

診療所だより 11月号



お店ではマウスウォッシュと販売されているものがあります。CM等の宣伝で誤解されやすいのですが、マウスウォッシュを使えば歯磨きはしなくてもよいと誤解している人もいます。歯ブラシを使っての歯磨きのかわりになるものではありません。その効果を引き出すためには歯磨きとの併用が理想的です。また似ているボトルで売られている洗口液と液体歯磨きは使い方が異なります。基本的には洗口液は歯磨きをしてから使う。液体歯磨きは使ってから歯磨きをするという風に使い方が逆です。どれが液体歯磨きでどれが洗口液かは成分表示の近くに四角で囲まれてしっかり記載されています。同じブランドでもどちらも売られているのでラベルでのチェックは忘れなく。お口の状況は人によって異なりますのであったものを歯科医院で選んでもらい、使い方を教えてもらうのが一番です。

歯科医 山本圭子

医 科 (電話75-6100)

歯 科 (電話75-6105)

日	曜日	午前受付8:30~11:30 午後受付2:00~ 4:00		午前受付9:00~11:30 午後受付2:00~ 5:30	
		午前	午後	午前	午後
1	木	小松	小松	診療	診療
2	金	小松	小松	診療	診療
3	土	休 診 (救急・急患対応)		休 診	
4	日				
5	月	山本	山本	診療	診療
6	火	山本	山本	診療	診療
7	水	山本	伊黒	診療	診療
8	木	伊黒	伊黒	診療	診療
9	金	伊黒	伊黒	診療	診療
10	土	休 診 (救急・急患対応)		診療	休 診
11	日			休	診
12	月	山本	山本	診療	診療
13	火	山本	山本	診療	診療
14	水	山本	小松	診療	診療
15	木	小松	小松	診療	診療
16	金	小松	小松	診療	診療
17	土	休 診 (救急・急患対応)		診療	休 診
18	日			休	診
19	月	伊黒	伊黒	診療	診療
20	火	伊黒	伊黒	診療	診療
21	水	伊黒	小松	診療	診療
22	木	小松	小松	診療	診療
23	金	休 診 (救急・急患対応)		休 診	
24	土				
25	日				
26	月	山本	山本	診療	診療
27	火	山本	山本	診療	診療
28	水	山本	小松	診療	診療
29	木	小松	小松	診療	診療
30	金	小松	小松	診療	診療

※医師の都合により変更になる場合があります。

※医科については土、日、祝日、夜間は急病・救急のみ対応します。(電話75-6100)

がんとの付き合い方…仲良くがいいけどね 島牧診療所 小松正伸

沖縄県知事だった翁長雄志氏が膵臓がんで、女優の樹木希林さんが乳がんで、たくさんの人に惜しまれながら、亡くなりました。やはり「がん」という病気は、いまだに最新の医学をもってしても治せない、イヤ～な病気の筆頭。

がんのような悪い病気を治す方法として、手術や放射線療法があります。悪いところは取ってしまえ、焼き殺してしまえという、排除の論理。一見まっとうな考え方の方ですが、残念なことにがんは、取れば治るといほど単純じゃない。すでにがんができるような体の環境（体質）になっているので、別ながんが現れる可能性が高いのです。熊だって一頭を退治しても、また別の熊が現れるのと同じ原理。がんのような病気は生活環境や生活習慣が悪さをして、遺伝子を変えてしまうとされています。この原因を変えないかぎり、体にはまた別のがんが出来てくるのです。ストレス、食事、タバコなどの生活習慣は自分の努力である程度変えられます。でも、生活環境を変えるというのは、相当に難しい。人間は、長い間に便利さを追い求めた結果、炭酸ガス、放射能、プラスチック、農薬などで、水、空気や土を汚し続けました。私たちは、そんな中で生活するしかない。それで年齢が高くなれば、何十年も正常な遺伝子を作り続けてきたこの体だって、遺伝子を再生する能力にガタがきて、ヘンテコな遺伝子をこさえてしまうのは当然なんです。



抗がん剤治療は最近かなり研究されて、まず患者さんのがん遺伝子を調べて、どんな薬が効くのか、それに合わせて薬を選びます。そうはいいっても、がん細胞全部を殺すだけの効き目は、たいていの病気では無理。抗がん剤の副作用で、病気の本人が参ってしまいます。そこで登場したのが、最近話題の免疫治療。これも今のところ、全部のがんに100%効くというわけにはいきません。がん細胞は賢いか、こんな免疫の働きもそのうちにすり抜けるようになるはず。でも、今のところ、免疫療法は期待の星。長生きして、もっと効く薬を待ちましょう。本当ながんは賢いかというと、実は頭が悪い。がん細胞がうんと増えて、人間の体ががんに向けてしまえば、中のがん細胞も生存できずに、いっしょに滅んでしまいます。共存を望まない、がんは本当はアホなのです。

でもね、やっぱりがんと闘うには、人間の方が分が悪い。手術も放射線も、薬もダメになったら、考え方を変えてみましょう。心臓発作や脳卒中、交通事故などで、急に命を落とす方がいます。外来で「ポックリ逝きたい」と、患者さんに言われることがあります。本人は楽かもしれませんが、残された周りは大変です。準備も整理もなんにもないので。その点、がんという病気は、ありがたい。残りの時間がある程度は予測ができるので、いろいろと心構えや身の回りの整理ができます。準備期間が取れるのです。

人間、いつかはあちらへ行かなければならないのなら、せめて最後までがんとなるべく長く仲良く共存しながら、それまでの時間を大切にしたいものです。一度死の淵をかいくぐった経験のある医者から、皆様へ心からの願いです。

