



## 健康保険法改正について

6月の国会で健康保険法が改正されたこととはご存知のことと思います。

小泉内閣は構造改革を旗印にしておりますが医療制度も例外ではなく三方一両損などといつてすでに4月から医療機関に対しては2.7%減収(実際は5%から10%減収)の改正をしています。

今回の改正は国民に負担を合わせるもので10月から老人医療制度が変わり、外来窓口での自己負担が定率一割(二人世帯で年収637万円以上、単身世帯450万円以上の高所得者は2割負担)になります。自己負担限度額も一月3200円だったものが一般で12,000円、高所得者は40,200円と大幅に上がります。いくらかかってしまったんは窓口で一割は払わねばなりません。その後自己負担を超えた分は市町村に申請して返還を受ける(償還払い)という大変複雑で面倒な制度になります。

来年の4月からは健康保険本人も3割負担になります。医療機関に患者様が支払う額が多くなりますがもちろん医療機関の収入が増えるわけではありません。これらの改正は患者様の負担を増やすことにより医療機関を受診しないようにするためです。茨城県医師会で発行したパンフレットにもあるように日本の医療費は他の先進諸国と比較して大変安いものです。

先日発表された平均寿命も男女ともに世界一です。乳児死亡率も世界で一番低くなっています。これらは日本の医療制度のもつ国民皆保険、フリーアクセス(誰でもどこでも自由に医療機関を選べること)、現物給付(一定の負担をすればいつでもどこでも変わらない医療を受けられること)のシステムがいかに効率のよいものであるかということを示しています。患者負担を増やし受診を抑えることは一時的には医療費を少なくしますが将来、健康を害し重病になる人が増えるという反動がくることが十分に予想されます。

来年度の予算でも相変わらず公共事業に手厚くしているようです。日本の公共事業費は社会保障費の倍になっています。先進諸国で社会保障費を減らしているのは日本

だけです。

厚生労働省は平成9年に国民医療費の予測値を出しました。平成12年には国民医療費は38兆円になり、平成22年には68兆円の多額に達すると発表しました。しかし、実際の平成12年度の国民医療費は30兆円にも達しない29.1兆円でした。厚生労働省の情報操作にマスコミも踊らされ医療費抑制が声高に叫ばれました。医療費増大のイメージはその後も訂正されず現在に至っています。薬害エイズ、薬害ヤコブ病問題などをみても厚生労働省は責任回避をはかっているばかりです。決して責任をとろうとしません。

国民と医師が一緒になって厚生労働省の企業よりの姿勢を変えさせなければなりません。残念ながら医師会という会員の利益を守るためだけに行動しているように誤解されているようです。特にマスコミが医師会を悪者にすればよいという報道を意識的に流していることは誠に残念です。医師会は国民の皆様の健康を維持するためにどうしたらいいかを常に念頭において活動しております。国民の皆様の本当の敵は医師会ではなく厚生労働省であるということをご理解願いたいと思います。

# Dr. 中島の なまぼこザボス完

〜アキレス腱断裂について〜



今回は、アキレス腱断裂についてお話します。当院はスポーツで怪我をして来院する方が多いので、アキレス腱を切ってくる患者さんがたくさんいます。ほとんどの人が、ジャンプの着地や前方へダッシュしようとして、かかとに何か当たったような感じがし、足首に力が入らなくなったという訴えで来院します。痛みがないことが多く、アキレス腱が切れたと説明するとびっくりされまです。骨折よりは、軽く考えている方がほとんどですが、実際は骨折より治療が長くかかります。

アキレス腱の治療は、手術とギプスの二つの方法があります。(手術をしても術後にギプスは必要です。)二十年代前までは手術治療が圧倒的に優勢でしたが、よく調べてみると、手術をせずにギプスだけで治療してもあまり治り方に差がありませんでした。わずかに違うのは、筋力の低下と再断裂の頻度です。アキレス腱を怪我すると、どの治療を行っても筋力低下は避けられません。

しかし、手術で治療した方が、ふくらはぎのつま先立ちする時に使う腓腹筋の筋力の低下が少ないのです。もう一つの問題が、再断裂です。アキレス腱を断裂した場合、もう一度断裂することが数パーセント起こります。手術をした場合は、再断裂が1〜2パーセント少ないと言われています。

手術に際しては、感染や麻酔の副作用などの危険が伴います。傷跡も残ります。したがって、女性の場合は、ほとんどの方に手術はせずにギプスのみでの治療を勧められています。男性の場合も、さきほど述べた程度の差しかないので、競技レベルのスポーツをしている人には手術をしますが、レクリエーションレベルのスポーツをしている人にはギプスのみで治療しています。

どちらの治療を行っても、アキレス腱が元通りの完全な強度を得るのに六ヶ月かかります。三ヶ月位で軽い運動を始められますが、競技レベルの人では、筋力の回復まで考えると復帰まで一年がかりとなってしまうます。

十分なウォーミングアップを行えば、腱の強度は数倍強くなり怪我をしにくくなりますから、皆さん、スポーツをする時は準備運動を必ず行って、怪我をしないように気をつけてスポーツを楽しんで下さい。

# 読んでいい!!

## 末梢神経障害によるしびれ

手のしびれの原因には様々なものがありますが、今回は末梢神経によるものを取り上げてみたいと思います。末梢神経とは、脊髄から手や足などのそれぞれの神経の目的地までの間の部分を指します。「坐骨神経痛」という言葉を耳にされた事があると思います。この「坐骨神経」というのが、まさに腰から足まで行く末梢神経を指しているのです。

手に行く末梢神経は主に3本あり、正中神経・尺骨神経・橈骨神経です。正中神経は、手のひらの親指から中指を、橈骨神経は手の甲の親指と人さし指を、尺骨神経は手のひらと甲両方の薬指と小指の感覚を支配しています。狭い場所で圧迫をうけたり、こすられたりする事により神経の損傷は起き、しびれたり、痛くなったり、支配している筋肉が麻痺して動かしくくなるのです。

手の3本の神経すべてについて一回でお話しするのは不可能なので、正中神経の障害の一つである手根管症候群について話を進めていきましょう。「手根管」とは手首のところにある骨と横手根靭帯とに囲まれた部分で、そこに正中神経と指を曲げるための腱が通っています。ここで、正中神経が障害を受けると親指から中指のしびれ、夜間痛、細かいアクセサリー（ピアスなど）をつけにくい、などの症状が出てきます。痛みがあるときに手を振ると良くなる場合があります。この病気は40〜60歳の女性に多く、原因ははっきりしたものがない場合が多いのですが、まれに腫瘍などが原因となる事があります。



治療は、まずは保存療法です。手首に添え木を当てます。これは、手や手首を動かすことによる腱と正中神経のこすれを防ぐためです。また、内服薬で痛みやしびれを抑えるようにします。症状が強いときには注射をする事もあります。保存療法が効かない場合や改善してもすぐに症状が再発してしまう場合などは手術をおすすめしています。手術では横手根靭帯を切開します。それによつて、手根管のスペースを広げてあげます。神経そのものの手術をするわけではないので、すぐに症状が改善しない事もあります。とくに親指の付け根の筋肉がペチャンコになるほどの障害がある場合には改善率が悪いとされています。

夜間の痛みやしびれは大変不快なものですし、神経に回復能力の充分あるうちに治療をはじめめる事が大切です。今回の話を読んで何か気になるような事がある場合には、ぜひご相談下さい。



## お薬ひとくちメモ



『健康食品は安全ですか？』

先日、お薬をお渡ししようとしたら、「健康食品を飲んでいいるからもうこれ以上“くすりは飲めないわ。”と言われてしまいました。

当薬局は、お薬をお渡しする時には、薬の相互作用や重複を避けるために、必ず、併用薬についてお伺いしています。最近では、他の病院からもらったお薬や、街の薬局で買った常備薬以外に、いわゆる健康食品の名をあげての方が増えています。みなさんの生活の中に、ドラッグストアや、コンビニ、通販、インターネットなどで手軽に購入できる健康食品（サプリメント）や、中国のお茶、ハーブなどが浸透していることがうかがえます。

今、健康食品と呼ばれるものには、保健機能食品（特定保健用食品、栄養機能食品）など基準に合格した食品群とそうでないものに分かれます。中に何が入っているのか、分からないものも多いのが現実です。成分がはっきりしている一部のものを以外の健康食品に関しては、調剤したお薬をお渡しするときに、薬剤師として、その併用の是非について責任を持った回答が出来ません。

みなさんは、健康食品は“くすり”と違うから、安全だと考えてはいませんか？ マスコミによって描かれたキャッチフレーズをうのみにしていませんか？ “治った”という体験談は信じられるものですか？

“くすり”は基準に従い、臨床試験を行いヒトの病気に対する効果と安全性をきちんと調べてあります。ですから、副作用について大きくマスコミなどで取り上げられることもあり、皆さんが不安になるのも当然だと思います。けれども、それは“くすり”を安全に使うために必要なことです。

今回、中国のダイエット食品が話題になっていますが、危険だと知らされたのは、犠牲者がたくさん出てからのことでした。未然に防ぐことはおろか、その詳しい成分や製造責任者については未だに説明されていません。多くの健康食品は、その成分や効能について監視されていないために、このような危険性を多分に秘めています。

健康食品を過信しないことが、自分の健康を守るために重要なことだと私は考えています。



さわや薬局

薬剤師

黒澤

由子