

ふれあい

2017

5

No.362

牛久愛和総合病院 広報誌



「トクホ」の信頼性

特任副院長兼内科部長

千葉 俊也



以前より当欄で代替医療に関する批判、懸念を述べてきましたが、マスメディア上には相変わらず怪しげな健康食品やサプリメント等に関する情報が氾濫しています。これら健康食品の中で、比較的信頼性が高いと思われる「トクホ（特定保健用食品）」ですが、これを強く批判する特集記事が最近週刊新潮に掲載されました（「トクホの大嘘」3月30日号・4月6日号）。最も多く使われているトクホの成分である難消化性デキストリン（「食事から摂取した脂肪の吸収を抑える」と喧伝するコーラやお茶に含まれている）の実際の効果が誤差範囲程度の微々たるものであることや「脂肪が燃焼する」高濃度カテキン茶の摂取過多による肝機能障害の危険性等を解説しています。

トクホとは「食生活において特定の保健の目的で摂取する者に対し、その摂取により当該保健の目的が期待できる旨の表示をする商

品」で、国が安全や効果にお墨付きを与えたもので安心と思っている方も多いでしょう。実際トクホを取得するには査読委員（審査委員）のいる医学雑誌に安全性や効果が実証された医学データの論文を掲載する必要があります。一般に一流誌であるほど審査が厳格とされており、そのような雑誌に掲載されるためには科学的にしっかりした内容の論文である必要性があります。このため近年では新規薬剤等の場合、大規模臨床試験等の研究で信頼に足る科学的根拠が得られた内容ではないと中々掲載には至りません。ところがトクホの場合、このデータにピンキリがあり、論文の提出者と査読委員がなれ合いになっている一流とは言いがたい医学雑誌への投稿であることも少なくないようです。中にはトクホの論文を掲載するために立ち上げたような医学雑誌への掲載もあるようで、データの信用性はお世辞にも高いとは言えません。

前回当欄で二年前に始まった機能性食品（健康に良い成分が含まれていると表示できる制度）に関する内容を取り上げました。その製品が実際に健康を維持・改善しているか否かに関係なく取得できる表示であるため、米国の弁護士が言葉を引用し「大規模に行われる小さな詐欺」とまで批判しました。懸念した通り、様々な怪しい代物を多く目にするようになった印象があります。例えば水素水は著名人等を宣伝に用いたりして多くの商品が販売されていますが、消費者庁は水素水の販売会社のうたい文句に根拠がないとして、景品表示法違反で再発防止の措置命令を出しました。水素水の3社の商品（ビガープライドEX、水素たっぷりのおいしい水、ナチュラ水素）はダイエット効果や抗炎症作用など、医学的根拠がないにもかかわらずあたかもあるかのような表現をしていたためです。水素水関連は問題の多い商品が多くあり、マイナスイオン水やミネラル還元水素水などが、これまでも公正取引委員会から排除命令を受けていた経緯があります。他にも有益でないどころか、摂取により健康被害をもたらす可能性がある健康食品は枚挙にいとまありません。

比較的信用できそうな印象のトクホですら、前記したように本当に効果的な商品はほんの一握りであり、多くはプラセボ効果（思い込みによる効果）しかありません。従ってこうした製品の購入を考える際には十分な吟味が必要と思われます。

第62回 生活習慣病教室

「ペットと安心して生活するために」

人畜共通感染症の基礎知識

■日 時…平成29年3月17日(木) 14時半～15時半
 ■場 所…牛久愛和総合病院 B館2階大ホール
 ■講 師…特任副院長・血液内科部長 瀬口雅人 医師

◆ペットとの生活における効果

ペットに癒し効果があるのは有名ですが、他にも様々な効果があります。

- ・血圧低下
- ・中性脂肪、コレステロール低下
- ・心血管疾患リスクの軽減

また、病気の回復力を高めたり、孤独感を解消する等の効果もあり、高齢者社会においても意義の大きいものになっています。

◆人獣(畜)共通感染症とは

ヒトとそれ以外の脊椎動物の両方に発症する感染症のことを指します。つまり、ペットからヒト、ヒトからペットへ移る可能性があるということです。その為、ペットと生活するには、十分な注意が必要なのです。

◆感染症の種類

感染症は犬や猫だけではなく、様々な動物、さらにはペット以外から感染することもあります。そこで、感染症の種類について、いくつか紹介します。

〈犬・猫〉

【主な感染症】

狂犬病、猫ひっかき病、パストレルラ症、トキソプラズマ症等

引っかけたり、咬まれたりすることが主な原因で発症します。代表的なものとして狂犬病があり、全世界で毎年3万人以上が死亡しています。症状は、発熱、頭痛、倦怠感といった感冒症状から始まり、筋の痙攣や幻覚・錯乱等を呈し、最終的に死に至ります。一度発症すると、致死率がほぼ100%の恐ろしい感染症です。

また、猫ひっかき病と呼ばれるものもあります。引っかけた傷が腫れあがり、発熱を伴うこともあります。大半は自然治癒します。

〈鳥類〉

【主な感染症】

オウム病、高病原性鳥インフルエンザ

オウムやインコ等の鳥類を介して感染するオウム病があります。感冒症状から肺炎・髄膜炎と症状は多様ですが、小児の感染は比較的少なく、

30～60代が発症しやすい病気です。家で飼っていないくても、ペットショップや公園で鳥と接触することで発症することがあります。

また、ニュースで耳にする鳥インフルエンザですが、ヒトが感染する可能性もあるのです。海外ではヒトへの感染が報告されており、発症した鳥のフン等にいるウイルスを大量に吸い込むことで感染する場合があります。

〈ハムスター・リス〉

【主な感染症】

レプトスピラ症

動物の腎臓内に入り込んだ菌が、尿中に排出されます。それらで汚染された水や土壌を介し、肌に触れたり吸い込んだりすることでヒトへ感染します。日本でも集団発症した事例がある上、近年自然の中でのレジャヤーが流行している為、注目されています。

〈牛・豚・鳥類・その他〉

【主な感染症】

リステリア症、サルモネラ症、カンピロバクター症、Q

熱等

主に家畜や食品等を介して発症します。いわゆる、胃腸炎や食中毒といったものがこれにあたります。その他に、動物のフンの中に排出された菌が環境を汚染し、それを吸い込んで感染することもあります。その為、犬や猫を飼っている方も注意が必要です。下痢や腹痛、嘔吐が主な症状ですが、重症化する場合もあります。

◆基本的な予防法

- ・ケージを掃除する際は手袋をはめる
- ・ペットに触った後は手洗いをする
- ・ペットに顔をなめさせない、一緒に寝ない(濃厚な接触は避ける)
- ・ケージ、給餌場、寝床を定期的に消毒し、清潔に保つ
- ・ペットのトイレを調理場から遠ざける
- ・定期的に動物病院へ連れて行く
- ・体調が悪い時は、回復するまでペットの飼育を休む

ペットは家族の大切な一員です。しかし、様々な病気を持つている可能性があります。共に楽しく健康に生活する為にも、手洗いや掃除をしっかりと行いましょう。

第18回 愛和健康まつり 開催のお知らせ

日時…平成29年5月28日(日)
 10時～15時

今年は「愛和健康まつり」を5月28日に開催致します。今年もたくさんの方々に、健康増進の一助となるような催し物を企画しております。入場無料となっておりますので、たくさんのご来場を職員一同お待ちしております。

- ・各種健康相談コーナー
- ・ねこバス・子供向けコーナー
- ・一般向け特別公開講座「レーザー治療について」
- ・フリーマーケット・模擬店はしご車試乗

お問い合わせ先…
 ☎029-873-3111(代)
 牛久愛和総合病院 総務課

品 あ つ か れ さ ま 品



3/31付退職
外科医長
山根貴夫

この度は所属の医局である東京女子医大第二外科を平成28年度末で退局することになり、大学関連病院である牛久愛和総合病院も退職することとなりました。

2年間という短い時間でしたが、亀岡院長をはじめ、曾我特任副院長、藤田外科医長、ほか多くのスタッフにささげられとても充実した2年間を過ごすことができました。

また外科スタッフは少数精鋭で、大学に劣らず腹腔鏡手術など積極的に新しい手術を行っており、とても勉強になりました。

4月からは名古屋市立緑市民病院に勤務の予定です。ここで学んだことを活かしてまた頑張りたいと思います。2年間本当にありがとうございました。



3/31付退職
外科
八田一葉

この度、2年間の牛久愛和病院での勤務を経て4月より神奈川の病院へ異動することとなり

ました。診療科や業種を越えてアットホームな環境こそがホスピタリティあふれる愛和病院を創り出していることと思います。患者さんや先輩・同僚医師、コメディカルのスタッフと共に貴重な経験をさせて頂きました。愛和に関わらせて頂いた全ての方々に感謝の気持ちをこめて、より一層のご発展とご活躍をお祈り申し上げます。



3/31付退職
外科
宮島綾子

短い間でしたが大変お世話になりました。多くの方々に支えられながらの充実した牛久生活でした。これからも牛久で学んだことを生かして次の病院でも頑張りたいと思います。本当にありがとうございました。



3/31付退職
整形外科
神代秀彬



3/31付退職
整形外科
一瀬裕史

早いもので牛久に勤務させて頂いて一年が経過しました。この一年間、整形外科の先生方だ

けでなく、他科の先生方から大変よくして頂き、感謝申し上げます。また病棟スタッフの方々もいつもご迷惑をおかけしているにも関わらず優しく接して頂きありがとうございました。牛久でのことは生涯忘れないと思います。本当にありがとうございました。



3/31付退職
脳神経外科
清水篤



3/31付退職
総合診療科
丸山玲緒

一年という短い期間でしたが、大変お世話になりました。未熟な私を、優しいスタッフや患者さんが暖かく見守って下さり、本当に楽しく充実した時間を過ごさせて頂きました。ありがとうございました。4月からはがん研究所にてがんの基礎研究に従事します。この1年間、たくさん

さんの患者さんを診させて頂きました。画期的ながん治療薬が目前の患者さんを救うところを目の当たりにし、研究の重要性を再認識しました。研究に再挑戦したいという強い気持ちで芽生えました。ひとりでも多くのがん患者さんを救うことがで

きるよう、4月からは研究に励みます。この1年間の経験は一生忘れません。皆様、ありがとうございました。



3/31付退職
総合診療科
鈴木淳司

5年間という短い間でしたが、地域の皆様と触れ合いながら大変楽しく勤めさせて頂いた頂きました。本当にありがとうございました。4月からは在宅医療に従事します。引き続き、皆様のお世話になります。どうぞよろしくお願いいたします。



3/31付退職
泌尿器科
特任副院長兼
感染症科部長
松木克之

十四年間の長きにわたり、お世話になりました。



3/31付退職
口腔外科
歯科
賀川千瑛

牛久愛和総合病院の皆様、一年間大変お世話になりました。外来、病棟、医局ともに非常に働きやすい環境で、私にとって実りのある、また成長できた一年となりました。当院で勤務で

入 職 者

①担当 ②専門とその紹介 ③出身大学 ④趣味 ⑤生年月日 ⑥血液型 ⑦星座



4/1付入職
外科
澤宗寛

①火曜午前(外科)、土曜午前(内視鏡)、土曜午後(そけいヘルニア)
②消化器を専門としてやっています
③東京医科大学 ⑤昭和60年11月6日生 31歳 ⑥O型 ⑦さそり座



4/1付入職
整形外科
菅谷潤



4/1付入職
整形外科
長田義憲

①月、第2・4木・金 午前

①火、土 午前



4/1付入職
整形外科
吉野友晴

①月、第3水、土 午前



4/1付入職
整形外科
藤澤亜希

①水・木・金（午前）

②整形外科全般的に診察させて頂きます。

③東京女子医科大学卒、亀田総合病院初期・後期研修終了 ④スポーツ観戦 ⑤昭和61年4月28日 30歳 ⑥A型 ⑦おうし座



4/1付入職
脳神経外科
角真佐武

①土曜午前



4/1付入職
腎臓内科
石井公祥

②内科一般と腎臓を診察しています。何かお困りのことがあれば、気軽に相談していただければと思います。よろしくお願致します。

③千葉大学卒・内科学会所属 ④テニス（初心者） ⑤昭和63年

5月5日 29歳 ⑥A型 ⑦おうし座



4/1付入職
歯科口腔外科
加藤景子

①月、火、木、土 午前・午後

②一般開業歯科では治療が困難な有病者歯科医療や口腔ケア、抜歯等の外科処置でお役に立てるよう頑張ります。よろしくお願致します。

③日本歯科大学 ④音楽鑑賞、スポーツ ⑤平成元年4月2日 28歳 ⑥O型 ⑦おひつじ座



4/1付入職
リハビリテーション科
遠藤歩

①月・金 午前・午後（15時半まで）

②患者さんが安全かつ円滑にリハビリを遂行できるよう、リハ医として診察や処方を行っています。全診療科・全職種と連携して患者さんのQOL向上に寄与したいと思っています。

③筑波大学体育専門学群卒・山口大学医学部医学科卒 ④子育て ⑤昭和53年10月1日 38歳 ⑥O型 ⑦てんびん座



4/1付入職
研修医
田崎愛理



4/1付入職
研修医
中村真

4月1日付

■総務課

事務 岡野 誠

目標は、「ホノルルマラソン」に参加し、楽しくのんびりと完走することです。

4月1日付

■春秋園

ケアサービス部

介護職員初任者研修

時田 神那

少しでも早く仕事を覚えて笑顔でコミュニケーションを取れるような人になりたいです。

■通所リハビリ

看護師 斉藤 清美

胡蝶蘭が大好きで育てています。今年もきれいな花が咲き、癒されています。

4月6日付

■医事企画部

事務 佐藤 和美

一日でも早く仕事を覚え、貢献できますよう、私なりに精一杯努めさせていただきます。

4月16日付

■春秋園

栄養科

管理栄養士 庄司 令子

50歳になりました。最近、人の名前が覚えられません。何度聞いても、お許し下さい。

平成29年度新卒入職者

4月1日付

■看護部

保健師 井口 里佳

患者さんに寄り添い、ニーズを満たして、患者さんの心の声が聴ける看護師になれるよう精進します。

保健師

久貝 まどか

私は話すことが好きなので患者さんと多くの会話をし、笑顔や絶やさないことを心がけます。

保健師

中川 莉沙

日々学んでいく中で、自分ができることを精一杯取り組んでいきたいです。

保健師

村越 弘美

患者さんとの関わりを大切に、笑顔や忘れず、日々成長しているよう努力していきます。

看護師

足名 友里

自身のある体力を生かし、何事にも前向きに積極的に取り組んでいきたいと思っています。

看護師

飯沼 瑤

明るく元気で笑顔が私の長所

なのでそれを生かした関わりやすい看護師になろうと思います！

看護師

石川 しのぶ

これまで支えて下さったたくさんの方々に恩返しが出来よう、努力していきたいと思っています。

看護師

石澤 由葵

体力と笑顔は、誰にも負けません。私の笑顔でみんなをハッピーにしたいです。

看護師

伊藤 麻衣

患者さんの笑顔を大切に、一日でも早く一人前の看護師になれるよう努めていきます。

看護師

衛藤 彩乃

この春から一人暮らしを始めました。自炊を頑張りたいです。アイエツに励みたいと思います。

看護師

大野 未華

わからない事は先輩方に聞きながら、早く仕事を覚えて患者さんに優しく接していきたいです。

看護師

大山 茜

常に笑顔と患者さんに安心感を与えることのできる看護を目指します。

看護師

岡野 千夏

主體的に学び、精一杯努力いたします。初心を忘れず患者さんに寄り添える看護師を目指します。

看護師

岡野 麻央

患者さんと信頼関係を築き、常に笑顔で看護を提供できるように、日々努力していきます。

看護師 神門 聖香

私の強みはやる気があることです。何事も最後まで一生懸命やり遂げていきたいです。

看護師 倉持 綾女

笑顔と明るさを忘れずに患者さんや家族に寄り添う看護を提供できるような看護師になりたいです。

看護師 澤辺 葵

私の長所は、明るく元気な所です。患者さんに笑顔を届けられる看護師になりたいです。

看護師 千葉 沙也加

いつも笑顔を忘れず、患者さんが安心してできるような看護を提供していきたいです。

看護師 千葉 由美子

感謝の気持ちを忘れずに、向上心を持って日々努力していきたいと思っています。

看護師 中脇 蓮

様々な年代にある患者さんのニーズに応えられる看護師になれるよう、日々精進していきます。

看護師 長谷川 双葉

日々努力する姿勢を崩さず早く看護師として一人前になれるようにしたいと思います。

看護師 宝地 奈々

笑顔と元気とやる気は誰にも負けません。一緒に仕事をしたいと思われようになりたいです。

看護師 松本 美穂

いつも明るく笑顔をモットーに、患者さんに寄り添える看護

師になりたいです。

看護師 三浦 千佳

やる気と笑顔はだれにも負けないよう一生懸命取り組みます。

看護師 水野 七海

看護師としての責任を持ち、患者さんに安心を与えられるよう努力していきたいと思っています。

看護師 山口 莉蓮

鹿児島県から来て不安もありましたが鹿児島弁全開で話しかけられやすい看護師を目指します。

看護師 吉田 由香

北海道木古内町出身で金沢の看護学校を卒業しました。目標は笑顔の素敵な看護師です！

看護師 吉村 佳奈

患者さんのためにできる事を考え、素敵な看護ができるよう仕事に励みたいと思っています。

准看護師 藤田 かおり

私は患者さんの目線に立ち、寄り添いながら、信頼される看護を提供できるようになります。

看護師 伊賀 奈那

分からないことはわかりませんが、看護助手として精一杯やりたいと思います。

■薬剤センター

皆様のお薬の管理・服薬のサポートを致します。明るく元気な挨拶を心がけます。

薬剤師 小野田 弘崇

患者さんに寄り添える薬剤師になれるよう日々努力していきたい

たいと思っています。

薬剤師 柿沼 優希

嬉しい時はもちろん、つらい時や苦しい時や苦しい時も、笑顔で忘れずに素敵な薬剤師を目指します！

薬剤師 菊地 泰平

患者さんに信頼される薬剤師になれるように、日々努力していきます。

薬剤師 清宮 千貴

患者さんの役に立ちたいです。そのために日々全力で取り組んでいきます。

薬剤師 菅原 翼

患者さん並びに職員の方々の役に立てよう一生懸命自己研鑽に励みます。

薬剤師 高田 まゆ

明るく、前向きな性格だと良く友人に言われます。日々、笑顔で心掛けていきたいです。

薬剤師 塚本 宏夢

今年から薬剤師の塚本です。見た目大いですが気は大きくないので気軽にお声かけ下さい。

薬剤師 東 薫乃

色々な方に頼りにされる薬剤師を目指して、これから努力していきたいと思っています。

薬剤師 安田 桃子

社会人としてスタートラインに立つことができました。早く貢献できるよう努力致します。

薬剤師 和田 直哉

私は何事にも自分の芯をもって

行動することができ、その中で努力を続けることができます。

■画像診断センター

放射線技師 小鯛 桃

いち早く先輩方の技術、技能を学び一人前として活躍できるよう精進していきます。

放射線技師 高村 佑美

茨城県笠間市出身で職員寮に住んでいます。牛久市付近のおすすめスポット教えて下さい！

■リハビリセンター

理学療法士 大城 佳奈江

沖縄からやってきました、大城です。笑顔で明るくをモットーにリハビリしていきます。

作業療法士 後藤 理沙

小学校・中学校・高校では剣道を、幼稚園・大学までダンスをしてました。笑顔を届けます！

言語聴覚士 飯塚 祐基

テレビ番組の制作に携わっておりましたが、リハビリに興味を持ち言語聴覚士となりました。

■生理検査室

臨床検査技師 清水 和希

誰とも誤解なく仲良くできる性格です。これから皆様とも仲良くなればと思います。

■眼科

視能訓練士 樋口 万里子

ドキドキ不安な気持ちもありますが笑顔と思ひやりの心を忘れず、日々精進してまいります。

■医事企画部

事務 荒井 李仁

栃木県から来ました。皆様に信頼して頂けるよう日々業務・勉強に励み、精進していきます。

事務 櫻井 麻由

患者さんに心のこもった対応が出来る医療事務員になるべく日々精進してまいります。

事務 庄田 沙希

先輩方から日々多くのことを吸収し、少しでも早く一人前になれるよう精進致します。

事務 堀越 佳苗

車で遠出することが好きです。先輩方から多くを学び、日々成長していきたいと思っています。

社会福祉士 本間 瑞希

私の目標は、日本一周と患者さんに寄り添い共に考える事の出来るMSWになる事です！

■総合健診センター

事務 山田 晴輝

スポーツと食生活が大好きです。色々なことに挑戦し、充実した社会人1年目にしたいです。

■人事部

事務 雛元 優衣

稀勢の里のように成長し続け、ここぞという時に成果を発揮できる職員になりたいと思っています。

■スポーツツラックス

インストラクター 川又 早紀子

体を動かす事や食べる事が大好きで、これから皆様と楽しくやっていたらと思います。

入職式

4/1

平成29年度を迎え、当院に総勢57名の新卒者が入職しました。

4月1日の入職式では緊張の面持ちの中、一人ひとりに亀岡院長による辞令交付が行われました。

まだ着慣れない白衣に身を包みながらも、これから医療従事者の一員として地域の医療のために貢献していく、という強い思いが伝わってきました。

入職式後の3日間にわたる新人オリエンテーション及び、研修では病院の理念・方針を交えた職員としての心構えを始め、外部講師による接遇の基本を学び、救急処置などグループワークを行いました。

牛久愛和



《出来事ピックアップ》

総合病院の新しい風となり、地域に根ざした適応力のある病院職員として、たくましく成長してくれることを期待しています。
(人事部・瀧田)

糖尿病教室のお知らせ

6月14日(水)

糖尿病について (河邊医師)

6月21日(水)

夏の過ごし方 (看護師)

6月28日(水)

清涼飲料水などの糖分にご注意を!! (管理栄養士)

◆時間…14時30分

◆場所…C館1階からだ情報館
事前予約不要、参加無料です。

興味のある方は、ぜひお気軽にご参加下さい。

編集だより

田んぼに水が張られ、夜になるとカエルの大合唱が聞こえる季節となりました。新生活にも慣れ、気が緩んでくると体調を崩しやすくなります。気を引き締めていきましょう。(S・S)

病院理念

我々は医療全般は基より、3つの柱「救急医療」「予防医療」「高齢者医療」を通じて地域住民の皆様に最高の医療・福祉を提供すると共に、職員一同自己研鑽に励みます。

病院概要

病床数 489床 (一般391床 医療療養型55床
地域包括ケア43床)

施設

敷地 59,449.60㎡ 駐車場 1151台



診療科目

【一般外来】

総合診療科 (内科)、消化器内科、糖尿病・代謝内科、循環器科、呼吸器内科、血液内科、腎臓内科、神経内科、リウマチ科、小児科、総合外科、救急科、甲状腺・内分泌外科、乳腺科、消化器外科、内視鏡科、形成外科、整形外科、産婦人科、脳神経外科、眼科、耳鼻咽喉科、泌尿器科、皮膚科、歯科口腔外科、透析外来 (シャント外来)、禁煙外来

【専門外来】

整形外科 (股関節、脊椎、スポーツ、肩関節、膝関節)
小児科 (小児循環器、小児心理)
循環器科 (心臓血管外科)
皮膚科 (レーザー)
外科 (そけいヘルニア)
形成外科 (下肢静脈瘤)

日本医療機能評価機構認定病院
医療法人社団 常仁会



牛久愛和総合病院

〒300-1296 茨城県牛久市猪子町896番地
Tel 029-873-3111 Fax 029-874-1031
ホームページ <http://www.jojinkai.com>

《関連施設》

総合健診センター

Tel 029-873-4334

健康増進施設 スポーツリラックス

Tel 029-874-8791

介護老人保健施設 春秋園

Tel 029-870-3100

