

多田雅史

件名: 全国ベンゾジアゼピン薬害連絡協議会 (BYA)【情報 Vol.1 8 6】

各位 (本情報提供メールは当会会員、協力弁護士、協力医、報道機関、医療過誤団体、野党政党等の約400カ所へ送信しています)

全国ベンゾジアゼピン薬害連絡協議会 (BYA) の多田雅史です。

本メールはベンゾジアゼピン (BZD) 関連情報をお送りしています。

- (1) 新規の情報提供希望者が身近におられた場合、BYA-HPの「お問合せ」をご紹介ください。
<https://www.benzodiazepine-yakugai-association.com/>
- (2) 有用な情報をお持ちの方は本メールに返送してお知らせください。皆さんに情報提供します。
- (3) 情報の中で「拡散すべき情報」があれば、皆さんの判断で自由に「転送・SNS拡散」してください。

【目次】

1. 診療録 (カルテ) の保存期間 (医師法24条)
2. 酒やめてよかったこと = 禁酒・断酒の効果5選 (YouTube)
3. コロナ関連
4. ベンゾジアゼピン依存症の治療病院??
5. ベンゾジアゼピン診断書や意見書の入手
6. 地球温暖化 (電子国土WEB)

【記事】

1. 診療録 (カルテ) の保存期間 (医師法24条)

診療録の保存期間は、医師法第24条「医師は、診療をしたときは、遅滞なく診療に関する事項を診療録に記載しなければならない。2 前項の診療録であつて、病院又は診療所に勤務する医師のした診療に関するものは、その病院又は診療所の管理者において、その他の診療に関するものは、その医師において、五年間これを保存しなければならない。」とされており、**5年間の保存が義務付けられています。**

その期間は、最終診療日から起算して5年間の保存として運用されているため、継続して同一医療機関で治療を受けていれば、5年を超えても初日からの診療録が、通常、保管されています。

ところが、先日、社会保険労務士とお話をしていたら、「精神科系疾患の患者さんは、病院をどんどん変えていくので、診療録が保管されていないことが多いため、年金請求手続きができない事例が多い。」と言われました。つまり、病院を変えてドクターショッピングを繰り返せば、「**年金請求や医療訴訟に必要な診療録が揃わない**」という事態が生じるということです。診療録は、すべての手続きにおいて最重要で不可欠ですので、診療録がなければ完全にアウトです。(処方薬だけであれば”お薬手帳”も有効です)

多田個人についていえば、平成18年1月に名古屋市立大学病院を初診してから、**現在まで一貫して同大学病院で治療**を受けています。また、主治医は、大学病院の医師交替で初期に1回変わりましたが、**平成18年6月からは現在まで一貫して同一の医師の診断**を受けています。したがって、中には医師を変えることが必要な場面もあるでしょうが、むやみに変えることは患者自身が不利益を受けることとなりますので、一度決めた病院へ通い続けることも重要です。

2. 酒やめてよかったこと = 禁酒・断酒の効果5選 (YouTube)

<https://www.youtube.com/watch?v=CogRB3ZNSvY&feature=youtu.be>

依存性薬物の1つのアルコールへの評価は、「**適量が健康に良い⇒少量が健康に良い⇒ゼロが健康に良い**」と変わってきています。

上記YouTubeの禁酒・断酒の5つの効果は、

(1)人間関係の改善、(2)精神の安定、(3)人生が楽しくなる、(4)体調がいい、(5)お金に余裕できる

私自身も禁酒2年越えですが、効果は(4)体調がいい：YouTubeでの指摘しているように整腸効果がありました。ベンゾジアゼピン残遺性後遺障害の1つに「下痢・軟便」がありましたが、最近はまったくなくなり「1日1回の快便」となりました。乳酸菌整腸剤を10年来病院で処方されていますが、禁酒と合わせて効果が出たようです。

(5)お金に余裕できる：スーパーに買い物に行くと、以前は、酒コーナーに寄りましたが、今は「素通り」です。結果、アルコール代は「0」ですから、代わりに果物や良い肉を食べるようになりました。

(1)(2)(3)については変化は感じない??ところ。代わりに、地元の懇親会に出席すると、唯一の「しらふ者」ですので、帰りに車の運転を依頼されてしまいます。

特に、アルコールはリラックス効果がありますが、逆に「ストレス発散」に使っている場合は危険です。「百害あって一利なし」となるでしょう。

ビールの本場ドイツでは400以上のノンアルコールビールが増えていると報道されています。実際、ドイツ製のノンアルコールビールは、和製と違って本物の発酵ビールからアルコールを分離除去しているため、ビールとほぼ近い味がします（値段も和製より安く1本¥100程）。しかも、脳が「過去のビール体験」を覚えているため、ノンアルでも同様のリラックス効果が得られることも分かっています。実際、私自身もノンアルを飲みますが、「ドイツ製は安くてうまい」、しかも、依存症にならず、飲んだ後でも車を運転できるというメリットは大きいです。アルコールから抜け出せない方も試されると良いでしょう。

<https://gooday.nikkei.co.jp/atcl/report/14/091100015/031700067/?P=3>

厳しい言い方になりますが、「依存性のあるタバコやアルコールから抜け出せない人は、ベンゾジアゼピンからも抜け出せません」

3. コロナ関連

ベンゾジアゼピン記事がないので、ご参考にコロナ記事です。ウィルスも生き残るために必死ですから、変異します。すでに変異しているとの論文が出ており、さらに強化しているため、一度感染して抗体ができて「再感染」する事態が生じています。増えすぎた人類に対する「自然の人口調節弁」という言い方は厳しすぎますが、歴史的には「人類の歴史」は「感染症との戦い」でもあります。個人的に、感染症の頻発は「地球温暖化と関係」していると考えています。

https://news.tbs.co.jp/newseye/tbs_newseye3955352.html

<https://toyokeizai.net/articles/-/343645>

4. ベンゾジアゼピン依存症の治療病院??

<http://www.ebisu-mountain-cl.jp/guide/>

【情報 Vol.185】でお伝えした上記の医療機関は、W医師によれば、「まじめにベンゾジアゼピン減薬治療を施行している」そうです。ただし、一般的に、医師の減薬速度が速すぎるため、「早い減薬速度→離脱症状を発症→医師は離脱症状を“原疾患”と誤診→ドクターショッピング」となりがちです。減薬を依頼するときは「複数年にわたって、ゆっくりと減薬して欲しい。ずっと通院します」と依頼しましょう。

5. ベンゾジアゼピン診断書や意見書の入手

すでに、【情報 Vol.185】でお伝えした通り、多田個人の①障害年金請求、②障害者手帳交付、③医療機関への医療過誤訴訟は終了し、また、④PMDAも申請中です。その際に、重要なのは①診療録、②診断書、③医師の意見書です。私は6名の医師から意見書をもらいましたが、そのためには何十回も訪問し、何度も交渉し、多くの参考文献をお渡しした等の末の成果です。「診断書・意見書をお願いしま

す」、「はい、書きましょう」ということは絶対にありません。中には「もう帰れ！」と追い出された医療機関もありましたが、結局、最後はそこでも意見書をもらいました。上記の①、②、③、④の手続きを遂行できた理由は、それだけの努力を重ねたからです。

今、なぜこのようは話をするかという、「ベンゾジアゼピン国家賠償の集団訴訟」のためです。現状、②「ベンゾジアゼピン副作用の診断書」がある方は少数です。これを増やさないと集団訴訟は難しいでしょう。私としては、皆さんが①②③を揃えて持って来られることを期待して待っているのです。

ベンゾジアゼピンを服用した経緯は1人1人で異なるため、その事情を一番知っているのは「あなた自身」ですから、あなた自身が交渉しなければなりません。

6. 地球温暖化（電子国土WEB）

<http://maps.gsi.go.jp/#12/35.030699/137.020111/&base=std&ls=std&disp=1&vs=c1j0h0k0l0u0t0z0r0s0m0f1>

地球温暖化が進んでいるので、徐々に海面が上昇し、水没する地域があると指摘されています。国土地理院の高度図によれば、東京駅付近は標高3mですから将来の水没地域です。また、錦糸町駅は標高マイナスです。ちなみに私の名古屋市緑区は標高41mでした。東京で言うと練馬区といったところで、まだ畑があります。皆さんの自宅もピンポイントで標高がわかるので確認しておくことも重要です。



全国ベンゾジアゼピン薬害連絡協議会 多田雅史