

公立久米島病院だより

救命救急・総合診療医 田村 剛三

久米島のみなさん、初めまして。4月より県立南部医療センター・こども医療センター附属座間味診療所から、公立久米島病院に異動しました。田村剛三（たむらこうそう）と申します。僕の専門は救命救急、総合診療で、公立久米島病院では内科として全般を担当します。

私は神奈川県救命救急センターで勤務した後、この3月まで座間味の座間味診療所にて4年間勤務しました。小さな島で一人の医師でしたので、島のみなさんと、とても深く関わり、島を大きな家族のようにも感じていました。規模は大きくありませんが、久米島でも、みなさんが相談しやすい、身近な存在になることが目標です。一緒に赴任した家族と共に、地域に溶け込めるよう、色々な所に顔を出して行きたいと思っています。

みなさん、座間味の高齢者は久米島の人をとて大切に思っていることをご存知でしょうか？ご存知の通り、戦争の時、座間味は大きな被害を受けました。多くの住民が亡くなり、家も畑も失って、食料もなく苦しんでいた時に、久米島の青年団がサバニにたくさんの食料を山積みにして、命がけで座間味まで届けてくれたこと、座間味の人は今でも忘れていません。「久米島に足を向けて寝た

らいけない。」と親から言われて育ったという話も聞きました。赴任が決まってから、高齢者のみなさんに「どうか久米島の人によるしくと伝えて欲しい。」と幾度言われたことか。豊かな島、学のある島、情の厚い島と、座間味の人は、久米島のことを話します。今回、僕が久米島に異動になったことで、実現可能かは分かりませんが、座間味の老人クラブが久米島に旅行にという話も出ていますので、これを機に、近くて遠い二つの島が何らかの交流をするきっかけなれたら嬉しいと考えています。また、戦争の時にここからサバニで座間味に食料を運んだ話、実際に運んだ方や、その話を知る方がいましたら、どうぞ教えてください。座間味の方にも知らせたいと思います。

また今回は、妻と、三人の子供、二匹の老チワワ、座間味の川の島グッピーと、大所帯で赴任しましたので、ここで家族紹介をさせていただきます。僕はカメラが好きで、こどもや風景などを撮っています。久米島は島が多く住むと聞いたので、今後は島の写真にも挑戦したいですね。どこかいい場所があれば教えて下さいね。妻のあいは本好きで、座間味島の子供達に本の読み聞かせをしていました。留学経験があり、中でもフィンランド語が得意です。今は、庭に子供と畑

を作ろうと張り切っています。長男の晴（せい）は、大岳小学校の二年生。生き物、科学、化学、宇宙などに興味があつて、おしゃべりで質問魔。今はロボットの制作にはまっています。長女の白百合（さゆり）は、大岳幼稚園に入園しました。人見知りですが、とてもおテンパで活発です。次男の純平（じゅんぺい）は今「魔の2歳児」真っ只中。朝から晩まで全てにイヤイヤで手を焼いています。

きつと町で見かけることもあるかと思ひます。どうぞ声を掛けてやってください。家族共々、どうぞよろしくお願ひします。



「ぜんそくは怖くない！」

小児科医 渡邊 幸

今回は最近患者さんが増えている「ぜんそく（喘息）」についてお話します。

喘息はアレルギー体質に環境要因（空気の乾燥、急な気温の変化、ダニ・ホコリ、花粉、タバコなどの煙など）が加わって発症します。ご家族などに喘息やアレルギー体質の人がいる方は喘息を起しやすいです。また、家族内にタバコを吸う人がいる。ペットを飼っている、ダニ・カビ・ホコリが多い家にある、というお子さんも喘息を起しやすくなります。

喘息では空気の通り道（気道）が長期間にわたって傷つき、それが「風邪をひく」「煙を吸う」などの刺激を受けてさらに傷ついて気道が狭くなることで「喘息発作」を起しやすくなります。発作を起すと、気道が通常の半分以下に狭くなるので「息苦しい」と感じますし、息をする時に「ゼーゼー」と音が出る様になります。また、夜に寝られない、息苦しくて食欲が落ちる、歩くのがきつい等の症状があらわれます。しかし、3歳以下の小さなお子さんではこのような症状は出ない事も多く、風邪の咳と区別するのは難しいです。「横になると苦しうだが座っていると楽」「夜

になると咳がひどくなる」「走ったり暴れた後に特に咳き込む」などの症状があると喘息であることが多いです。

喘息かどうかを判断するには病院で胸の音を聞いてもらうことが必要です。聴診器で「ゼーゼー」と音が聞こえ、吸入をすると良くなる、ということを確認する場合には喘息の可能性が高くなります。この「ゼーゼー」している状態は、気道がとても傷ついている状態であり、なるべく早く良くする事が大切ですので、疑わしければ長い間様子を見ずに早めに受診してみてください。

喘息は発作が年に1回だけという軽いものから、週に何回も発作が出るような重症のものまで様々です。大事なことはその程度に応じた継続的な治療をしっかり行い、発作が起らないようにすることです。喘息は治らない怖い病気ではなく、適切に長期治療を行っていれば発作を防ぎ、治していくことが出来る病気です。ご家族は正しい知識を持ち、医療機関と連携して、お子さんが元気に生活できるようにサポートしていきましょう！