

学生へのメッセージ 「医の道」



No.23 令和4年7月25日(月) 2022-15号

発行責任者: 松江総合医療専門学校理事長、新須磨病院院長 澤田勝寛

isonare@ka2.so-net.ne.jp 隔週月曜発行 令和3年(2021年)9月13日創刊

◆コロナ関係

2週間前は1日5万人でしたが、最近は連日20万人を超える新規感染者が出ています。家庭内で感染者が一人出るとほぼ家族全員が罹患します。

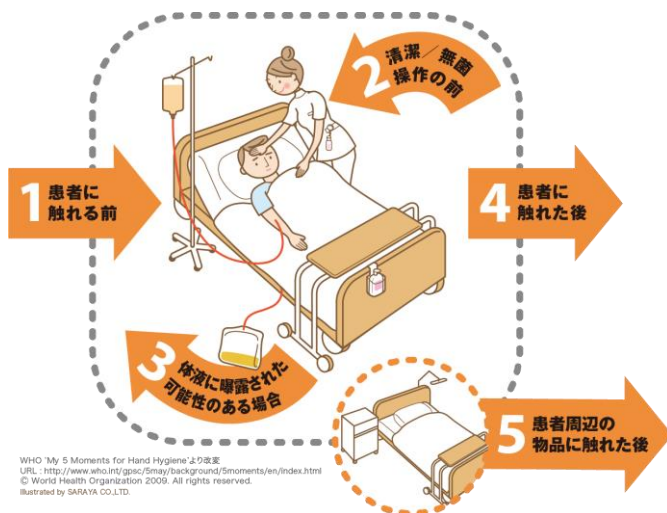
巨人軍は原監督をはじめ約半数が感染しました。感染者、濃厚接触者が増えることで、色々な産業の業務に支障が出ています。病院もそのような職員が増えており、これ以上増えると、外来や入院の制限をしなければなりません。

そんな中、濃厚接触の休みが5日間(検査をすれば最短3日)に短縮されたのは、よかったとおもっています。日本国内の感染者は1139万人となり、ほぼ10人に1人が感染したことになります。

一人暮らしで、マスクもきっちりとして、あまり人と接触がない人も感染しています。このよう場合の感染経路は、手指からの感染です。マスクも大切ですが、こまめな手指の手洗いと消毒も大切ということです。ちなみ私たち医療従事者は、患者さんに接する時、接したあとは必ず手指消毒をします。下図を参考にしてください。

◆WHO手指衛生5つのタイミング

- ①患者に触れる前
- ②清潔・無菌操作の前
- ③体液に曝露された可能性のある場合
- ④患者に触れた後
- ⑤患者周辺の物品に触れた後



WHO My 5 Moments for Hand Hygieneより改変
URL: <http://www.who.int/gpsc/5may/background/5moments/en/index.html>
© World Health Organization 2009. All rights reserved.
Illustrated by SARAYA CO., LTD.

◆Done is better than perfect.

「完璧を目指すより、まず終わらせろ」

フェイスブック創業者 M.ザッカーバーグの言葉です。とても気に入っています。

医学は進歩し習うことは膨大な量となりました。それらを全部完璧に学び吸収することは無理です。皆さんには色々な課題が与えられ、それをこなしていく必要があります。試験もレポートも山のようにあるでしょう。全部100点満点はあり得ない話です。

それでも、真面目で頑張り屋のひとはすべてに完璧を求めて燃え尽きることがあります。

完璧でなくても、とにかく終わらせる。100点でなくても60点でいいと考える。全力疾走で途中棄権よりは、へろへろになってでもゴールにたどりつくことが大切です。力を入れたり抜いたりしながら、とにかくゴールインするようにしましょう。

◆第一生命サラリーマン川柳より

- ・つなぎたい 親は絆で 子はWi-Fi
- ・乾杯で マスク取ったら どちら様
- ・恋心 マスク外せば 花と散る

◆あなたの周りの人たちは あなたを映し出す鏡である

ジェームズ・アレン

あなたは、あなたと同じような考え方をする人たちを、常に自分に引き寄せています。あなたはいま、誰かを恐れていませんか。誰かにイライラしてはいませんか。もしそうだとしたら、その原因は、あなたの心の外側ではなく、内側に横たわっています。あなたは優しい人たちを求めているのでしょうか。だったら優しくなることです。あなたは正直な人たちを求めているのでしょうか。だったら正直になることです。あなたは、あなたが与えるものを受け取ることになります。あなたの周りの人たちは、あなたを映し出す鏡にほかなりません。「原因と結果の法則」はその働きを永遠にやめることがないのです。