



日本の自殺の現状

院長 長野 浩志

平成10年以降、日本の年間の自殺者数は3万人台で、これは交通事故死の6倍です。自殺者の75%は男性で、50～59歳の中年男性が最も多いが、最近では20歳台や85歳以上の男性の自殺も増えています。自殺の背景として、半数は健康問題に、4分の1は経済問題に悩んでいたことが分かっています。その他に家庭、仕事、男女関係、学校などの問題も背景にあります。

どのような人に自殺が多いについては、①男性、中高年、無職、配偶者がいない、孤立している等、②自殺未遂、精神疾患の既往。③近親者の自殺を最近経験した、近親者の自殺を過去に経験した。

④安全行動や自分の健康を守る行動を無視する傾向がある。⑤小児期に虐待を経験した。などが挙げられています。中年男性に自殺が多い理由は、この年代はストレスをアルコールで紛らわせたり、日頃よく話す人や心安らぐ人がいなかったり、社会的な交わりが少なかったり、自殺を本人の責任に帰する傾向が強いなどが挙げられます。

また、自殺の危険性が高くなる身体疾患としては次のようなものがあります。①腎不全（透析中で合併症を伴う者）、②悪性腫瘍（診断を受けた直後や強い痛みや慢性の痛みがある者）、③脳梗塞・脳出血などの脳血管障害、④HIV・AIDS（診断が確定した時や病気の初期など）、⑤その他の慢性疾患（慢性肝疾患、慢性疼痛を伴う整形外科疾患、糖尿病、性機能障害など）などでこれらの疾患のため、日常生活の制限や社会的孤立・偏見を伴ったりするとさらにリスクが高まります。

以上から分かるように、自殺は個人的な素質や問題だけではなく、背景にさまざまな社会的要因があることが理解されたことと思います。このため、国は平成18年に「自殺対策基本法」を制定し、自殺に対しては国、地方公共団体、医療機関、国民の責務を定めています。また、自殺対策には自殺の発生を予防することに加え、自殺者の遺族への支えも含まれています。詳細は厚生労働省のホームページをご覧ください。このような取り組みでこの国から一人でも自殺者が減少することが期待されます。



インフルエンザ予防接種について



例年のことですが、寒くなってきましたと、インフルエンザが流行してきます。インフルエンザは単なる風邪ではありません。罹患すると、高齢者や乳幼児では数日間で死亡することもある、恐ろしいウイルス感染症です。予防接種を受けることでインフルエンザにかかりにくくなるか、かかった場合でも症状の重症化を抑えることができます。

インフルエンザ対策で最も有効なのは、インフルエンザワクチンの接種です。 インフルエンザワクチンの副作用は皆無とはいえませんが、是非、インフルエンザワクチンを接種されることをお勧め致します。

ジェネリック医薬品(後発医薬品)



薬剤師

権藤節子

最近当病院の職員の方々から、「薬の名前が覚えられません。次々と新しいのが入るので」と言う話をお聞きします。

ジェネリック医薬品に変更される機会が多くなったのです。

先発医薬品の特許権が消滅すると、ソロソロと出てくるので、「ソロ」と呼ばれたこともあります。この4月以降マスコミ・TVCMも頻繁になりました。医療費削減や患者医療費負担減など利点も多いのですが、少し問題点を挙げてみます。

特許が切れた医薬品を他の製薬会社が、製造・供給する医薬品で、有効成分は一般名(generic name)で表すことが出来るので、「ジェネリック医薬品」と言われます。有効成分は同一ですが 添加物は各会社で異なります。

承認条件は先発医薬とほぼ同じ効果を持つことで「有効性の試験」はありますが、「安全性の試験」はありません。有効性の試験も「統計学的に先発品と差がない」と言うだけで、統計学的に±20%の範囲であれば、良い訳で、20%だけ効果が強くても、弱くても同じと判断されます。具体的には、先発品・後発品を、各々10~20名程度の健常人に投与し薬物血中濃度の推移を比較します。(薬によっては動物のことも)つまり薬物代謝が不十分な高齢者、肝・腎機能低下の患者さんでは、治療学的同等性は十分確認されていません。

しかし今後益々品目が増加することと考えられますので、薬情報の収集・比較検討し安全性を心がけたいと思います。



医療法人百花会 上野公園病院

通所リハビリ ふきのとう
居宅介護支援センターうえの

ホームページアドレス

<http://www15.ocn.ne.jp/~uenokoen/>

E-mail

uenokoen-hp@qiga.ocn.ne.jp

作業療法だより

作業療法士

桑鶴 誠志

今回は、以前私が読んだ冊子にとっても印象に残ったものがありましたので、ご紹介させていただきます。「吐く」と「叶う」人間は「オギャー」と息を吐いて生まれ、臨終の際には「スーッ」と息を吸って、この世を終えます。その間の人的一生は、実に様々です。出会いやチャンスに恵まれた人もいれば、不遇な境遇に嘆きつつ暮らしている人もいます。この運不運の分かれ目はいったいどこにあるのでしょうか。

それは、その人の「吐く息」にあるのではないのでしょうか。より日常的・具体的に言えば、口から発する「言葉」に、その原因があるのです。「吐く」という漢字は「口」偏に「+(プラス)・-(マイナス)」で成り立っています。すなわち、口から出る言葉には、積極的・前向きな「プラス言葉」もあれば、反対の愚痴や不足不満の「マイナス言葉」もあるわけです。

さて「吐く」という漢字から「-(マイナス)」を取り去ってしまったら、どうなるのでしょうか。「叶う」という字になるのです。

思いや望みが叶うのは、「プラス言葉」を口に発しているからともいえるでしょう。プラス言葉がプラスの出来事を呼び寄せるのです。

