以上 ……………1方向撮影	①問診・視診・子宮頸部の細胞診・内診 ②一定の条件に該当する方は、①に加えて体部の細胞診を実施
費用	・40歳以上50歳未満 ……………1,800円 ・50歳以上……………1,400円	・頸部のみ……………1,400円 ・頸部+体部……………2,100円

※検診の実施医療機関につきましては、札幌市医師会(TEL.611-4181)までお問合せ下さい。

札幌市医師会夜間急病センター

夜間急病センターは、札幌市から委託を受けて、札幌市医師会が運営しています。365日、年中無休の体制で、内科・小児科は午後7時から翌朝7時まで、耳鼻咽喉科・眼科は午後7時から午後11時まで診療しています。年間約5万人（1日平均は土・日で約200人、平日で約120人）の患者が訪れ、札幌市医師会の会員が診療にあたっています。

急病に対応した一時的な処置を行うため、薬は基本1日分の処方です。翌日以降は、かかりつけ医または専門医療機関を受診してください。

札幌市医師会夜間急病センター

住 所	札幌市中央区大通西19丁目WEST19 1階
電 話	☎011-641-4316

診療科目・診療時間（年中無休）

内科・小児科	午後7時～翌朝7時
耳鼻咽喉科・眼科	午後7時～午後11時



読者プレゼント付きアンケート

皆様からお寄せいただいたご意見を今後の医師会活動に活用していきたいと考えております。アンケートにお答えいただいた方の中から抽選で下記の賞品を差し上げます。

- 1等 北海道日本ハムファイターズ戦
札幌ドーム指定席(S席)ペアチケット……………3名様
- 2等 ホテルレストラン ランチお食事券(ペア)……………5名様
- 3等 図書カード(1,000円分)……………50名様

■アンケートへのご応募はお一人様1枚とし、当選の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

■締切り/2014年5月31日(当日消印有効)

お断り

「健康さっぽろ」本誌では、原稿の執筆者については専門科とイニシャルのみを記載しております。市民向け広報誌に執筆者名を記載すると宣伝と同様の効果があるため実名を載せておけません。なお、原稿内容については札幌市医師会が責任をもって掲載しておりますのでご理解をお願いします。

札幌市医師会 市民広報 健康さっぽろ 第31号

平成26年3月25日発行(年2回 3月・9月発行)
 発行者/一般社団法人 札幌市医師会
 〒060-8581 札幌市中央区大通西19丁目
 ☎011(611)4181(代表) ISSN 1346-7956
 ホームページ <http://www.spmed.jp/>

「健康さっぽろ」のバックナンバーはホームページでご覧いただけます。

家庭医学講座



■開催場所 札幌市医師会館 5階
大ホール(中央区大通西19丁目)

- 第253回 **不眠症について —快適睡眠のために—**
●平成26年5月17日(土)13:30～
- 第254回 **①更年期を健やかに過ごすために
②無痛分娩について
③体にやさしい、卵にやさしい体外受精**
●平成26年6月21日(土)13:30～
- 第255回 **大切な目を守るために**
●平成26年7月26日(土)13:30～
- 第256回 **高齢者の排尿障害と前立腺がんの治療**
①高齢者の排尿障害とは?
②高齢者の夜間頻尿
③要介護高齢者における排尿の問題点
④前立腺がんの治療選択肢
※講演終了後パネルディスカッションを予定
●平成26年8月9日(土)13:30～

定員500名 入場無料

※申込不要ですので直接会場へお越し下さい。
(定員を超えた場合はご入場できないことがありますのでご了承ください)

◆お問い合わせ先:札幌市医師会業務課
☎011(611)4181(代表)
※月～金 9:00～18:00



「家庭医学講座」の詳細は、
札幌市医師会ホームページ、
上記QRコードからご覧いただけます。

郵便はがき



060-8788

札幌中央局
承認

33

差出有効期間
平成27年3月
19日まで
(切手不要)

札幌市中央区大通西19丁目

札幌市医師会

「健康さっぽろ」編集部 行



ふりがな		性別	男・女
お名前		年齢	歳
ご住所	〒		
電話番号	()		

※ご記入いただいた個人情報はプレゼントの発送以外には使用しません。