

ブルーサークルランチ 11月13日～19日は「全国糖尿病週間」

「世界糖尿病デー」の11月14日を含む1週間は「全国糖尿病週間」です。亀田総合病院Kタワー13階「レストラン亀楽亭」(営業時間11:00～19:00)では、この期間中、当院栄養士監修のヘルシーメニュー「ブルーサークルランチ」を、1日20食限定で提供いたします。

※13日(日)は定休日のため、14日(月)からの提供となります。



メニューの特長

今年のテーマは「コロナに負けない免疫力upの糖尿病食 一腸内環境を整え、体を温める食材」です。野菜やきのこをはじめとした、免疫力を高めるために必要な栄養素が含まれる食材を多く取り入れ、ウイルスに負けない体づくりを支えます。また、目でも楽しんでいただけるように、彩り豊かな献立となっています。



飲み物とデザート付きで1,500円(税込)

bayfm「MEDICAL UPDATES」

FMラジオ局ベイエフエムの午後のワイド番組『it!! (イット)』では、毎週火曜日の午後3時から、当院のスタッフが出演する「MEDICAL UPDATES」のコーナーが好評放送中です。11月も脳血管内治療科部長の門岡慶介医師が、「脳の血管にまつわる疾患」をテーマにお話いたします。

10月中旬から12月末にかけて、E棟(救命救急センターを含む建物)の改修工事を行っています。工事期間中は駐車場の一部エリア(E棟の海側に面した一帯)が利用できなくなりますが、駐車スペースは30台以上確保されています。騒

音が発生するほか、工事関係者の車両が出入りしますので、近くを通る際は十分ご注意ください。

患者さまやご家族の方等にご迷惑をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。



停電のお知らせ

高圧電気設備定期点検のため、下記の通り停電が発生します。停電時はエレベーターが使用できないほか、各店舗の営業態勢も変わります。皆様にはご不便をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

■11月5日(土)は9:00～12:00で**B棟**

13:30～16:30で**A・L棟**が停電

「亀田ヘアケアステーション(スヴェンソン)」(定休日)

「ミコミコ」(臨時休業)

※クリニック1階カハナカフェも臨時休業

「ローソン」(通常営業)

■11月6日(日)は13:30～16:30で**S棟**が停電

「ル・ペイザージュ」(9:00～13:00まで営業)

※Kタワー5階美容室(13:00から休業)

「コインランドリー」(13:00～16:30機械運転停止)

※停止前最終投入時間(洗濯機11:30 乾燥機12:00)

■11月12日(土)は13:30～16:30で**Kタワー**が停電

「亀楽亭」(11:00～13:00営業 ※ラストオーダー12:30)

TAKE OUT(11:00～12:30 ※ラストオーダー12:30)

「オリオリ」(11:00～13:00まで使用可能)

「デリカ」(11:00～13:00まで営業)

「タリーズコーヒー」(7:30～13:00まで営業)

「介護ショールーム・パオラ」(9:00～13:00まで営業)

「亀田ホームケアサービス事務所」(通常営業)

「亀田ホームケアサービス居宅介護支援事業所」(通常営業)

5階美容室(13:00以降ル・ペイザージュで施術対応)



救急外来・発熱外来をご利用の方へ





漢方のチカラ

東洋医学診療科 南澤 潔

第12話 (最終回) 漢方という選択肢

さて、これまで11回に渡って漢方の歴史や考え方をご紹介してきましたが、最後にちょっと怖い話もしなければなりません。あらゆる医療がそうであるように、漢方といえども副作用や過敏反応のリスクと無縁ではられません。

「天然だから、安全」や「効果が穏やかで副作用がない」と思っている方もいらっしゃると思いますが、世の中にはピーナッツや蕎麦のアレルギーが命にかかわる方もいます。基本的には安全性の高い漢方ですが、比較的稀ながら副作用はあります。前回ご紹介した芍薬甘草湯など、多量に摂り過ぎると身体がむくんで血圧が上がったり、電解質が乱れて体に力が入らなくなったりすることがあります。原因となるのが「甘草」という生薬で、ほとんどの漢方薬に含まれています。専門の医師の処方以外で長い間何種類もの漢方薬を同時に飲み続けるとリスクが上がります。

そもそも漢方薬は一つ一つが完成したレシピであり料理のようなもの。複数の漢方薬を組み合わせる相性はかなり難しいものです。それぞれが美味しい和食とフランス料理と中華料理を、同じ器で混ぜたらどうなるか？と考えてみればお分かりいただけるでしょう。

漢方薬の副作用や過敏反応は他にもいくつかあるのですが、ぜひ覚えておいていただきたい生薬が「黄芩おうこん」です。非常に稀(数万人に一人くらいの割合)ですが体質的に、肺や肝臓に命にも関わりかねない異常が現れる方がいます。黄芩は誰でも買える市販の漢方薬にも含まれていることが珍しくなく、知らずに摂取されている方も多いと思いますので私は非常に危惧しています。ご自分が飲まれる薬にこの生薬が入っていたら、妙な空咳・息切れ・異常なだるさ・原因不明の微熱などの症状が出てこないか注意して、変だと思ったらただちに受診するようにしてください。

もちろんこういう体質の方はめったにおられませんし、異常が出て早期に見つければすぐに改善するの



ですが、できればこのようなリスクのある薬はきちんと医師にかかって、注意深い観察のもとで使うのが安全だと思います。

さて、この「漢方のチカラ」シリーズも今回が最終回です。

人間というたくさんの細胞から成り立つ極めて複雑な生命体を完全に理解するには、我々の科学はまだまだ不十分です。漢方はいくつもの生薬を組み合わせたこれまた極めて複雑な構成の薬を用いて、おそらく一つ一つは小さな薬理作用をたくさん同時多発的に作用させることで、超複雑な生命体「人間」を全体として都合の良い方向に変化させていく治療術です。

2,000年も昔の医療体系ですから、なんでもできるわけではありませんし、残念ながらすべての患者さまを救えるわけでもありません。ただ、おそらく多くの方が思っておられるよりもずっと強力で、うまく使えばかなりの方に役立つことを日々実感しています。

ときどき患者さまから「西洋医学には命を救ってもらったけど、漢方には人生を救ってもらった」と言っていたことがあります。そんな大げさな…といささか恐縮してしましますが、命に関わるわけでもないし、そこまでツラそうに見えない、例えば「なんとなく胃が重い」とか「胸が痞つかえる」であるとか、「なんだかいつもだるい」「すぐ風邪を引く」など、いうなれば「些細な症状」のために何年間も外出を控えて家に引きこもってしまったり、そんな症状でいつもツラそうだと家族も気を遣ってしまい、家の中がいつもお通夜のような状態など、我々医療者からすると「この程度の症状でそんなに?!」と想像もつかないほど患者さまの生活の質(QOL)が低下し、その影響が身近なご家族の生活までも暗いものにしていたりすることに驚くことがあります。

当科での治療で元気になられ「先生、ン十年ぶりに旅行に行ってきました!!」と嬉しそうに報告してくれる患者さまも、最初にいらした理由は「なんとなくだるくて胃が重い」だけという、医学的には「些末な」理由でした。また、大したことはないけれど、いつもだるさやイライラが気になって何をする気にもならず「自分の人生はもう終わりなのだ」と諦めていたという患者さまは、漢方治療でお元気になられるとボランティア活動を再開されるなど生き生きと日々を送られるようになったとのことでした。

「こんなことで病院に行っても…。でもこれがなければもっと日々を快適に過ごせるのに」と悶々としておられる方、もしくは身近にそういう方がいらしたら、ぜひ漢方という選択肢があることを教えてあげていただきたいと思います。