

ふれあい

2017

8

No.365

牛久愛和総合病院 広報誌



『磐梯山 (福島県)』 撮影：薬剤センター 頼 伸一

誤った医療情報に惑わされない

循環器科 医長 山崎 明



昨年11月、大手IT企業DeNAが運営するインターネットの医療系まとめサイトで、科学的根拠に欠ける誤った記事や無断転用が次々と発覚した事件を知っている方も多いと思います。このような誤った医療情報はインターネットだけではなく、一般向けの医療情報誌、書籍、さらには全国的な新聞や雑誌にまで誤った医療情報が数多く掲載されています。

例えば大手の雑誌で「飲んではいけない薬」といった記事が時々掲載されます。こういった記事の目的は患者のためではなく、雑誌の売り上げを上げるためにあります。薬を飲みたくない、病院には行きたくないという人も多い中、医療を否定するような記事を書けると飛ぶように売り上げが増えるのです。記事の内容では「専門家」が「このような理由で飲んではいけない」と言っていると主張していますが、その「専門家」なる人

物にはなだ怪しい人物であることが多く見受けられます。日本には数名「薬は有害だ」「治療は寿命を縮める」と声高に主張している医師がおりますが、このような医師が引っぱり出されます。彼らの目的は患者のためではなく、自分たちの著書が売れて儲けるためにあることは間違いありません。また「大学教授」の肩書を持っている人が出てくることもあります。

患者の治療とは関係ない研究一筋の教授であつたり、「薬剤師」でも、実際には薬剤師をしていない薬剤師免許を持っているだけの人の場合もあります。また、記者が自分の都合に合わせて専門家のコメントを「切り抜く」こともあります。「この薬はある副作用があるので、副作用が起きないか確認しながら使わなくてはなりません。」とコメントした場合、「この薬はある副作用がある。」と専門家がコメントした、だから副作用が出るので飲んではいけないと結論付けるのです。

このような、誤った情報に惑わされないようにするためにはどうしたら良いのでしょうか。

しっかりとした医療機関のホームページに載っている疾患情報は参考にして良いと思います。当院ホームページ <http://www.wojinkai.com/karada/> にも過去の生活習慣

病教室の内容を掲載しております。専門的なものでは、学会の出している診療ガイドラインの中には一般にも公開されているものがあります。公開されていないものでも「本当の専門家」がガイドラインについて解説している記事は見つけることができます。しかし、このような情報は内容が専門的で難しいものもあります。

逆に、信用できないものとしては「がんが消えた」「がんは効く」「免疫」「酵素」「薬を飲まなくても良くなった」「長年苦しんでいた病気がみるみる良くなった」「今ならモニター価格」「限定何名」「体験談」「〇〇大学〇〇教授」「医学博士」「長年の研究」「医学雑誌の論文」のようなキーワードがあり、特定の治療法や商品に誘導するようなものです。「トクホ」「健康食品」も同様の口口で誘導します。インターネットのみならず、医療情報誌、雑誌、書籍、新聞広告にも良くありますので注意が必要です。本当に効果がありそうに書いてありますのでだまされてしまいがちです。一番良いのは、「自分がどのような病気で、どのような治療が必要で、治療をした場合の効果と、治療をしない場合どうなるか」などを主治医に詳しく聞き、しっかりと理解することだと思います。

認定看護師のお話

脳卒中リハビリテーション
看護認定看護師の仕事とは

脳卒中リハビリテーション看護認定看護師 坂本 理恵

B7階病棟で勤務しているの人生に大きな影響を及ぼします。脳卒中を発症しこのような状況にある患者さんにとって、家族に対し認定看護師として、日頃から、「その人・その家族らしさ」をチームに発信し、オーダーメイド性の高い医療の提供が出来るように心掛けて活動しています。患者さん、ご家族のもつ歴史や生活史、そして回復への希望に寄り添いながら、入院患者さんにベッドに在る時間を減らす離床に向けた取り組みや、排泄が自立出来るような関わりを病棟スタッフと共に力を入れて行っています。

私の専門分野である脳血管疾患、脳卒中は依然として死因や寝たきり原因の上位を占めています。その発症は突然で発症後に命を取り留めても麻痺や言葉がうまく話せないなどの障害が残るケースが多く、発症前と同じ生活を送れなくなるのが少なくありません。更に、重症の場合は、介護なしに日常生活を営むことが困難になるなど、その後

DMカフェ



糖尿病専門医 河邊 聡子

まだまだ暑い日が続いています。靴下をはかずに裸足で過ごしていませんか？

靴下には足を守る役割があります。夏に多い水虫は、素足のほうが乾燥してよいイメージですが、活動するときは靴下をはいたほうが汗を吸収してくれるので予防効果が高くなります。吸水性のよい靴下を選びましょう。お風呂で足をよく洗い、指の間の水気もよくふきとっておくことも大切です。

また、最近話題の害虫から身を守るためにも靴下は欠かせません。素足にサンダルでの外出は、靴擦れや思わぬケガの原因となります。糖尿病などの疾患では、末梢神経障害から足の感



9月 糖尿病教室のお知らせ

9月13日(水)

糖尿病について (岩崎医師)

9月20日(水)

運動療法について (理学療法士)

9月27日(水)

糖尿病と薬 (薬剤師)

◆時間…14時30分

◆場所…C館1階からだ情報館 (事前予約不要、参加費無料)

『第65回』

生活習慣病教室

テーマ 歯磨きと病気

日時 平成29年9月20日(水)

14時30分から約1時間

講師

歯科口腔外科 部長

山崎 善純 医師

会場 牛久愛和総合病院

B館2階 大ホール

参加費 無料

事前予約は不要です。

興味のある方は、お誘いあわせの上、ぜひご参加ください。

◎お問い合わせ先

牛久愛和総合病院 総務課

☎029-873-3111(代)

入職者

7月1日付

■看護部

看護助手

樺木野 茜音

未経験な事ばかりですが、貴院のお力になれるよう着実に成長していきたいです。

7月3日付

■保育課

保育補助

久保田美奈子

早く仕事に慣れて、子供達の名前と顔を憶えてふれ合いたいです。

「春秋園だより」

梅雨が明け、厳しい残暑が続いていますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？

今回は集団活動の一つであるレクリエーションについてご紹介したいと思います。

リハビリで行っているレクリエーションは入所者様を対象に、月ごとにテーマを決め、毎週一回、午前中に約四十分実施しています。

内容は、ゲーム的要素が多く盛り込まれる身体を使ったもの、大きな作品、イベントに向けての小物作りなどの手工芸、その他季節ごとに応じた各種活動といった、比較的自由度の高いものを提供しています。そうしたことで参加者の幅も広がります。

7月のテーマは「夏」にちなんだゲームです。なるべく多くの皆様に楽しんでもらおうと、週ごとにフロアを変えて実施しました。

「夏と言え何を思いう出しますか？」といった話題提示に「すいか」「祭り」「夏休み」



「海水浴」と、様々な答えが返ってきました。

夏と言え海！というこ

とで、一種目は磁石の力を利用した魚釣りゲーム。ゲームを始める前に本物の釣り竿を手にとってもらうと、「昔やったことがある」「本物の竿は重いねえ」といった感想が聞かれました。いざゲームが始まると、参加者は釣り竿を手を身を持ち出し、真剣に魚を狙って釣り上げていました。



二種目はスライカボーリング。スライカのビーチボールを新聞紙で転がして、ピンを倒します。身体を前傾させ、ピンをよく見て慎重にボールを転がします。皆様上手にピンを倒していました。たかがゲームされどゲーム。いざ始まってみると、皆様夢中になって取り組んでくださり、普段より動きが良くなるようです。楽しみながら目と手の協調、体幹筋力練習といった要素を取り込む事ができました。

8月はクッキングでパンケーキを焼く予定。作って、食べて、楽しみも倍増です。これからも皆様が楽しみながら取り組めるレクリエーションを提供していきたいと思っています。

(春秋園リハビリ一同)

部 署 紹 介

スポーツリラックス

主任 上坂 裕一

今回は、当院A館7階の健康増進施設「スポーツリラックス」の紹介です。

まず、健康増進施設とは「厚生労働省の定めた運動の安全性及び有効性が確保され、一定の水準を満たした施設」として認定されている運動施設のこと、茨城県内では現在6つの施設が認定を受けています。

病院内の運動施設と聞くとリハビリを行う施設と認識される方が多いかもしれませんが、生活習慣病の予防や日頃の運動不足解消を目的とした一般の方を対象に運動指導を行っています。また病院併設ということもあり、医師の紹介や通院をきっかけに運動を始める方も多く、一人ひとりの目的や体力に合わせた運動のご提案をさせて頂いています。

施設の運営は、常勤スタッフ4名、受付ス



スタッフ1名、スタジオインストラクター20名で行っています。施設内はともアットホームな雰囲気、会員様からは「ここは施設名の通り、リラックスできる場所だよ」という言葉も多く頂いています。「それぞれの目的や目標の達成を目指すしながら、時にひと息できる施設」として、これからも予防医療の観点から皆様の健康をスタッフ一同、全力でサポート致します。最後に施設の見学はご予約なしで承っておりますので、ご興味のある方はどうぞ気軽にお越しください。

Dr趣味リレー

「登山」

研修医 桑川 昂平

無心に登り続けるのが好きだ。故郷の北海道でよく登った大雪山連峰、多くの人で賑わう高尾山、そして病院から望む筑波山。山にはそれぞれ表情があり、それは季節とともに変化していく。木の葉は爽やかな濃緑から、鮮やかな紅に。ときに疎まれる昆虫たちも、山では彼らこそが主役だ。雄大で緻密な自然の造形に、いつも謙虚であることを教えられる。人の命の儚さ、尊さ、登りきったときの達成感、小さな一歩を積み重ねる喜び。登山はいつも私に大切な気づきを与えてくれる。

さて、登山はハードな有酸素運動の一つ。この夏、皆さまどこかの山を登ってみてはいかがでしょう。ただし、熱中症には気をつけてください。



《出来事ピックアップ》

院内研究発表会

7/6 7/7

当院では、年2回の院内研究発表会を開催しています。



各部署で臨床研究を行い、その成果をプレゼンすることで、職員の知識や職務の質の向上につながります。今回の発表会で全12部署の発表があり、優秀演者が2名選出され、8月1日の全体朝礼にて亀岡病院長より表彰されました。

《優秀演者》

・看護部 A6階病棟 坂巻 香織

・看護部 B6階病棟 本橋 久美子

七夕

7/7

7月7日マリアホールで七夕集会を行いました。最初は年長児が明かりのともった提灯を

持って

(ほたる

こい)の

歌と共に

入場しま

した。暗

いホール

に提灯と

あんどん

の明かり

が微かに

浮かび上

がり、何とも幻想的な雰囲気

でした。次に保育士による人

形劇「七夕物語」を見ました。

短冊に書いたみんなの願い事

がどうぞ叶いますように。



(小田木)

編集だより

青空に向って、ぐんと伸びたひまわりの花。力強く大きく咲く姿を見ていると、元気が出て来ます。暑い毎日が続いています。体調を崩さぬようにお気をつけ下さい。

(A・M)

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

