

# 山下循環器科内科ニュース第 174 号

2018 年 3 月 1 日発行（隔月発行）

ホームページ <http://yamashita.chobi.net/>

## ◎最近よく聞く総合診療科とは？

総合診療科（総合診療内科）という科をお聞きになったことがあると思います。大分大学病院やアルメイダ病院にもこの科があります。なぜ、こういう科ができたのでしょうか？

医学が専門分化し、内科や外科という大きな枠組みはもちろん、内科の中でも、私の専門である循環器内科や消化器内科、腎臓内科、糖尿病内科などなど多数の専門分野があります。さらに循環器内科の中でも狭心症や心筋梗塞などの虚血性心疾患を専門とする医師、不整脈を専門とする医師、心不全を専門とする医師など、細分化されています。心筋梗塞など、すぐに診断のつく場合はこのような専門医で治療し、回復に向かうことができます。しかし、一人の患者さんは色々な病気を抱えており、はっきり病名のつかない状態に置かれていることも多くあります。このような時に力を発揮するのが総合診療医です。複雑な病状を読み解き、適切な専門医へ橋渡ししたり、自ら治療も行ったりします。特に大病院では、細分化された専門診療科のほかに総合診療科の果たす役割も重要さが増しています。

以前から私のような総合内科専門医がその役目を果たしていましたが、最近では総合診療専門医の制度もでき、より広い医学知識をもった医師が養成されてきています。内科だけでなく、例えば泌尿器科や婦人科などの知識も有し、在宅医療も担うなど、一人の患者さんを総合的に診ることのできる医師と言ってよいでしょう。昨今、地域包括ケアの必要が叫ばれており、この方面でも総合診療医が求められています。

開業医はもともと総合診療医のような役目を果たしてきました。内科を標榜していても、いろいろな患者さんが見えます。専門医への紹介の見極め、在宅での治療など、常に一人の患者さんにベストな医療を選択する判断力が求められています。経験を重ねた開業医だけでなく、研修プログラムに沿って誕生した総合診療専門医が地域医療に果たす役割はますます大きくなるでしょう。

## ◎带状疱疹の新しい薬

带状疱疹に効く新薬が出ました。商品名アメナリーフです。1日1回2錠の内服でよく、しかも、腎機能が低下していても普通量で使用できます。また、50歳以上の人には带状疱疹の予防として、水痘ワクチン接種（自費）が効果的です。後遺症で神経痛が残る带状疱疹は水痘ウイルスによりおこりますので、お勧めです。（以上 院長）

## ◎寒い時期 低温やけどに注意

寒さの厳しかった 2 月も終わり、梅の花が咲き少しずつ暖かくなってきました。毎年寒い時期は、貼るカイロや湯たんぽなどでやけどを起こす患者さんがいますので今回は「低温やけど」をテーマにしました

「やけど」と「低温やけど」の違いは、肌に触れる物の温度の違いにあります。普通の「やけど」は高温の物が肌に触れたときに起こり、肌の表面のみのやけどになります。「低温やけど」は 42℃～50℃程度の低温の暖房器具に長時触れることで肌の深くにある皮下脂肪が温められ、血流が悪い皮下脂肪がうつ熱状態になりやすくダメージが強くなり起こります。

### 「症状」

初期は肌が赤くなり水膨れができる程度です。7～10 日経過した頃に痛みが出て皮膚が壊死（組織が死滅し黄色または黒色になること）することがあります。初期対応ができず、経過を予測することができない場合が多く治るまで時間がかかります。

### 「予防方法」

暖房器具の使用に注意する

暖房器具に直接触れずに距離を保って使用する

温度を 40℃以下に保つ

電気毛布は電源を入れたままにせずタイマーを利用する

湯たんぽやアンカはバスタオルなどで包み体から 10cm 以上離す

同じ姿勢のまま熟睡して暖房器具によるやけどを起こす場合があるのでカゼ薬や睡眠薬の服用、深酒、疲労時には注意する

砂風呂やサウナ風呂での高温の湯気に注意する

夏期にはプールや砂浜を素足で歩かない

貼るカイロは衣類の上に貼り、短時間で剥し、毎日同じ場所に貼らない（最高温度が 70℃以上になることがある）

足用カイロは靴を脱いだら外す

車のヒーターを使用するときは足元の温度が上がり過ぎないように注意する

### 「対処方法」

やけどの応急処置は水道水などの流水で 30～1 時間程度冷やすことですが、低温やけどの場合に

は効果は期待できません。水膨れができたときは自分で破らず早めに医療機関を受診して下さい。そして低温やけどであることを医師に伝えて下さい。治療に時間はかかりますが受診を継続して症状に合わせた処置を受けることが回復への一歩となります。暖房器具を適正に使用して低温やけどを予防して下さい。

(外来看護師 橋本美鈴)