

白鳥

第190号

全国低肺機能者グループ
東北白鳥会

〒980-0022
仙台市青葉区五橋2-12-2
仙台市福祉プラザ8F



表紙の写真は岡田功氏作品です

東北白鳥会は、左記の項目の実施を切に要望します。

- ・ 内部障害者等級の見直しと福祉制度の向上
- ・ 肺移植の助成と医療費の保険適用
- ・ 保健所の呼吸器教室を制度化し全国実施
- ・ 訪問診療、看護、介護の充実とリハビリ指導
- ・ 呼吸療法士資格の設置と知識の普及
- ・ 禁煙普及・公共機関等の無煙化
- ・ 呼吸器科医師の増員と熟練医師の再任制
- ・ 通院サポート制度の確立
- ・ 低肺ホームの設置
- ・ パルスオキシメーターの貸与
- ・ 呼吸不全者の三級医療費助成

地域の皆様のご理解とご支援により、一日も早い施策の実現を懇望致します。

目次

初春 平成二十年にあたって	1
賀正 新年のメッセージ	3
日本呼吸器疾患患者団体連合会総会の概要	18
COPDシリーズ その二	20
患者教育の実践 自宅酸素療法	25
「ハート・プラス」マーク 内なるハンデ気づいて	32
「おしりと大腸の健康づくりを考える」	33
健康のワンポイントアドバイス「虚血性心疾患」	36
川柳	37
会員便り	38
健康マイウェイ(その一)	39
お知らせ(第二十二回東北呼吸ケアフォーラム)	41
編集後記	42

初春

平成二十年の新年にあたって

新年明けましておめでとうございます。

去年の暮れから、やや寒さに見舞われ、小雪の元旦を迎えましたが、混乱することもなく、まあまあ
の年を迎えることが出来たのではないかと存じます。会員の皆様も良い年をお迎えのことと存じます。

平成二十年となり、きりのいい年となりました。会活動も結成以来二十三年となり、歴史の経過を感じさせる年数になったなと思っております。既号の会報にも記しておりますが、ここ数年は会活動における経過の中でも画期的な充足を見ることができ、全国の低肺患者たちの今後の活動に大きな期待を抱かせる年となりました。このことによって漸く基盤整備が整ってきたのかなと感じているところでございます。

今後はこの基盤を如何に活用して、全国の同じ会員たちが苦しんでいる生活対応を少しずつでも改善
するよう活動を展開していかねばと思えます。とはいいいながら、これは、必ずしもそんなに容易な
道ではないかと存じますし、一歩ずつでも前進していければと思っております。

われわれ会員は、そんなに長い将来をもっておりません。既に長い年月を経過しております。残された年月の少なさにおそれすら覚えております。

このことは、そんなにゆっくりしては駄目だぞといわれているものと思っております。そんなことを考えながら新年を迎えたことでした。

今年もよろしくお願い申し上げます。

新年のご挨拶いたします。

平成二十年一月

東北白鳥会 会長 渋谷 章



賀

新年のメッセージ

宮 城 県 知 事 村 井 嘉 浩

明けましておめでとうございます。皆様には明るい希望に満ちた新年を健やかに迎えのことに
お喜び申し上げます。

東北白鳥会におかれましては、会員の皆様が一体となり、低肺患者の方々への支援について日ご
ろから大変なご協力とご尽力をいただいておりますことに、心から感謝と敬意を表するものであり
ます。

さて、県政を取り巻く状況が大きく変化している中で、県におきましては、昨年「宮城の将来ビ
ジョン」を策定し、すべての県民が希望を持って安心して生活できる地域づくりを進めていくため、
今後優先的・重点的に取り組むべき施策を明確にいたしました。

「生まれてよかった、育ってよかった、住んでよかった」と思える宮城を創るためには、しっか
りとした経済基盤を築き、創出された富の循環によって、福祉や教育、環境などへの取り組みを着実に
進めていく必要があります。景気動向が厳しい中、昨年はセントラル自動車や東京エレクトロン
など大きな企業誘致に成功しました。今後も更なる企業集積を図りながら、必要な人材育成にも力
を注ぎ、県民皆さんが恩恵を受けられるよう産業振興を進めてまいります。また、今年十月からは
「仙台・宮城デステーションキャンペーン」が開催されます。このキャンペーンを一過性のイベ
ントで終らせるのではなく、宮城に観光産業をしっかりと根付かせる契機とし、地域づくり・地域お

こしにつながっていくことを期待しております。

同時に、福祉や保健、医療の分野も着実に推進しなければなりません。「安心と活力に満ちた地域社会づくり」に向けた取り組みの中、障害者施策につきましましては、皆様も御承知のとおり、平成十八年四月に「障害者自立支援法」が施行され、また、昨年には利用者の方々の御意見を基に特別対策が実施されており、障害のある方々がよりよいサービスを受けることができるよう、支援の仕組みづくりが進んでおります。県といたしましても、新制度の円滑な実施に努め、障害のある方々が地域で安心して暮らせる社会の実現を目指し、今後も取組を進めてまいりますので、引き続き会員皆様のお力添えをお願い申し上げます。

年頭にあたり、皆様の御健勝と御多幸をお祈り申し上げます、あいさつといたします。

仙 台 市 長 梅 原 克 彦

新年あけましておめでとございます。

東北白鳥会の皆様におかれましては、輝かしい希望に満ちた新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

貴会には、日頃より会員の連携を深められますとともに、低肺機能の方々の福祉向上のために数多くの実績を積み重ねてこられ、皆様方の熱意と多年にわたるご尽力に対し、改めて心より敬意を表するところであります。

本市におきましては、昨年「誰もが生きがいや働きがいを持ち自立した地域生活を送ることができまるまちづくり」を基本目標とする、「仙台市障害者保健福祉計画」の改定と、「仙台市障害福祉計画」の策定を行ったところでございます。中でも呼吸器疾患の方々への支援として、「呼吸器リハ

「ビリ教室」や「包括的呼吸リハビリテーション研修会」の開催などを通じ地域リハビリテーションシステムの構築を図るなど、引き続き各種施策を推進してまいりますので、今後とも皆様のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

最後になりましたが、東北白鳥会の今後ますますのご発展をご期待申し上げますとともに、皆様のご健康とご多幸を心よりご祈念申し上げます、年頭のご挨拶とさせていただきます。

衆議院議員 中野正志

新年あけましておめでとうございます。

皆さまにおかれましては、ご家族おそろいで希望に満ちた新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年中は渋谷会長をはじめ東北白鳥会の皆さまの温かいご指導ご支援を賜りましたことに心より感謝を申し上げます。お蔭様で私は昨年九月福田内閣で経済産業副大臣に就任いたしました。福田内閣の一員として全力でこの職に励むべく決意を新たにいたしました次第です。衆参のねじれ国会ですが国民のため日本国のため野党と強調しながら一つ一つの政治課題に丁寧に対応し、政治への信頼を取り戻すべく取り組んでまいります。

さて、私は国会議員として今年も全国低肺機能者の皆様からのご要望をしっかりと国政の場へお届けし、皆さまとご一緒に障害者福祉向上のため邁進してまいりますので、今後ともご指導を賜りますようお願い申し上げます。

最後になりましたが、東北白鳥会のますますのご発展と、会員皆さまのご健康とご活躍をお祈り申しあげ挨拶いたします。

衆議院議員 土井 亨

新年明けましておめでとうございます。会員の皆様にはおすこやかに新年をお迎えのことと存じます。

日頃は会長をはじめ役員の皆様には低肺機能の皆様への支援や啓発活動を通じ健康回復にご努力されておられることに敬意を表します。諸問題の解決のため、関係当局に強力に働きかけて参る所存であります。

皆様の一層のご活躍とご健康をお祈り申し上げ、新年の挨拶といたします。

衆議院議員 西村 明 宏
内閣府大臣政務官

新年あけましておめでとうございます。

渋谷章会長をはじめ、皆様には健やかで明るく希望に満ちた新春を迎えられたこととお慶び申し上げます。

平素より皆様のご厚情を賜り、心から感謝いたします。白鳥会の皆様が永年にわたり、社会福祉の向上発展のため御尽力され、実を結びつつありますことに、衷心より敬意を表します。

私としましても、皆様からの負託をしっかりと受け止め、「低肺機能の皆様方への支援」「安心・安全な郷土づくり」等諸問題解決に向け邁進する所存です。

東北白鳥会の今後益々のご発展と渋谷章会長ならびに皆様の御健勝御多幸をお祈り申し上げ、年頭の挨拶とさせていただきます。

衆議院議員 郡 和子

新年あけましておめでとうございます。

日頃、東北白鳥会の皆さまが心をひとつにして呼吸器疾患への支援や啓蒙活動に取り組まれていることに、改めまして心から感謝申し上げます、敬意を表します。

今年が戊（つちのえ）の子（ね）年、万物が隆盛しきかんであり、了（おわり）と一（はじめ）の組み合わせの繁栄と変革を意味する年でもあります。

今年こそ、国連の「障害者権利条約」の批准を見据え、障害によっての差別がない政策をこの国で実現するため、渋谷会長様はじめ皆さま方のご指導を仰ぎながら私も力を尽くしてまいりたいと存じます。

この一年も皆さま健康に留意され、更なる活躍をお願い申し上げます、新年のごあいさつとさせていただきます。

宮城県議会議員 石橋 信勝

希望輝く二〇〇八年の新春、明けましておめでとうございます。

皆様のおかげで、私は今、県議会議員として五期目の活動を元氣いっぱい展開させていただいております。県議会での活動はもとより、各種市民相談、視察や調査さらには当局への要望などフル回転の日々を送らせていただいております。これもひとえに皆様の真心からのご厚情によるものであり、心から感謝と御礼を申し上げます。

この度、こうした私のつたない活動の一端を「石橋レポート」第四二号としてまとめさせていただきました。また、四面には、私立学校の教育費負担の問題や教育の諸課題をめぐり県私立中学高

等学校連合会の松良千廣先生と“輝き対談”と題して行った模様を掲載させていただきました。ご高覧いただければ幸いです。

初春の候、皆様には益々ご健勝、ご多幸、ご活躍を心からお祈り申し上げ、新春のご挨拶とさせていただきます。

宮城県議会議員 菊地 文博

明けましておめでとうございます。

東北白鳥会の皆様におかれましては、輝かしい新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。また昨年は皆様より温かいご支援を賜り心より感謝申し上げます。

最近の世相を見ますと、社会全体がゲーム化、ドラマ化してきており、社会的弱者の切り捨てへと向かっていくように思います。政治に携わる者として、一人一人の努力がしっかりと報われる公正、公平な社会を現実するために積極的に活動を続けて参ります。

皆様からの生の声が確かに行政に生かされるよう、そして安心して日々の生活ができるよう、微力ながら共に取り組むことをお誓いし、皆様の今年一年のご多幸とご健康をお祈り申し上げます。

宮城県議会議員 藤原 のりすけ

新年明けましておめでとうございます。

新しい時代は、その時の新札が象徴すると言われます。一万円札の福沢諭吉さんは「天は人の上に人を作らず、人の下に人を作らず」、五千円札の樋口一葉さんは「これからは女性の時代だ」と

いうこと、千円札の野口英世さんは障害者です。すなわちこれからの時代は、自然と人間、男の人と女の人、健常者と障害をもった人、老壮青の各世代がお互いに協力して助け合っていく「共生の時代」であることを示しています。誰でもその人らしく安心して暮らしていける地域社会へ向け、新たな一歩を共々踏み出しましょう。

仙台市議会議員 熊谷 よしお

東北白鳥会の皆様には新年を希望に満ちてお迎えのことと存じます。

今年が戊子（つちのえ ね）、閏年。何とはなしに新しい出発が出来るような気がいたします。

北京オリンピックがありますし、総選挙もありそうです。仙台・宮城デイスティネーションキャンペーンという一大観光キャンペーンも展開されています。仙台市では十月から家庭ゴミ収集が有料化されて家庭経済に打撃です。白鳥会会員の皆様にとって、どんな一年になるでしょうか。

課題が山積してはいますが、皆様の共生・共助での活動により、目標に向けて一步一步前進されま

すよう期待いたしますと共に、私も微力ですが支援を強めたいと思います。

東北大学医学系研究科内部障害学分野 教授 上月 正 博

（東北大学病院リハビリテーション部長）

新年あけましておめでとうございます。

二十年以上の永きに渡り、呼吸器疾患患者さんのリーダーとしての役割を果たされてきた東北白鳥会の皆様、本年も宜しく御願いたします。

呼吸障害のリハビリは、最近になって「とても有効な治療」の一つとして重要な位置を占めるようになり、国内外のCOPDのガイドラインにも明記されるようになりました。この二、三年は、「呼吸リハビリテーションマニュアル」をはじめとして呼吸リハビリ関係の雑誌や書籍も多数出版され、学会発表や講習会なども増加してきました。先の診療報酬改定でも、「呼吸器リハビリ料」が算定されるようになり、まさに呼吸リハビリの普及に格好の状況になっており、当教室も呼吸リハビリの普及のために地域や学会などでさまざまな取組みをしております。

最近気になりますことは、呼吸・循環障害を合併した患者さんを少なからず見かけることです。呼吸・循環障害の共通した原因として「喫煙」や「高齢化」などがあるので当然のことかもしれませんが。呼吸・循環障害に共通した症状として「息切れ」があり、「運動不足」とそれによる「下肢の筋肉量減少や筋力低下」があります。運動療法を中心としたリハビリは、呼吸・循環障害の両方による症状の改善に有効であり、さらに冠動脈硬化の改善や心筋梗塞・心不全の予防などにも大きな効果を発揮することが証明されており、その普及にいつそう拍車をかけたいと思います。その啓発の一環として、当教室などが中心となり、「呼吸・循環障害のリハビリテーション」という単行本を今夏刊行予定です。

循環障害の治療・予防も併せて行える呼吸リハビリの恩恵を受けられる患者さんがますます増加するために、今後ともご協力を宜しくお願いたします。

貴会の益々の発展と、皆様のご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げます。

東北大学大学院医学研究科

呼吸器病態学分野 教授 貫和敏 博

新年おめでとうございます。本年も皆々様に良き一年でありますように。

呼吸器(肺)の病気は酸素の身体への取り込みを妨げますので、動くことに息苦しくなります。しかし、普通の健康な肺では、その苦しさがどのようなものか理解できません。私は昨夏、これを体験しました。

実は昨年還暦記念にアフリカ、タンザニアのキリマンジャロ(5900m)に挑戦しました。英式の管理が引き継がれ、日本の山より遙かに楽に4,800mの小屋(キボ・ハット)まで着きました。夜十一時に登頂を開始しますと、まず睡魔、ついで5000m以降は呼吸困難に襲われました。皆様方の苦しみを体験したわけです。パルスオキシメーターを借用し、酸素飽和度を実測続けていましたが、4,700mの小屋を出発する直前で60%以下でした。本来ドクター・ストップですが、苦しさもなく、同伴の家内には内緒で登り始めたのでした。家内の後ろからのかけ声に助けられながら喘ぎ登ること四時間、夜明け前にお釜であるギルマン地点(5700m)に達し、御来光とキリマンジャロ山頂の氷河を眺めました。登頂証明書もらい帰途有名なングロングロ・クレーターでサファリを楽しみ帰国しました。

私にとっては初めての呼吸困難で、十五分歩くと休み、肩で息を整え、また登るといふ繰り返し体験によって、従来の肺癌、肺繊維症などの専門から、呼吸不全の病態に関しても真剣に考えるようになりました。

昨年十二月には諸般の事情で、私どもは加齢医学研究所から医学部に移り、「呼吸器病態学分野」を担当することになりました。全国低肺機能グループの中で東北白鳥会は、澁谷会長が日本呼吸器疾患患者団体連合会の患者代表幹事でもあります。仙台をベースに皆様とともに、呼吸器疾患の医

療・生活面の改善に努力したいと考えております。
本年もよろしく願います。

東北大学加齢医学研究所

呼吸器再建研究分野

教授

近藤

丘

平成二十年の年頭にあたり、新年のお祝いを申し上げます。

ご存知の方もおられると思いますが、私どもは呼吸器と申しましても外科の方を専門としております。呼吸器外科という診療科名になり、古くは肺結核の外科、そして最近では肺癌を中心とする胸部の腫瘍性疾患の外科治療が主体となっており、外科といえます。対象とする臓器の違いはあっても、実践することに大きな違いはないと認識されがちですが、実は大きく分けて二つの異なった領域に分けられます。一つは癌などの腫瘍性疾患を主たる対象とする外科で、いわば病巣を切り取る外科です。もう一つは異常な構造を正して、できるだけ正常な姿や機能を取り戻すことを主眼とする外科です。いわば機能回復外科とも言えるものです。もちろん、両者にまたがった仕事をしている外科もあります。大雑把に言えば呼吸器外科や消化器外科などの業務は主として前者に含まれ、心臓血管外科や整形外科などは後者に含まれるものと言えます。身体の機能という観点からは、前者は機能を損なう外科であり、病巣を切除するうえでどこまでの機能損失が許容されるかが重要となりますが、後者は損なわれている機能を回復させる外科であり、実践するうえで全く考え方が異なることがご理解いただけると思います。このような意味では呼吸器外科は呼吸不全の皆様にはあまりお役に立つことのない領域でありました。

しかし、最近日本でもようやく普及の兆しが見えている臓器移植は、こういった機能喪失外科の

領域にも究極の機能回復のための手段を与えたといつてよいと思います。とくに、肺は失った機能を回復する力に乏しい臓器でありますので、肺移植は最後に望みを託す手段となります。私どもがこれまでに実施した肺移植はまだ少数なのですが、昨年はこれまで最多の年間五例を実施し、着実に実施数が増加してきています、一口に呼吸不全といいますが、その原因は多岐に亘っており、必ずしも全てが肺移植の対象となるわけではありませんが、肺移植医療に携わってみて、あらためてさまざまな肺疾患で呼吸不全に苦しんでおられる方が数多くおられることを知り、大変驚きました。このような方たちは病気の種類毎に患者会などを結成して活動をしているようですが、疾患の枠を超えて呼吸不全という大きな括りで全ての方が団結し、自らの主張を実現していくという活動が今後はとても大切になるのではないかと思います。何かというと弱者切捨の傾向が著しい昨今の世の中の情勢です。東北白鳥会の今後の活動が大きく飛躍することを期待し、新年のご挨拶とさせていただきます。

東北大学加齢医学研究所

抗感染症薬開発研究部門 教授

渡 辺

彰

新年明けましておめでとうございます。白鳥会の皆様におかれましては、渋谷 章 会長のもと一丸となって活動を続けておられるご様子、感服すると共にさらに一層頑張っていたただきたいと祈念しております。

私は昨年四月から表記の研究部門を加齢医学研究所内に発足させました。「抗感染症薬」というのは抗生物質だけではありません。抗結核薬、抗真菌薬、抗ウイルス薬など、さらに予防ワクチンも抗感染薬です。その実用化に向けた開発を臨床の立場から主導しようというのがこの研究部門の設

立理念ですが、呼吸機能が低下されておられる方々にとって、肺炎など特に冬期間の呼吸器感染症への対応が極めて重要であり、有用な治療薬や予防薬を多く実現したいと努力しているところです。さて、ワクチンですが、インフルエンザワクチンの公費助成のみならず、肺炎球菌ワクチンの公費助成が徐々に広まっています。宮城県内では平成十五年の白石市、蔵王町、七ヶ宿町、平成十七年の柴田町に引き続いて十八年に川崎町と大衡村、十九年には登米市で肺炎球菌ワクチンの公費助成が開始されました。このワクチンの普及率は東京都に次いで宮城県が全国第二位なのです。全国に目を転ずると、平成十九年十月現在、全国六十四市区町村が公費助成を行っており、一年間で二十も増えました。また、その接種回数についてはわが国では生涯一回だけの接種とされていますが、わが国を除く諸外国では条件を定めて反復接種が認可されています。わが国でも当然、再接種は必要ですが、一昨年六月、関係四学会の理事長の連名で再接種認可要望書を提出いたしました。公費助成ともどもわが国での広い実現に努力したいと考えておりますが、皆様にもご指導・ご鞭撻のほどをお願い申し上げます。

皆様には、麗しき新年を迎えられ、ますますご発展されることをお祈り申し上げますと共に、私ども医療従事者が少しでもお役に立つことが出来れば、と思っております。今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。

仙台循環器病センター 呼吸器科 科長 岡山道子

東北白鳥会の皆様、新年あけましておめでとございます。皆様には健やかに新春をお迎えになられましたでしょうか。

昨年二月、厚生労働大臣は、「日本呼吸器疾患患者団体連合会」と日本呼吸器学会が協力して行

った、在宅酸素療法患者および在宅人工呼吸器患者の経済的負担軽減を求め、請願署名の提出を受け、身体障害者基準の見直しについて前向きな指示を出されたことですが、これも白鳥会の皆様方の長年にわたる日常不断のご努力の賜物と、敬意を表しますとともに、心からお慶び申し上げます。慢性呼吸不全に苦しむ方々が安心して生活できるように、今後ますますの白鳥会のご発展を祈念いたします。

今年の冬は例年になくインフルエンザ感染症の流行が早く、十二月には宮城県でも学級閉鎖に始まり、成人にも感染が拡大しています。インフルエンザ予防接種はお済かと存じますが、充分にご注意ください。インフルエンザ感染症にかかるとその後肺炎球菌肺炎を起こすことがあります。肺炎球菌ワクチンによる肺炎予防が普及しており、当院でもご希望の方には予防接種を行っています。慢性呼吸不全の方々と、風邪をひきやすく、肺炎が心配な方はぜひ予防接種をお受けになることをお勧めします。約五年の効果があるといわれています。ただし、これは肺炎球菌による肺炎しか予防せず、他の細菌による肺炎に対しては予防効果はありません。また、自費で費用が七〇〇〇円ほどかかります。

なお、この冬はノロウイルスによる感染性胃腸炎も流行しています。皆様、体調にはくれぐれもお気をつけください。いずれにせよ、風邪は万病のもとですから、適切な休養、栄養（消化が良く、タンパク質の多い高カロリー）の食事がおすすめです。かかりつけの医師に相談されて、経口栄養剤を上手に利用されるのもよいでしょう。）、外出後のうがい、手洗いを励行し、風邪をひいてもこじらせないように、また息切れがひどくならないよう、早めの受診を心がけて、この冬をお過ごし下さい。酸素を吸いながら、腹式呼吸などの呼吸リハビリは継続なさって下さい。

皆様のご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げます。

福田内科クリニック 院長 福田陽一

明けましておめでとうございます。

このところ、毎日のように自然環境の悪化がいわれ、余り希望に満ちた新年とは言えないのが残念です。

私のような凡人としては、そんなに先のことまで考えられないとしてもせめて、何らかの貢献をしていかなくはならないのだろう、と思いつつも車に乗る毎日を少し反省しております。

ただ、本物であることも大変な時代になってしまったようですので、せめて患者さんの前では、本物の笑顔でいきたいと思っております。

皆様方におかれましては、本年が良い年になるように心よりお祈りしております。
どうぞ本年も宜しくお願い致します。

帝人在宅医療株式会社仙台支店

仙台営業所長 竹林達男

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

(16) 昨年の東北白鳥会様は、澁谷会長が日本呼吸器疾患患者代表に就任されるなど、ますます幅広くすばらしい活動をされておられます。この患者団体連合会では厚生労働省に対し、医療機関が業務委託する在宅酸素療法（HOT）事業者の質の問題に関する提言をされました。同じ患者自己負担であるにもかかわらず、HOT事業者には質、サービスに差異があることを問題として提言されたのです。全国のHOT患者様にとり、切実に改善して貰いたい事項であります。弊社も全く同意見

でございます。機器の開発はもちろんのことですが、機器所在履歴管理、二十四時間対応、緊急対応、社員教育、機器品質、衛生管理等々、さらに良質のサービスをご提供していくべく心を新たにしております。本年も患者様のお声、医療現場のお声を真摯に受け止めながら、一層努力してまいる所存でございますので、何卒ご指導賜りますようお願い申し上げます。

最後になりますが、東北白鳥会様と会員の皆様のみならず、ご発展ご活躍を心よりお祈り申し上げます。

