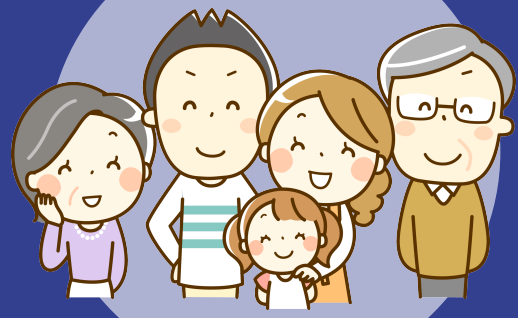




～地域と共に歩む医療機関として～

へき地医療の直面する課題と あるべき形とは

2025年問題

【2025年問題】という言葉聞いたことがありますか？【2025年問題】とは、2025年に人口の約30%が65歳以上となり、高齢化社会が進むことによって、医療費や介護費の増大、労働力の不足、社会保障制度の持続可能性の確保などが難しくなる問題のことを指します。そして、2025年問題の中でも、特に医療業界への影響は大きいと考えられており、高齢者の増加による医療費の増大はもちろんのこと、少子高齢化によって医師や看護師など医療従事者の確保は、現状より更に困難となると考えられています。

へき地における医療対策

現在、へき地においての医療対策として、厚生労働省がへき地巡回診療や患者輸送車の運行支援、へき地診療所への医師派遣強化事業などを推進していますが、いずれも派遣や患者さまの輸送によってへき地の医療問題を一時的に解決しようとするものであり、その地域においての医師不足や看護師不足は解決されるとは言えません。現状の対策のままだと、2025年問題による医療従事者不足は、日高のようなへき地と呼ばれる地域には確実にやってきます。

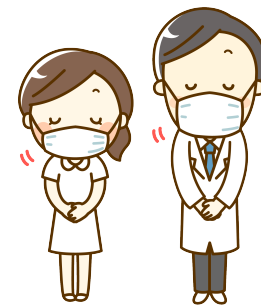
皆様の協力が不可欠です

へき地医療には医療資源の乏しさと生活基盤のぜい弱さが常に付きまといまいます。そこに2025年問題が絡んでくるため当院だけではなく、近隣医療機関においても医療従事者の確保、十分な医療の提供が難しくなってきます。当地域において安心、安全な医療を提供し続けるためには地域住民の皆様の理解と協力が不可欠です。医療の崩壊は地域の方々が『自分たちに何ができるのか』を考え、行動することで防ぐことができます。

地域医療を守ろうとする医療従事者が真面目に頑張りと、地域住民は軽い気持ちで時間外・救急受診を繰り返す。そのような現状がいつまでも続くと、医療の崩壊はとめられません。へき地医療の現状とそれを守るために住民はどう行動するべきなのか。地域全体のために今一度考え、適切な行動と協力をお願い申し上げます。

地域の皆様の協力なしでは
医療の崩壊はとまりません。

ご理解とご協力を
お願い申し上げます



1/27(土)
13:30～

健康友の会主催 交流イベントを行います

健康についての医療講演

みんなで楽しくカーリンコン

どなたでも参加いただけます！

気軽にご来院ください



Inkar - インカラ - vol.53



- TOPICS -

院長の独り言
調べて安心 運転者向け脳ドック
へき地医療の課題とあるべき形とは
健康友の会よりイベントのお知らせ

医療法人 徳洲会 日高德洲会病院

〒056-0005 北海道日高郡新ひだか町静内こうせい町1丁目10番27号

☎ 0146-42-0701

院長の独り言

飲酒による健康リスク

2023年11月に厚労省の有識者検討会が国内初の飲酒ガイドラインをまとめました。アルコールはいろいろな種類がありますので、このガイドラインではアルコールの量をグラムで表しています。生活習慣病のリスクを高める飲酒量として、一日当たり男性は40グラム以上、女性は20グラム以上と示されています。この指標では実際の飲酒のときには役に立たないので、アルコールの種類によって20グラムとはどのくらいになるのかを例示しています。それによりますと、ビールでは中瓶1本または500mlのロング缶1本、日本酒では1合、焼酎ではグラス1/2（100ml）、ワインではグラス2杯弱（200ml）、ウイスキーではダブル1杯（60ml）が目安だと示されています。このような示し方をすると、



この量までは大丈夫だという誤解が生じかねません。例えば男性ではビール1リットルまでは大丈夫となってしまう危険性があります。

そこで、ガイドラインでは飲酒の影響が年齢、性別、体質によって異なることが示され、過度の飲酒でアルコール依存症・生活習慣病・がんなどを発症しやすくなることも書かれています。国立がん研究センターの「多目的コホート研究2015年」によりますと、男性の場合、1日当たりアルコール量23～46グラム以上飲む人は、時々飲む程度の人に比べて1.6倍高いがんの発生率になることがわかっています。東京大学大学院医学系研究科公衆衛生学教室の財津助教らは、日本人に関する研究が少ない「低～中程度の飲酒ががん罹患に与える影響」を調べました。その結果、がん全体の罹患リスクがもっとも低いのは飲酒をしない人でした。一方、飲酒量が多いほどリスク

が高く、たとえ少量の飲酒であってもリスク上昇に影響を与えても分かりました。結論として、飲酒は量が増えるに従って、楽しくなるのではなく危険が増すことを認識して、自分の普段の飲酒量をしっかり把握した上で、飲む前にあらかじめこれから飲む量を決めることが重要です。



アルコール量20グラムとは

ビール
(5度)



500ml

日本酒
(15度)



180ml

焼酎
(25度)



100ml

ワイン
(12度)



200ml

ウイスキー
(25度)



60ml



調べて安心 運転者向け脳ドック

すべてのドライバーに安全と安心を
脳ドックで脳疾患による事故を防ぎましょう

日本全国で増加傾向

国土交通省は、バスとタクシー、トラックの事業者に対し、運転手の体調不良に起因する事故の報告を求めており、その報告によると、乗務中に体調不良で事故を起こしたり、乗務を中断したりしたケースは、平成25年から令和3年の9年間で2,465件ありました。体調不良の原因を疾病別でみても、心疾患、脳疾患が全体の3分の1を占めており、死亡率も高いことがわかっています。脳疾患が起こると、意識障害、運動麻痺等がおこります。脳がダメージを受け、半身の麻痺や言語障害などの重い後遺症が残ったり、死に至ることもあるため、日頃から運転を行う方にとっては軽視できない疾患です。

脳疾患にかかりやすい人

脳疾患にかかりやすい、高リスクの人の例をあげると、高血圧の人、喫煙者、糖尿病を患っている人、そして高齢の方です。ただし、これらに該当しない方でもなる可能性はもちろんあります。脳出血は発症原因の7割が高血圧です。多量の飲酒や、喫煙、味の濃い、塩分の多い食事を好んで摂取している方はリスクを下げるために、生活習慣の改善に努めましょう。



こんな症状には要注意!

脳疾患は発症時に初期症状があります。

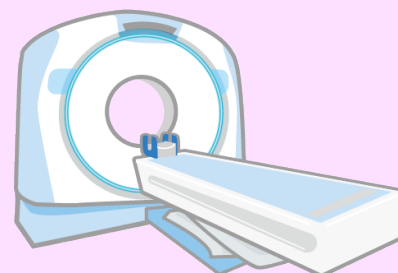
- ・片方の手足に麻痺、しびれが出る
- ・呂律が回らない
- ・言葉が出てこない
- ・片方の目が見えない
- ・物が二つに見える
- ・ガンガンと強い頭痛がする

運転中にこのような症状が現れた場合はすぐに車両を安全な場所へ移動させ、停車しましょう。速やかに、医療機関を受診することをおすすめします。

“発症してから”では手遅れ

運転中に脳疾患を発症してしまうと、正常な運転を続けることは非常に困難です。操作できなくなると、周囲に人々を巻き込み、大規模な事故を引き起こしてしまう可能性もあります。取り返しのつかない事故を起こす前に、健康であり続けるために、一度運転者向け脳ドックを受けてみるのはいかがでしょうか。

症状はないが気になる・・・、一度調べてみたい・・・ という方へ



健診センターにて
運転者向け脳ドックを受けられます

検査は30分程度で検査後すぐに帰宅可能です。
まずは気軽にお電話ください。