

マキノ病院ニュース

第89号

—平成27年10月1日発行—

医療安全の「備えあれば憂いなし」!

看護部長/医療安全管理者

尾方 恵

9月の関東、東北の豪雨により甚大な災害に遭われた方々に対し、心よりお見舞い申し上げます。

どこかで思っている自分がいるのです。皆様方は、どのよう

看護師の立場として、何故看護師は事故のストッパーとなり得なかったのかを、誠に残念に

助言等の役割を担います。病院と遺族双方にとって、心強いシステムになることを願います。

自然災害の多いこの国において、「備えあれば憂いなし」のことわざは、非常に身近にあるものの、五〇年に一度などといわれる災害において、人は無力にならざるを得ないと呆然となりました。そして、最近

自分だけは、医療事故に遭わない。自分だけは、医療事故を起こさない。誰もそう思っている。しかし、昨年11月の群馬大病院の腹腔鏡手術事故

実は、医療法改正に基づき、この十月一日より医療事故調査制度が施行開始されたところ

自然災害と違い医療事故は人災だからこそ、知恵を絞り、こつこつと安全・安心、信頼を積み重ね「備えあれば憂いなし」へ、心して取り組んでいきたいと思

目にする頻度が高くなっているにも関わらず、私の場合、備えがさらに重裝備になっているとは言い難く、そんな事態に遭遇することはないと、

現場への信頼を失墜させる事になったのではないのでしょうか。医療事故の検証のための、内部調査過程の不備が発覚。再々外部委員が変わり8月に医療事故調査委員会が発足し、調査結果を待つところですが、

その十月一日より医療事故調査制度が施行開始されたところ

自然災害と違い医療事故は人災だからこそ、知恵を絞り、こつこつと安全・安心、信頼を積み重ね「備えあれば憂いなし」へ、心して取り組んでいきたいと思

ドクターコーナー



今回は私が内科外来で高血圧、脂質異常や糖尿病などの生活習慣病をお持ちである患者さん達に対して中心にすすめています運動療法に関連する話をさせていただきます。

文武一徳という聞きなれない方が多いと思います。この言葉は江戸時代初期に近江出身の陽明学者であった中江藤樹先生によって説かれ

文武一徳のすすめ

内科 児玉 常憲

ました。その意味としては「勉学としての“文”と運動能力としての“武術”は元来一徳であって分かつことができないものである」と書かれています。この言葉とほぼ同じ見解であり世間一般によく知られている言葉として文武両道があります。

い、脳を活性化させるというのが定説になっています。ではなぜ運動が脳に良いのでしょうか?これに関してはいろいろな理由が考えられておりその一つとして運動をすると脳に良いホルモンが増えることがわかっています。その一つにたとえばBD

それ自体は長期記憶に重要であることが明らかにされています。またBDNFの体内の発現量の低下とアルツハイマー病やうつ病などの精神神経疾患との関連も報告されています。さきほど運動をすればBDNFが増えると書きました。どのような運動でも増えるというわけではありません。例えば強制的に行われた運動の場合ではBDNFの発現増加効果はなく逆に自発的に行われた持続性有酸素運動では発現増加が認められたという報告があります。

えれば単純にエネルギーを消費することで体重を落とすだけではなく脳を活性化させてくれるメリットもあることがご理解いただけただでしょうか。医学の発展により一時期否定的であった私たち地元(近江)出身である藤樹先生の教えの正当性が数百年の時を経てやと科学的に明らかにされてきたのです。

私が幼少く青年期を過ごしました昭和時代では藤樹先生のこの文武一徳の教えに反し、勉強と運動は両立できないという俗説が何の疑問もなく受け入れられていました。しかし最近ではその説はほぼ完全に覆されています。今では運動は脳に良

NFというホルモンがあります。BDNFは brain derivative neurotrophic factor (脳由来神経栄養因子)の略で脳神経細胞の増加に不可欠な神経系の液性蛋白質です。BDNFは学習、記憶、高度な思考に必要な脳の領域で活性化され、

したがってBDNFを増やすにはジョギングや散歩、庭畑の手入れなどの持続的な有酸素運動を楽しく自発的にされることが望ましいと思われ

藤樹先生のこの文武一徳の教えに基づいてみなさんが運動療法にげられることで脳が活性化されより長い健康寿命がおくられることを願っています。

(参考文献 老化ゲノム3000 東京都老人総合研究所他)

文武一徳という聞きなれない方が多いと思います。この言葉は江戸時代初期に近江出身の陽明学者であった中江藤樹先生によって説かれ

NFというホルモンがあります。BDNFは brain derivative neurotrophic factor (脳由来神経栄養因子)の略で脳神経細胞の増加に不可欠な神経系の液性蛋白質です。BDNFは学習、記憶、高度な思考に必要な脳の領域で活性化され、

したがってBDNFを増やすにはジョギングや散歩、庭畑の手入れなどの持続的な有酸素運動を楽しく自発的にされることが望ましいと思われ

藤樹先生のこの文武一徳の教えに基づいてみなさんが運動療法にげられることで脳が活性化されより長い健康寿命がおくられることを願っています。



診療科のご案内
内科・外科・小児科・整形外科・皮膚科・神経内科
泌尿器科・リハビリテーション科・リウマチ科・放射線科
【救急指定・労災指定】【人間ドック・各種健診】

— 診療受付時間 —
平日 8:30 ~ 12:00 16:40 ~ 19:00 土曜日 8:30 ~ 12:00
滋賀県高島市マキノ町新保 1097 TEL 0740-27-0099
ホームページ http://www.makino-hosp.or.jp