

町のお医者さん

三根大悟

みね内科循環器科クリニック（佐賀県佐賀市）

はじめに

2018年5月1日、佐賀県佐賀市高木瀬町に「みね内科循環器科クリニック」を新規開院して1年余りが経過しました。私は2004年に佐賀大学を卒業後に佐賀大学医学部附属病院で初期研修をおこないました。そして、佐賀大学循環器内科（野出孝一教授）に入局しました。それから、宮崎市郡医師会病院、佐賀県医療センター好生館、佐賀大学医学部附属病院、高邦会高木病院で主に心血管カテーテル治療医として勤務させていただきました。循環器急性期医療は興味深く、やりがいもあり充実した毎日でしたが、多くの患者さんと接するうちに生活習慣病の管理や適切なライフスタイルをはじめとした病気の予防が最も大事ではないかと考えるようになりました。そして約1年前に思い切ってクリニックを開業しました。

多くの方々からいただいた御指導や御支援のおかげで、当院も無事1周年を迎えることができました。誌面を借りて心より感謝を申し上げます。

当院について

当院は地域のかかりつけクリニックとして内科一般の診療をおこなっています。中でも循環器疾患とそのリスクとなる生活習慣病などに対しては特に力を入れて取り組んでいます。また、クリニックながら心臓リハビリ室を有しており外来心臓リハビリテーションを実施しています。佐賀大学医学部附属病院や佐賀県医療センター好生館などの急性期病院で心不全や急性心筋梗塞などの入院治療を終えた患者さんが主です。現在は週3日、理学療法士や看護師と共に「心不全再発入院0、心大血管疾患再発0」を目標に外来心臓リハビリテーションに

取り組んでいます。外来心臓リハビリテーションでは通院回数も増えますので心疾患患者さんに対してより細やかに食事や運動や服薬指導をおこなえます。その結果、最大150日間の心臓リハビリテーション前後でCPXによる評価をおこなっていますが、ほぼ全ての患者さんでpeak VO2やATやQOLなどの改善を認めます。

また、循環器疾患のリスクとなる喫煙や睡眠時無呼吸症候群に対しても、それぞれ禁煙外来や睡眠時無呼吸外来をおこなっています。

当院での高血圧治療

当院に通院されている患者さんの約半数は高血圧症を有しています。まず、高血圧患者さんには家庭血圧の測定を勧めます。また、血圧管理手帳を必ずお渡ししますが、中高年の方でもスマートフォン内のアプリで血圧管理される方も増えた印象です。家庭血圧をしっかりと測定・記入される患者さんはおのずと生活習慣全体を考え



写真 1 ◆クリニックの外観



写真 2 ◆院長とスタッフ



写真 3 ◆患者待合室・受付の風景



写真 4 ◆心臓リハビリ室の風景

るようになり、血圧のみでなく合併されている血糖や脂質などのコントロールもうまくいくケースが多いようです。

当院はまだ開院して1年余りと新しいクリニックでもあり、比較的若い患者さんも多く通院されています。例えば健康診断で発見された若年高血圧の患者さんも多く受診されます。若年性の高血圧症の場合には積極的に2次性高血圧症の鑑別をおこなっています。初診時には原発性アルドステロン症などを意識した血液検査や他にも腎動脈エコーをおこないます。アルドステロン・レニン比の高い患者さんは連携する総合病院で精査をおこなっていただいております。また、初診時の問診票には睡眠時無呼吸症候群に関連した項目を設けており、該当する

患者さんには簡易SAS試験もおこないます。現在当院で管理しているCPAP治療患者さんは50名ほどですが、CPAPを適切におこなうことにより血圧コントロールもうまくいく患者さんも少なくありません。

おわりに

高血圧症をはじめとした生活習慣病などを細やかにケアすることで心疾患や脳卒中などの重症疾患を防ぐことも、地域医療の担い手である「町のお医者さん」の役割であると考えています。地域の住民や地域の病院にも信頼していただける「町のお医者さん」を目指して今後とも精進していききたいと思います。