



BベEテLH通E信L

2021年3月号（第212号）

松山ベテル病院 松山市祝谷6丁目1229番地 TEL 089 - 925 - 5000
ホームページ <https://www.bethel.or.jp/>

あれから10年

3月11日、東日本を襲った震災・津波の日から今年で10年になります。ごく最近出版された本「災害特派員」（三浦英之著 朝日新聞出版）を読みました。発生翌日に被災地に入り、その後宮城県南三陸町に1年間住み続けた新聞記者が10年後にまとめた「手記」です。読みながら苦しくなって、途中で何回も深呼吸をしました。私は、あの日の午後、大きな津波がすべての建物を押し流し、道路や車や畑が海に飲み込まれていく様子を、現実のことと思えず、まるで映画の特撮を見ているようで、ただ茫然とテレビの中継画面の前で立ち尽くしていたことを思い出します。この本の著者は、あの被災地に入りそこで生活して、津波を超えて生きようとしている人々のことを書きました。屋上のアンテナにしがみつき助かった人から話を聞きました。両親と二人の子どもを一遍に亡くした女性が、亡くなった息子の嫁が宿している新しい命によって『なんとか生かされている』と知り、その出産に立ち会いました。4か月遅れの中学卒業式に出席して、卒業生の答辞の『家や思い出ならこれから新しく作っていける。しかし、人の命だけはいくら帰ってきて欲しくても、もう二度と帰ってきません。私は生かされたこの命を決して無駄にはしません』との言葉を聞き、涙を流します。あの災害で、約2万人の方が死亡・行方不明になっています。その数に圧倒されます。残された人々は『自分は生かされている』と感じています。

そして今、新型コロナウイルスによって、日本では7,000人、世界では236万人もの人が亡くなっているのです。私たちは、あの時の中学生の言葉のように『自分が今生かされていること』の意味を考えながら、このコロナ禍の中で大切ないのちを丁寧に生きないといけな

（ボランティアコーディネーター 森 菊子）

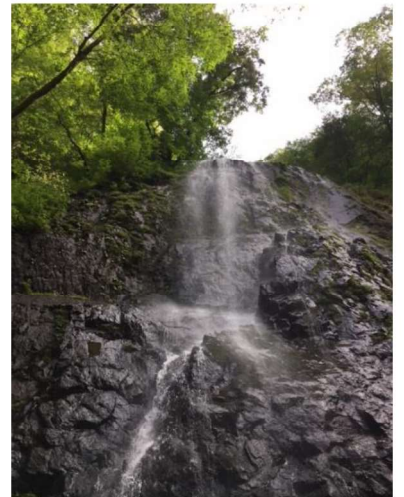
コロナの影響でイベントや建物内など人の集まる場所へは行きにくいのですが、自然の中なら大丈夫です。私はトレッキングを兼ねて滝を見に行くのが元々好きでした。以前、愛媛県立美術館で、有名な日本画家の千住 博さんが高野山真言宗総本山金剛峯寺の襖絵として描いた「滝」と「崖」の絵の特別展示がありました。「命を懸けて描きました」という気迫に圧倒されその滝の絵に惚れ込みました。(脚立に登って胡粉(ごふん)と呼ばれる貝を磨り潰した白色顔料を和紙の上から流すというまさに自然な手法で滝を描いています) 以後さらに滝によく行くようになりました。



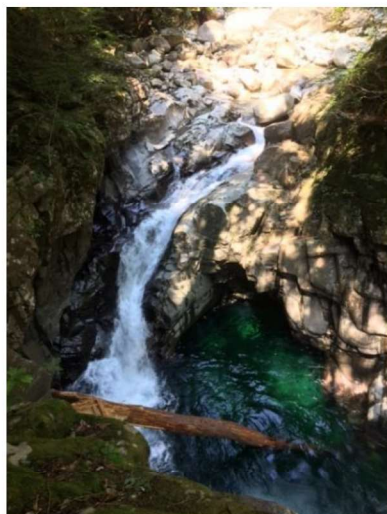
【写真 1】

水しぶきや冷風を受けると本当に心地良いです。この原稿を書いている本日 2 月 18 日はかなり冷え込んでいるので恐らく凍結しているでしょう。皆さん凍えるような寒~い日に是非行ってみてください。素晴らしい雪と氷のパノラマが出迎えてくれ

写真 1 は東温市の真冬の凍結した「白猪の滝」です。雪と氷の自然の芸術です。かなり寒い日でしたが急坂を 1 km ぐらい登って辿り着くと体はぽかぽか温まって顔にはひんやりと冷気が当たり快く、その眼前にそびえたつこの滝に圧倒されます。達成感もあり気持ちはシャキッとすっきりします。滝の手前にはよく吟行に来ていたという子規と漱石の句碑も立っていて俳句の勉強にもなります。写真 2 は同じ「白猪の滝」の夏バージョンです。晴天が続いていたせいか水量が少ないのは残念でしたが、歩いて汗をかいて登って来て滝壺の真下まで行き冷たい



【写真 2】



【写真 3】

ることでしょう。つい先日は当院の看護師さんとすれ違っていたようです。(その時は気づかず後にその看護師さんに言われて、あらそうだったんだねと分かりました)

写真 3 は「面河溪谷」の遊歩道の途中の滝です。断崖絶壁とエメラルドグリーン of 川、木々の緑の調和がとても綺麗です。他に松山から近いところとして、東温市の「白糸の滝」、「滑川溪谷」があり、それぞれ特徴がありお勧めです。

身近な滝へのトレッキングで心も身体も活性化し、悠久の滝の流れをじっと見ていると心のもやもやも洗い流されてすっきりし、心が透明になります。皆さんも是非、滝に行ってみましょう。

(ただし積雪・氷結時の車の運転や歩行時に怪我をしないよう十分注意してください)



簡易懸濁法のお話



錠剤やカプセルが飲みにくいいため、薬局で錠剤やカプセルを粉末状にして調剤してもらった経験はないでしょうか？

当院では経管投与（鼻や胃ろうから胃、腸に栄養チューブを通して注入する方法）を行っている患者さまには「簡易懸濁法」という方法で対応しています。



「簡易懸濁法」とは、錠剤（溶けにくい場合はコーティングに亀裂を入れることもあります）やカプセルのまま、55℃のお湯に約10分間放置したのち、崩壊・懸濁させて投与する方法です。

錠剤やカプセルを粉末状にする従来の方法では、錠剤やカプセルの粉碎時に、調剤器具（粉碎機や乳鉢）に付着して、薬の量が減ってしまったり、薬が光、温度、湿度などの影響を受けやすくなり、薬の効果が弱まってしまう恐れがあります。また、途中で粉末状にした薬の一部が中止や変更になった場合に、再度加工することが出来ないため、患者さまの経済的な負担が増える可能性があります。さらに、粉末状にした薬は薬包紙を開けた瞬間に飛散するため、薬を服用されるご本人以外の方が準備した場合、薬の暴露による健康被害も懸念されます。



一方、「簡易懸濁法」では、溶かす直前まで錠剤やカプセルのままなので、粉末状にして保管した場合と比べ、光、温度、湿度の影響を受けにくく、薬の効果に影響することは少なくなり、飛散による薬の吸入や接触による健康被害も軽減出来ます。また、薬の一部が中止になった場合でも、その薬を取り除くことが出来るため、経済的な負担が軽減出来る上、薬を準備する待ち時間を短縮することも出来ます。

すべての薬が「簡易懸濁法」で対応出来ればいいのですが、中には対応出来ない薬もあります。例えば、薬の成分が徐々に放出されて、長時間の効果が期待できるように設計されている薬（徐放性薬剤と言います）です。徐放性薬剤に亀裂を入れると、薬の成分が徐々に出てくる設計が壊れてしまい、期待された効果が得られないばかりでなく、副作用の発現リスクも上がってしまう恐れがあります。また、マクロゴール 6000 という添加物が入っている薬は、55℃以上のお湯で溶かすと固まってしまい、栄養チューブを詰まらす原因となるため、水に溶かして対応したりします。



以上の理由により当院では、安心安全で確実に投与できる「簡易懸濁法」を導入しています。現在、ご自身が薬を粉末状にして服用なさっている場合は、この「簡易懸濁法」ができるどうか、かかりつけの薬剤師にご相談してみてもいいかもしれません。

参考文献：経管投与の新しい手技 簡易懸濁法 Q&A Part1 基礎編 第2版 倉田 なおみ（監修） じほう

（薬剤課 藤方 智也）

外来診療日のお知らせ

◎ 豊田 泰孝 医師（精神科・心療内科）

3月10日（水）、3月24日（水）

◎ 多田 聡 医師（神経内科）

3月4日（木）、3月15日（月）

◎ 大西 哲史 医師（内科）

毎週火曜日のみ診察いたします

（月曜日午後の漢方外来、金曜日午前の外来診察は休診いたします。）



新

人

紹

介

おかもと けいこ
岡本 圭子

配属部署：4階西
職種：看護師
出身地：香川県高松市
星座：かに座
趣味：映画
好きな物：柴犬モチーフの小物を集めること
尊敬する人：主人
好きな言葉：やってみせ言ってみせさせてみせ
ほめてやらねば人は動かじ
抱負：「おとっちゃん」いわゆる怖がりです。石橋をたたきこわさないよう気を付けて頑張ります。



いまむら かずこ
今村 和子

配属部署：保育園
職種：調理師
出身地：愛媛県
星座：獅子座
趣味：デコパージュ、小物づくり
好きな物：スイーツ
尊敬する人：（亡き）父
好きな言葉：ありがとう
抱負：できる事から頑張っていくます。



ひなまつり
将来の相手
想像す

（春霞）

コロナ禍や
椿参りも
三密避け

（平岡 恵行）

奔流の
琵琶湖疎水や
花の影

（野中 政彦）

ベテル旬会



投句箱は受付・各病棟に設置しています。皆様のご投句をお待ちしております。

『ベテル通信』についてのご意見やご要望はご意見箱へお願いします。

掲載中の写真についてはご本人様の許可を得ています。

発行日 2021年2月24日