

キッチン味方の
↑↑↑↑↑↑↑↑↑↑
キッチン

キッチンまま
のご紹介

ハーブのおいしいお店
くりのおうちむすぶ
(tel.075-722-0900)
濱田京美
NHK文化センター
「ハーブ専科」講師
ハーブ教室 主催
HerbKitchen 主催
フードコーディネーター



ジャムは喜ばれます。そのジャム作りの始まりはブルーベリーからでした。もう5、6年前になると思いますが、信州白馬の友人を通じてJA安曇野を紹介してもらっていただいたのが最初です。これは毎年季節の贈り物として7月に送ってもらっていますが、みなさんとても楽しみにしてらるんですよ。それからレパートリーを少しずつ広げて、だいたいうまく作れるようになりました。〈結構自画自賛してます(笑)〉

そのレパートリーは「イチジク・梨・リンゴ・はっさく・イチゴ」が主です。自分で作れば甘さも加減できるし組み合わせも好きにできます。そしてそこにハーブやスパイスを加えることにより自分らしさが表現できるんです。そこが私にとってのジャム作りの楽しさなのだろうな。

ハーブ&スパイスの紹介
シナモン(クスノキ科) 消化促進・整腸・健胃・防腐作用
バニラビーンズ(ラン科) 甘い香りは砂糖をひかえる効果があります
ミント類(シソ科) 消化促進・鎮静・健胃作用
クローブ(フトモモ科) 消化促進・殺菌・防腐作用

シナモンティー
紅茶Tバック1
シナモンチップ1またはパウダー少々
ポットに1杯分のお湯を注ぎ3分蒸らす

「隠れた働きとして防腐効果もあるのです」そしてすべてのジャム作りに欠かせないのはシモンです、これは果汁を使うのですが「保存・殺菌・風味づけ」の大役をこなしてくれます。回を重ねるごとにジャム作りもうまくなってきました。手紙も書かなければうまくなりませんよ。秋の夜長、辞書を片手にがんばろう！

最近、季節の盛りや礼状が届いたときに、なんてきれいな文章なんだろって感心することがありますが、いざ返事を書くこととするとすごく悩みます。うまく書くのがあせり、自分の言葉や表現力の乏しさや、漢字をすっかり忘れてしまっている自分に情けなれることもしばしば。ところがメールとなると漢字は変換してくれるし顔文字で表現したりと肩の力がぬけてわりと楽しい文章が簡単にかけたりするんですよ。これに手紙やハガキで送る相手と、メールで送る相手とで、その内容や相手の人柄が大きく違うからなんですけどね。〈こちらにしようもくらすらす書きたい〉

えらく長い前置きになりましたが今回は私の「手作りの贈り物」についてお話ししたいと思います。贈り物の中でも一番喜ばれるのは「季節のジャム」です。〈手紙は下手ですが



Do naides

医療法人祥正会
藤原内科
院内新聞
どないです

第30号
2007/10

院長の「鼻胃カメラ体験記」

もう5年前になりますが、どないです第10号の「院長の胃カメラ体験記」を覚えておられるでしょうか？その時は



ところが数年前から胃カメラも耳鼻咽喉科で使うような細かいファイバーが使用できるようになりました。ただ初期のものにはファイバーの操作に制限があり、今の胃カメラと

私自身、かなりはつきり症状があったので、自分でも納得して胃カメラを受けたのですが、正直、かなりしんどかったのを覚えています。このしんどさを知っているだけに、私も皆様にも勧めにくく、これが藤原内科での胃カメラ件数が伸びない原因のひとつとなっていました。

比べると劣る部分もあったので、藤原内科では導入をしばらく見合わせていました。その後改良型の「鼻胃カメラ」(正式には経鼻的内視鏡と言います。)が発売されましたので、平成19年4月に経鼻内視鏡を導入いたしました。(余談です

が経鼻的内視鏡を導入しても診療報酬上の優遇は全くありません。あくまでも皆様のためを考えた導入であることをご理解下さい。)

でも「細かいから楽ですよ」と説明されても、どのくらい楽なのか、皆様には想像できないと思います。一念発起、私自身が実験台になり、皆様の前で検査を実演することにいたしました。(第41回健康教室のまとめをご覧ください。)

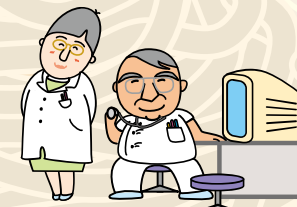
手前味噌になりますが、院長自ら被検者となって胃カメラのライブを、一般の方々の前で披露したのは、日本広しと言えども藤原内科だけではないかと自負しております。

さて健康教室まで1ヶ月を切った時点で、副院長と相談して予行演習をすることにしました。というのは、私はアレルギー性鼻炎を持っているので、ひよっとしたらファイバーが入らないかも知れないと思っただけです。

まず血管収縮剤の点鼻薬を使って腫れた粘膜を収縮させます。副院長から「どちらの鼻が通りがいいですか？」と訊かれたので、「うーん、右？かな？」と答えたので、副院長が右の鼻の穴からファイバーを入れました。最初はスーッと通ったのですが、鼻の奥の、咽へ降りていくところ辺りになると、グググッと圧迫感が、「ち、ちょっと痛いなあ。」と訴えたと、副院長は少し麻酔薬を足してくれました。「じゃ、もう一度ね」と再チャレンジ。今度はググググの後、スルッ

と通過した感じが。「おっ？通ったのかな？」と思ったら、すぐに自分の声帯がモニタ画面に見えてきました。「はい、食道に入りますよ。」と副院長が声をかけてくれたので、「うわーっ、オエッとなるのかな？」と身構えていると、スルスルッが入っていく。確かに何か通っている感じはあるのですが、前回のファイバーと比べて格段に楽でした。鼻の奥を通るときには余汗が飛びました。今後はあまり自覚症状はなかったのですが、胃の中に入ると、意外に粘膜が荒れていました。一部潰瘍に近いビランの部分を生検し、検査を終わりましたが、「これならもう一回やっても大丈夫だな。」と実感しました。口から入れる今までの太さの胃カメラだったと、とても人前で検査を受けるなど考えられませんでした。予行演習のおかげで、健康教室の時も無事にファイバーは鼻から入り、皆様にも私の胃の中を見てもらうことができました。

もちろん、鼻からファイバーが通らない方や、口からの検査を希望される方には、今まで通り口からの検査もできますし、ファイバーが細い分、口からでも今までよりはるかに楽に検査を受けられます。これまでに「胃カメラ」と迷ったけど、しんどいのがな。」と迷っておられた方は、この機会に一度チャレンジしてみられてはいかがでしょうか。



医療法人祥正会
藤原内科

診察時間	月	火	水	木	金	土
午前診 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
午後診 5:00~7:00	○	○	○	○	○	○

TEL 075(781)0976 FAX 075(706)3181
〒606-0864 京都市左京区下鴨高木町39の5
e-mail mf_0618@ares.eonet.ne.jp
URL http://web.kyoto-inet.or.jp/people/mf_0618

川南通り
高野川
藤原内科
北大路通り
バス：下鴨高木町(204,206,北8)
駅：1台分有



左京区の某医院が

「診療報酬の不正請求で

保険医取消処分を受けた」

という記事が新聞に

出ていたのですが、

「不正請求」とは具体的に

どのようなものですか？



某医院の行為は、医師全体の信頼を失墜させる許し難い行為です。同じ左京医師会の会員として、大変情けなく、また同じような不正が、今後絶対に起こらないよう、我々も努力すべきだと反省いたしました。

医療機関の報酬は、国が決める診

療報酬という「値段表」に従って、自分の行った医療行為をレセプトという請求書にまとめ、(保険者)社会保険支払基金と国保連合会)に請求します。診療報酬の一部は、受診者がその決められた割合(1割〜3割)で、その日に窓口で直接医療機関に支払います。

一般的な話として、「不正請求」は、単なる「うっかりミス」ではなく「悪いとわかっていて」行う、確信犯の行為が「不正」請求です。例えば、「やっていない」検査や治療を請求する、「投薬していない」「薬を投薬した」として請求する、などを指します。

これに対し、「必要もない」検査を行うのを、過剰検査と言いますが、「この」必要性があるかどうかについては、大変判断が難しいことがあります。例えば、「毎月心电图を撮る」のは、一般的には過剰検査であることが多いですが、しばしば狭心症発作を起こす不安定な患者さんの場合は、毎月撮ることもあり得ます。血液検査も同様で、最初に全く異常の認められない患者さんであれば、藤原内科であれば「毎月」採血することはありませんが、別の医療

機関では、毎月のように採血をされる診療所もあるようです。しかし、「ソトロールの悪い糖尿病の患者さん」の場合などは、毎月採血することが必要な場合もあります。

このように「実際に」検査をしている場合は、(過剰かどうかは別として)患者さんにもわかりますが、「やっていない」検査は患者さんにはわかりません。よくあるごまかしとしては、患者さんが窓口で払ったきは通常の請求額で行い、レセプトを作るときに「やってない」検査を上乗せするという方法ですが、これだと、実際のレセプト請求額と窓口での支払額の割合(例えば7対3)が異なってきますので、整合性を保つために「窓口でも」「やっていない」検査の料金を請求する必要がります。ただ受診者は細かい支払い内容がわかりませんので、窓口で「高いなあ」と思われても、他の医療機関を受診したことがなければ、その高さが何に由来ものかはわかりませんと思います。もし「受けてもいない」検査や医療行為の代金を支払わされているならば、これはまさに「詐欺行為」であり、犯罪です。訴えられてもおかしくありません。



「不正請求」

本年4月から左京医師会の理事に復帰し、行政や介護関連の事業者の方々という様々な協議の場でお会いすることが多くなった。左京区は京都市の中でも(あるいは日本全体の中でも)とていってもよいくらい、医師と他業種との連携が密な地域である。お年寄りの生活を考えた場合、医療だけを考えたおけばよいというわけにはいかない。特に一人暮らしのお年寄りの場合、食事の用意は、お掃除は、入浴は、買い物は、「三出しは」と考えることが多い。いかにかかりつけ医だけではとても手に負えないので、訪問介護(ヘルパーさん)、訪問看護(看護師さん)、福祉用具貸与事業者(車椅子や電動ベッドのレンタル業者)の方などと、本人、家族の方を含め、ケアマネージャーとともに相談する会議をもつのだ。これをサビース担当者会議(ケアプラン会議)と呼ぶが、藤原内科でも多いときには月に数回、会議が開かれる。

また左京医師会の地域医療担当理事は、各事業者の代表者や、行政

また「投薬していない」薬を請求するという方法では、実際に購入していない薬を処方したことにすると、診療報酬に対する、薬剤の購入額が少なくなってしまうので、薬は買う必要があります。しかし買うだけでは薬はたまっていけませんから、それを「売る」必要がでてきますが、闇の世界ではそういう薬を買う「現金問屋」があります。つまりその医療機関は、「投薬していない」薬の代金を、診療報酬からと、現金問屋からと、両方から受け取っていることになりす。

ここにあげたような不正を行っている医療機関は、ほんの一握りの医療機関です。でも「不正」かどうかは、専門家でなくても発見できないと言われます。藤原内科では可能な限りの情報を公開し、皆様にもわかりやすい請求を行っています。皆様も「自身を守るために」もきちんとした説明をしてくれる医療機関を選ばれる必要があると思います。



◎インフルエンザワクチン予防接種のお知らせ◎

10月1日より、例年通り、インフルエンザワクチンの予防接種の予約を開始いたします。高齢者に対する公的補助の部分は、まだ正式な通達がありませんが、現時点では例年通りと予想されています。ただ、今年の初めのインフルエンザ流行期にタミフル服用者で飛び降りなどの事故があった関係で、10歳〜19歳の方には原則としてタミフルは投与できなくなりました。そのため、ワクチン接種希望者が増加する可能性があります。早めのご予約をお勧めいたします。摂取料金等、詳しくは院内の掲示をご覧ください。

「左京区役所」と定期的に会議を開いている。一番のメインが「地域ケア連絡協議会」といわれるもので、以前にもないです。16号でも紹介した、「左京区高齢者の保健・医療・福祉をみんなで考える」といって企画する大本の組織でもある。もともとも前年から、名前が「左京区高齢者の」から「左京区民の」と変更になり、高齢者の問題だけでなく、「子育て支援」や「障害者の支援」なども取り上げていこうと、ついでに企画委員は張り切っている。

先日の会議では、認知症高齢者のサポートというテーマで、福岡県大牟田市での取り組みを勉強した。この会議には京都府立医科大学神経内科の中川正法教授もオブザーバーとしてお見えになっておられ、今回のテーマは興味深げに聞いておられた。やはり認知症というのは高齢者にとっては、一種の恐怖として捉えられており、「ボケないためには…」という言葉がよく講演会などにはいつも満員になるようだ。また認知症を患った方々を支える家族の方々にとても大変大きな問題で、介護の悩みを一人で抱え込んでしまっ、自分の方が身体を壊してしまっただ

と言っ話も珍しくはない。今我々の間で取り組んでいるのが、認知症のサポーターを養成する試みである。認知症というものがどういうものか、またどのように接していけばいいのかを一般の方々にも知っていただき、サポーターになってもらうことで、医師や看護師だけでなく、町ぐるみで認知症の方々を支え合おうというつもりだ。

このときの議論の中で、「我々ケアする側の立場のもの、認知症を「嫌なもの、自分になりたくないもの」として見ているのではないかと」という意見が出た。確かに少し前までは、認知症患者が家族の誰かに出れば、座敷牢のみつなとこころ閉じこめたりして、人目に触れないようにしていた時代があった。「樹け老人」という呼び方は、一種の蔑視用語であり、忌み嫌うという意味が込められている。「そのような考え方が基本にある限り、本当の意味で認知症高齢者が安心して生活できる町作りはできないのではないかと」という指摘であった。

その通りである。私は目から鱗が落ちる思いがした。「認知症高齢者を何とかしたいと思うけれど、自分

はボケたくない。」ではダメなのである。「自分もボケるかも知れない。じゃあ、自分がボケてもいいように、今から認知症になっても安心して暮らせる仕組みを作っておこう。」という発想が必要なのだ。認知症の方々を見下すような目線で物事を考えてはいけない。自分が認知症だったら、どんなことに困るだろうかと、同じ高さの目線で考えていくことが必要なのだ。

次回(平成19年10月27日)の健康教室では「健やかに老いる」というテーマでお話しするが、認知症に関しても取り上げて、この新しい視点で解説してみようと思っっている。