

八王子消化器病院ニュース

おおるり

HACHIOJI DIGESTIVE DISEASE HOSPITAL NEWS

第78号

医療法人財団 中山会

八王子消化器病院

— 患者様のための医療 —

日本医療機能評価機構認定病院

〒192-0903 東京都八王子市万町 177-3

TEL : 042-626-5111

www.hachiojishokaki.com

制作 (株) 教育広報社



記憶と時間

八王子消化器病院 病院長

小池 伸定

2023年5月8日に漸く新型コロナウイルス感染症が感染症法上の5類に移行され、季節性インフルエンザと同じ扱いとなります。パンデミックが発生してから約3年、終息に至った訳ではありませんが、マスク着用や行動制限等の緩和が進んでいきます。一方、医療者は感染が、このまま終息してくることを祈りつつ今後を不安に思いつなが、制限緩和に向けた対応を進めていくこととなります。

先日、これまでの日常生活や感染対策を振り返る機会がありました。机の引き出しの中の写真がふと目に入った時、新型コロナの流行前に撮影したことが直ぐに分かりました。2020年2月と印字された、その写真は退職した職員の送別会時のものでした。そこでは誰もマスクを着けておらず、楽しそうにピースサインをしています。僅か3年前のことですが遠い昔のことにように感じられました。その後のことを、ぼんやりと考えていると不思議な感覚に襲われました。折々の病院での出来事や家族の行事は、いくつかが覚えていますが前後関係がハッキリしないのです。イメージとしては、それぞれの出来事のカードが頭の中に保存はされていますが、古い順に並べられていない感じです。

自分では、比較的記憶力が良い方と思っていたため、これは年齢によるものと幾分寂しく感じていたところ、海外のレポートのタイトルを見て少し安心しました。そこに

は「新型コロナウイルス禍が我々の記憶と時間の認識に及ぼした影響」とありました。COVID-19のパンデミックが私達の記憶と時間の認識に与える影響については、多くの研究結果で指摘されています。「毎日同じ部屋にいること、同じルーチンを持つていること、同じ人と話すこと等、重複する要素が多数ある場合、これらのイベントや日付の記憶は互いに干渉し合い、記憶を悪化させます。そして特定の日や、あなたが行ったことの記憶を想起する固有の手がかりは少なくなります」と、記憶の専門家は述べています。

思い出しやすくする、つまり記憶を固定するには、目新しさ、感情、体感する温度、季節、音楽等の固有な目印が必要となります。そのため行動制限、ステイホーム、リモートワーク、3密回避等は、私達の記憶を悪化させた可能性があります。日々の生活が規則正しいルーチンとなり、特に医療者は感染対応に追われ、時間が早く過ぎ去ったと感じていると思います。また、地球上の生物が持っている一日の身体的活動のリズムであるサーカディアンリズム(概日リズム)一般的には体内時計ともいいます)に対しても新型コロナウイルス禍は、少なからず影響を及ぼしました。世界中の時計は、1秒ずつ正確に刻んでいます。これは物理的な時間です。一方、誰しも経験があると思います。親しい友人との会話や食事は時間が経つのが早く、退屈な会議は長く感じます。『時計の時間、心の時間』の著者(二川誠)は、

その理由として「心の時間は伸縮するのである」といいます。時間経過に対する注意、認識されるイベント数、感情の状態、知覚、身体的代謝等の要因が体内時間に影響することが知られています。時間に注意が向けられる頻度が高い程、時間が長く感じられます。退屈な会議がその例です。また、忙しいと時間が早く感じられますが、特異なイベントがないと、記憶されずに空虚な時間となってしまう。このように、同じ時間の長さでも、その間に認知された出来事の数が多い程、記憶に残ります。そのため、出来るだけ記憶される時間を過ごすためには、ルーチンとなっていない日常に、ほんの少し特別なことを付け加えることが必要です。通勤時に普段は見過ぎていた花に目を向けてみる、その日の空を見上げて雲を見る等、五感を働かせる。家族の時間、友人との会話の瞬間に少し変化を加えるだけで記憶に残り、満たされた時間になっていくでしょう。

2023年の春、新型コロナ禍の最中に始まったホスピタルアートプロジェクトが完成しました。自粛・行動制限の中、いくつもの難題を抱えながらも多くの関係者に支えられて、このイベントを完遂することができました。プロジェクトに共感され、ご支援・ご芳志をいただいた皆様に本紙面をもって感謝申し上げます。当院にとつて、このホスピタルアートが新たな記憶の1ページに刻まれ、皆様の心にも残っていただければ幸いです。

《参考文献》

「UNSCRAMBLING OUR MEMORIES IN THE WAKE OF COVID-19」

JOHNS HOPKINS UNIVERSITY

「時計の時間、心の時間 退屈な時間はなぜ長くなるのか?」

教育評論社 一川 誠

もっと知りたい!

身体 治療 のコト

病氣

潰瘍性大腸炎について 治療編(薬物療法)

消化器内科 医師 原 敏文

◇はじめに◇

前回は、潰瘍性大腸炎 (Ulcerative colitis : UC) の総論を解説させていただきました。UCの治療では、炎症のない状態を長期的に維持し、健康な方と同様な日常生活を送れることが目標となります。治療法は、薬物療法や血球成分除去療法、外科手術に大別されます。このうち、UCの薬物療法は大きく進歩し多数の新規薬剤が臨床現場で使用されています。本稿では、その薬物療法について、ご説明いたします。

◇UC治療の概念◇

潰瘍性大腸炎と診断された場合、疾患の重症度と患者の生活状況を考慮しながら治療法を選択します。病期に応じて「寛解導入療法」と「寛解維持療法」があり、前者は速やかに炎症を抑える活動期の治療です。そして、症状や炎症が落ち着いたら安定状態を長く維持するための寛解維持療法へ切り替えていきます。

◇薬物療法◇

UCの薬物療法で用いられる薬剤は、数多くあります。寛解導入目的のみで使用する薬剤には副腎皮質ホルモン剤、カルシニューリン阻害剤、抗α4インターゲ

潰瘍性大腸炎について
治療編(薬物療法)

消化器内科 医師 原 敏文

リン抗体製剤が挙げられ、寛解維持療法のみで使用される薬剤には免疫調整剤があります。また、寛解導入と寛解維持の両方で使用される薬剤には、5-アミノサリチル酸製剤、生物学的製剤、JAK阻害剤があります。各薬剤の形状や特徴、対象となる病状は以下の通りです。

①5-アミノサリチル酸 (5-ASA) 製剤
商品名：ペンタサ、アサコール、リアルダ

UC治療の基本となる最も歴史のある薬剤です。内服した薬剤は腸で放出され、免疫を抑制せずに腸管の炎症を抑える作用があります。寛解導入のみならず、維持療法にも使用可能で、軽症から中等症の患者の50〜80%は本剤のみで治療可能とされるUC治療のkey drugです。注腸や座剤の剤形もあり、直腸炎型や左側大腸炎型の患者に有用です。

②副腎皮質ホルモン剤 (ステロイド)
商品名：プレドニン

5-ASA製剤で炎症がコントロールできない中等症〜重症の患者の寛解導入療法で使用します。効果発現が早く、寛解導入後は徐々に減量し中止します。内服や点滴、注腸、フォーム剤、座剤と多様な剤形があります。臨床で広く使用されていますが、UCの炎症を予防する効果はな

いため、再燃予防目的での漫然とした長期使用は避ける必要があります。UCで生じる過剰な免疫反応やリンパ球の増殖を抑え、腸内の免疫異常を調整する内服薬です。効果発現に時間がかかるため、寛解維持目的で使用します。治療中は易感染や血球減少の副作用があるため、その発現に關係する遺伝子がないかを血液検査で確認した後、個別に用量を調節します。

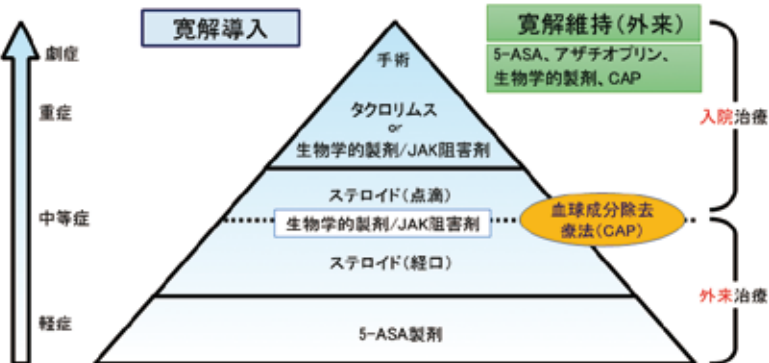
③免疫調整剤 (アザチオプリン)
商品名：アザニン、イムラン

④カルシニューリン阻害剤 (タクロリムス)
商品名：プロgraf

⑤生物学的製剤 (Bio製剤)
商品名：レミケード、ヒュミラ、シンポニー、ステララー、エンタイビオ

⑥JAK (ジャック) 阻害剤
JAK阻害剤もBio製剤同様に従来の

潰瘍性大腸炎の治療アルゴリズム



治療効果が不十分な方に使用します。免疫細胞中のJAKという伝達物質を阻害し、炎症性サイトカインの産生を抑える強力な薬剤です。寛解導入・維持療法にも使用可能な内服薬で、管理しやすいことが特徴です。

◇最後に◇

UCの薬物療法について述べてきましたが、これら多数の薬剤の特性を十分に理解したうえで、患者の皆様一人ひとりに適した治療法を選択し、提示することが私達の責務であると考えます。治療でお困りのことや気になることがあります。治療で、気軽にご相談ください。

小宇宙を楽しむ

青梅市 在住

小島 美佐子さん



八王子消化器病院との出会いは、父が胃癌で手術を受けた事でした。当時の鈴木衛院長はじめスタッフの皆様には大変お世話になりお陰様で二十年近く経った今でも元気に過ごせています。厚く御礼申し上げます。

私自身は幸いさほどの疾病は無いのですが、強い薬剤アレルギーで通常の検査や投薬が難しく、多角的な対応で補って頂け、信頼出来る地域の中核病院であり最適な医療機関として、日々の安心の源とさせて頂いております。

「医は仁術」と申しますが、担当の原田理事長の真摯な姿勢と対応は、こちらの病院をよく体現されていて、患者の心に深く沁み入る有益な「特効薬」になっていると感じています。

『薬』と言えば、今や身近な「お茶」も千二百年程前に輸入された当時は「薬」でした。「お茶を一服」というのはそれに由来するとか。お茶の濃さ、練り加

減も「お服加減」と申しますね。鎌倉時代の禅宗(臨済宗)開祖栄西が宋から持ち帰り、お茶は健康に良いと「喫茶養生記」を著した当時は抹茶に近く、茶筌で泡立てて飲んだ様です。茶祖村田珠光、中興の祖武野紹鴎を経て千利休により「茶道」として形を整え、日本の誇る文化芸術の極みへと昇華していった事は、ご存知の通りです。

私は異業種の仕事を兼務させて頂いており、主に経営者や役付きの方々との外部相談役としてご相談をお受けする中で、請われて茶道の指導やお茶会の指揮を取らせて頂く事があります。各々経験に応じた個別指導になりますが、そこでよくお話しするのが、「茶道とは究極の総合芸術である」ということです。

私は裏千家で資格を取りましたが、門人は圧倒的に女性です。茶道を形作つて来た男性にこそ、もつと茶道に親しみ、理解し、我が国の歴史ある文化の多

くを総合的に体感出来るコミュニケーションツールとして、楽しみながら、ビジネスでも活用して頂けたら、これまでと違った「世界」が広がるのではないのでしょうか。

例えば、茶室という侘び寂びの厳肅な空間へ、腰を屈めて視線を転じ、同じ場所でも視界で風景を変化させ、異世界、異空間へ誘う。躡り口の役割は謙虚さの為ばかりではないのです。谷崎潤一郎が礼賛した日本家屋の陰影の美は、極限まで無駄を削ぎ落とした茶室の静寂の中で

冴え、近代の明る過ぎる照明に慣れた私達に、四季の移ろいや儂い時間による変幻の様を、新鮮に見せてくれます。胎内回帰を顕現したかの如き非日常の異空間に坐り、釜の音、ほの明かり、立ちのぼる香の香り。慌ただしい日常から離れ、静かに自分の内面と向き合い、磨く場として、茶道は最適なものの一つと言えます。

動作の一つ一つに意味があり、例えば「四方捌き」という帛紗捌きには「陰陽でいうところの東西南北を清める」という意味があります。『台子の中に天板、地板、乾坤があり、柱が四本で東西南北春夏秋冬になる。そこに全部陰陽五行が入っていて、

火の卦、水の卦、木の卦、金の卦がある。その前に座わり、四方を捌くのは東西南北の方位を清め、春夏秋冬一年を清める』(裏千家茶道より引用)

時間空間の全てを清め、亭主と客とが静かに一期一会の濃密な時を過ごす。客の目の前で茶入れを清めるのも「器」の中の『茶』そのものを清めて差し上げる事で、敬意とおもてなしの心を表わすのです。

また、茶席には亭主が作る物語があります。

寄付、床の間の掛け物をはじめ、生けられたお花や香合にも、物語は表現されています。茶入れ、茶碗、茶杓…といった数々のお道具は、その日その時のお茶席のテーマで取り合わされ、展開されているのです。由緒、伝来、名のある作者の逸品も無

論大きな見所の一つですが、これ等を含めて大切なのは、亭主

の世界観と、それをどう表現するかの本質です。季節感も茶会の意図も、当然加味されて、どんな素材、どんな銘のお道具か、何のお花、お菓子は何を?そして、散りばめられた物語を読み解くのは、客の力量。鑑賞の楽しみでもあります。亭主の創り上げる或る一つの小宇宙、非日常の中に出現した物語の世界を読み解いて、感じて、楽しんで欲しいのです。

それ故、茶道の稽古は、お教室でのお点前の手順や所作ばかりではありません。歴史を学び、和歌や文学は勿論、芸能、美術工芸、全てが勉強です。席中での足の運びを能に学ぶ、などは分かりやすい例でしょう。逆に言えば、身に付けた知識、技能全てが活かせる、何一つ無駄がない稀有な道、とも言えるのではないのでしょうか。

それ故、「究極の総合芸術」と申し上げた訳です。

『茶の湯とは、ただ湯をわかし茶を点でて、のむばかりなることと知るべし』利休道歌にあります。それは何と深淵な境地であることか。細部に宿る理と、展開する小宇宙に流れる物語を楽しむながら、花咲く春に、まずは一服。皆さんも楽しんでみて下さい。



古帛紗と銀の茶杓

AIとの対話

事務長 大津 行博

「妻と義母」という有名な「だまし絵」を一度は、ご覧になったことがあるかと思えます。この絵は、見る人や角度によつて若い女性の斜め後姿に見えたり、老婆の横顔に見えたりします。このような現象は、心理学では多義図形と呼ばれ片方の見え方が意識に上がっているときは、もう一方の見え方が消え二つを同時に見ることはできないという人間の知覚のメカニズムが影響しているそうです。

「だまし絵」から時代が下つて昨今では、対話型AIが話題となつています。これは、AI(人工知能)の技術を活用して、人とコンピュータとの対話を人間同士のそれに近づけるものです。人があらかじめ質問を予測して回答例を覚えさせるのではなく、AIが人の質問に対し自動で答えるため、より自然な対話となり使用者の疑問や課題の解決に繋がるとして多くの企業等から注目が集まっています。このように、凡そ人の思考には左右されずに的確な答えを導き出すようなイメージの対話型AIですが、実際には同じ内容であっても質問者により回答が異なります。理由は、使用者の視点や関心が質問の仕方へ反映されるためであり、どこか冒頭の「だまし絵」にも通じるようです。

先日、これと似たような体験をしました。患者の家族として主治医から病状説明を受けた際ですが、同じ話を聞いたにもかかわらず

各同席者の受け取り方が正反対であったことです。「病状は小康状態にある」という言葉一つとつても、ある者は「病状が一時よりも、やや回復傾向にある」と解し、別の者は「病状は安定しているが予断は許さない」と捉えました。また、ICUで立ち働く看護師を目にし「忙しいので話しかけづらい」との意見の一方「きびきびとして安心感がある」との言もありました。どちらも間違いではない、それぞれの受け取り方の背景には、患者家族としての想いや願いがあるのだと思うと共に、翻つて医療者の立場から対話の難しさを改めて感じました。

このことは私達、医療者にとつては古くて新しい問題です。一般的には医療者側が持つ専門的知識・情報に比して、患者側のそれは必ずしも多くはありません。これを情報の非対称性といいます。加えて、病状に対する不安等の患者・家族の心情が影響する結果、両者間の認識に差異が生じ最適な医療が提供されない状況にも発展しかねません。インフォームド・コンセント(十分な説明と納得・同意)の考えが普及して久しいですが、先の例を引くまでもなく、この問題は日々の臨床現場に潜んでいます。



だまし絵「妻と義母」

それでは、患者と医療者との認識の差異を埋めるために必要なことは何か。話題の対話型AI「ChatGPT:チャットジーピーティー」に質問をしてみました。

- ① コミュニケーションの改善
- ② 患者教育プログラムの提供
- ③ 医療者の専門知識のアップデート
- ④ 患者参加の促進
- ⑤ 信頼関係の構築 と、少々優等生的な回答(各見出しのみ抜粋)でした。

AIの特徴の一つに活用すればする程、精度が高まり早く対応できるようになる「深層学習」があります。これは人間の脳の仕組みを模したシステムであるため、AIを活用する側の私達も同じように学びを深めていくと考えることができます。また、AIは膨大な情報をもとに様々な質問に回答してくれますが、それを活かして物事を判断していくのは、あくまで私達人間です。これらのことは、患者と医療者との関係にも当てはめることができると思います。対話を通じて相手と理解し合うことで信頼関係が築かれます。そのうえで、患者が判断した意向に沿って最善の医療を提供する必要があるとします。そのために、医療者に求められることは、対話を重ねるといふ当たり前のことを丁寧に実行することであると考えます。・色々と述べましたが結局、AIと同じような結論に達してしまいました。人間とAIとの対話は「だまし絵」のように、視点によつて質問者と回答者が入れ替わって見えるのかもしれない。

対話を通して、AIとも上手に付き合っている気がしたところで、本稿の筆を置かせていただきます。

思うこと

春から夏、秋、冬 そして今また春、年ごとに繰返される日本の四季。

それぞれが豊かな表情と恵みをもたらしてくれます。思えば何とありがたいことでしょう。

古来、人々は、この変化に合わせた暮らしを通し、自然の力に畏敬を感じると共に、日本人ならではの情緒を育んできました。

この時期だと、春分・清明・穀雨など、暦の二十四節気・七十二候にあるような美しい言葉・

風習に、それが表れています。花鳥風月を愛で、折々の行事・祭りに遊び、そして句のものをいただく……。

こうして、ささやかな季節の巡りを感じるだけでも心がなごみ、ゆとりが生まれます。暦を繰りながら、穏やかな日々を願いつつ“季節遊び”をしてみませんか。

それにしても、不思議と春は短く感じられます
理事 久野久夫

