

私たちの窓は、いつもみなさまに開かれています



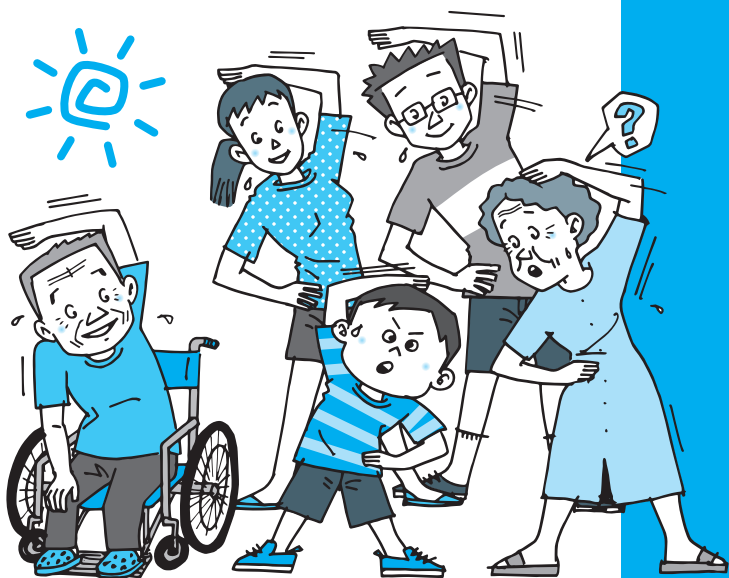
2023年  
9月1日発行  
No.519

September

9

## 特集 わが街で健康に暮らす 20 健康の情報がありすぎて、 困ってしまいます P-1

- インフォメーション P-3
- 診療科・センター紹介 てんかんセンター P-5



### 病院理念

私たちは利用してくださる方ひとりひとりのために最善を尽くすことに誇りをもつ



社会福祉法人 聖隷福祉事業団  
総合病院 聖隷浜松病院

# 健康の情報が ありすぎて、 困ってしまいます

超高齢社会になった今では、地域で暮らす一人一人が健康意識を持つ必要があります。このシリーズでは、毎回健康に関するキーワードを取り上げ、住んでいるこの場所で健康に暮らすための方法を、一緒に考えていきます。



## 健康情報があふれている

昨今、テレビやネットなどでさまざまな健康情報が目に入ってきます。そのためか、実際の診療でも「○○を摂取すると脂肪が落ちますか?」や「□□を飲んだ方が病気の予防になりますか?」などの質問を受けることがあります。そこで今回は、巷にあふれる健康情報の吟味方法を、健康の定義から考えてみます。

## 健康とはどのような状態か

そもそも健康とはどのような状態でしょうか。真剣に考えてみると難しい質問です。予想される答えとしては、「長生きすること」「病気が治ること」「痛みがないこと」…などでしょうか。

実は、世界保健機関(WHO)では健康を、「病気でないだけでなく、肉体的にも精神的にも社会的にも、全てが満たされた状態」としています。つまり肉体的に問題がなくても、精神的や社会的に不安を抱えている状態は、健康とはいえません。

## 健康とは病気でないことではない

ここで注目すべきは、健康とは「病気でないことではない」と明記している点です。例えば「○○が認知症に効果がある」や「□□でがんが予防できる」などの情報は、病気でない状況を健康と定義して改善を試みています。そのため、ほとんどの健康情報がWHOの定義する健康とは少しずれてしまいます。

以前(2022年9月号)にも書いたように、特定の食物が

健康につながるエビデンス(科学的根拠)はほとんど見当たらない状況ですが、百歩譲って「効果がある」としても、「肉体的、精神的、社会的に満たされた状態」になるかどうかのエビデンスはありません(必ず「個人の感想」は掲載されていますが…)。逆に、特定の食物を食べ続けなければならないことで、精神的に苦痛を感じたり金銭的に負担が生じたりすれば、本来の意味での健康にはほど遠くなってしまいます。

## 情報を選ぶために

さらに、その健康情報は「全ての人に適用できるのか」という問題もあります。特定の病気を予防する食品は、その病気にかかっている人やその予備軍の人たちにとっては大切な情報ですが、全ての人に適用するわけではありません。ある病気の予防をするために他の病気が引き起こされることも十分に考えられます。

そのため、健康情報をうまく選ぶ必要があり、重要となる「肉体的、精神的、社会的に満たされた状態」になりそうかどうかを、考えてみることも一つの手段だと思えます。

文責:総合診療内科 主任医長 本間 陽一郎



### ◆今月の色: 収穫の秋

静かに揺れるススキの月影。ふう、今年も酷暑を乗り切った…まだまだ歳には負けずに(9月18日は敬老の日)



## インフォメーション 満足度調査のお知らせ

患者さんのご意見を病院運営に活かし、病院サービスの改善に取り組むことを目的に、下記の日程で調査を実施させていただきます。ご協力のほどよろしくお願いたします。

### 外来調査

- ▶実施期間  
9月4日(月)～15日(金)
- ▶対象者  
期間中に外来受診される患者さん
- ▶実施方法  
外来スタッフより調査票を配布

### 入院調査

- ▶実施期間  
9月1日(金)～30日(土)
- ▶対象者  
期間中に退院される患者さん
- ▶実施方法  
病棟スタッフより調査票を配布

お問い合わせがいつでも気軽に!

## チャットボットを導入

このマークが  
目印



チャットボットって何?



皆さんからの質問を  
ロボットが自動でお答えするシステムです



何を答えてくれるの?



受診や入院、支払いなど  
よくある質問を中心にお答えします



どうやって使うの?



SEIREIアプリや病院ホームページからご利用いただけます。知りたいことを、項目選択またはキーワード入力してください。いつでもご質問をお受けします!



【SEIREIアプリ】院内無料Wi-Fiへ接続、最新情報の配信、また動画やブログなども簡単にご覧いただけます。ここからアプリをダウンロードし「聖隷浜松病院」を登録して、ぜひご利用ください。



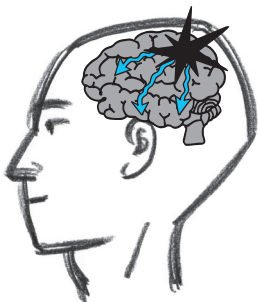
### 新任 医師紹介



心臓血管外科  
ヤシマ マサフミ  
八島 正文  
福島県立医科大学  
(1991年卒)

# てんかん センター

## てんかんの現状と対策 ～明確な診断、 適切な治療への道～



### てんかんとは

てんかんは、脳神経細胞の一部が一時的に異常な電気活動を示し、突然の発作を引き起こす神経系の疾患です。その表現はさまざま、意識消失、全身性けいれん、意識減損（奇行と捉えられることがあります）や小児期などはスパズム※などがあります。この病状は、時に生活を大きく制約することもあります。小児期に発症することが多いですが、最近では高齢者人口の増加に伴い高齢発症のてんかんも多く、診断・治療は非常に重要となります。しかしながら、その診断は時として難しく、間違った解釈や治療方法が選ばれることもあります。



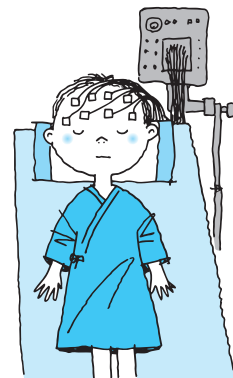
てんかんセンターでは、2023年4月から小児神経科の沼本真吾医師も新たに加わりより充実した診療を提供しています。

※筋肉が意図せず収縮すること

今回、「てんかんの現状と対策」をテーマに市民公開講座を開催します。講座では、てんかんの曖昧な診断を避け、明確な診断と適切な治療について深く探求します。特に、小児期発症のてんかんについて、診断・治療が十分に行われていない現状を改善するべく説明をします。加えて、失神や一過性意識消失についても取り上げます。これらの症状が深刻な疾病の前兆である可能性を念頭に、曖昧な解釈を避けることが重要です。

この講座を通じて、てんかんについての理解を深め、適切な治療への道筋を示すことを目指したいと思います。皆様のご参加を心からお待ちしております。

文責：てんかんセンター長 藤本 礼尚



### イベント情報

申込不要・参加無料

オンライン開催

## てんかんセンター市民公開講座2023

テーマ：てんかんの現状と対策  
～明確な診断、適切な治療への道～

- ▶ 視聴期間… 9月9日(土) 10:00～10月8日(日)
- ▶ 視聴方法…「病院ホームページ」またはYouTube「聖隷浜松病院チャンネル」からご覧ください。
- ※詳しくは、病院ホームページをご覧ください。➡
- ▶ 問い合わせ… 学術広報室

TEL 053-474-2753 (平日9:00～17:00)





# 聖隷浜松病院からのお知らせ

## 初診の方へ

### 紹介状をお持ちください

紹介状及び予約が必要な診療科(紹介予約制)がありますので、事前にご確認ください。なお、当院を受診される際に、他の医療機関からの紹介状をお持ちでない場合は、初診に係る選定療養費として7,700円(税込)を別途負担いただいています。原則としてかかりつけ医からご予約をお取りいただくようお願いいたします。患者さんから予約する場合は診療科・担当医をご確認のうえ、下記までご連絡ください。

▶ 地域医療連絡室 (JUNC) ☎053-474-8801

(月～金曜 9:00～17:00、土曜 9:00～12:00 / 祝日を除く)

## 再診の方へ

### 予約変更のご案内

予約変更は、適切な診療提供に支障をきたすおそれがあります。やむを得ず予約変更を希望する場合のみ、下記までご連絡ください。

- お手元に診察券・予約券等をご準備ください。
- 時間帯によってはお電話がつながりにくい場合があります。
- 変更の際は医師等に確認が必要なため、お時間や日数がかかります。

▶ 外来受付センター ☎053-474-0100 (月～金曜 9:00～16:45)

## 産科の受診をお考えの方へ

妊娠検査薬等で妊娠が確認できれば、紹介状は不要です。受診希望日の7日～10日位前までに、下記までご連絡ください。

▶ 産科外来(直通) ☎053-474-3067

(月～金曜 14:00～16:45 / 祝日を除く)

## 面会の方へ

現在、面会に制限があります。詳しくはホームページをご確認ください。

面会時間…月～金曜 14:00～20:00、土曜・日曜・祝日 10:00～20:00

- 院内感染予防の目的で、以下の症状がある方には、面会を遠慮いただいています。  
発熱 / 咳・痰 / 原因不明の発疹 / 嘔吐・下痢

## ご来院の方へ

駐車場の収容台数に限りがあり、大変混み合いますのでなるべく公共交通機関(電車・バス)をご利用ください。

## 医師との面談時間について(ご協力のお願い)

原則、平日(月～金曜)8:30～17:00です。

- 緊急の場合は、この限りではありません。
- 医師の都合(外来診療や手術の延長等)により面談が上記時間外になる場合もありますが、ご了承ください。
- やむを得ない事情がある場合は、ご相談ください。



Organization Accredited  
by International Organization for Standardization  
ジョイント・コミッション・インターナショナル認証  
日本医療機能評価機構認定  
地域医療支援病院



社会福祉法人 聖隷福祉事業団

総合病院 聖隷浜松病院

〒430-8558 浜松市中区住吉2-12-12 ☎053-474-2222  
発行責任者 院長 岡 俊明

ホームページ

<https://www.seirei.or.jp/hamamatsu/>

聖隷浜松病院

検索