

暑さが日ごとに加わってまいります。暑熱耐えがたきこの頃、くれぐれもご自愛ください。

《薬剤科》

## 健康食品ってどんなもの？

テレビ、雑誌、新聞、インターネットなどで毎日目にする健康食品。市場にはさまざまな健康食品が流通していますが、健康食品が原因で体調を崩す事例なども出てきており、注意が必要です。あられる情報にふりまわされず、健康食品について正しく理解しましょう。

①健康食品を買う前に「本当に必要かどうか」考えてみましょう。

飛びつく前に、よく考えよう！

健康食品の包装には栄養成分表示がありますが購入を考える前に「本当にその食品が必要かどうか」冷静に考えることが大切です。



天然・自然の素材  
だから安全・安心



健康食品で  
病気が治る！



体験談が  
こんなにたくさん！



有効成分が入っているから効果がある製品？



「専門家」「有名人」が  
言っているから安心！



②薬と併用しない。

### 薬 + 健康食品 = とても健康に良く、病気が早く治る？

と考えると、薬と健康食品を同時に摂取している人がいるかもしれませんが、やめましょう。健康食品の成分によっては、薬の効果が弱くなったり、副作用が強まったりすることがあり、そのような事例が多数報告されています。

- 薬を飲んでいる人は、健康食品を摂取しない。
- どうしても健康食品を使うのであれば、医師・薬剤師・アドバイザリースタッフなどに相談する。
- たとえトクホでも、薬のような効果を期待しない。表示されている「適切な使用方法」「使用上の注意事項」をよく読んで守る。  
「医師・薬剤師に相談を」と書いてある場合は医師・薬剤師に相談する。



※アドバイザリースタッフとは、健康食品やサプリメントについての正しい知識を持ち、身近で気軽に無料で相談を受けてくれる、民間の資格をもった健康食品の専門家です。

参考資料：厚生労働省医薬食品局食品安全部 健康食品の正しい利用法より

## ● 診療科紹介 ●

### 〈内科〉

○ 診察医は杉山照幸院長、岩手医科大学等からの応援医師です。

全身を対象に、問診、視診、触診、検査などを通して診断を行い、薬の投与や生活指導により治療を行っております。原因が分からない体調不良時にはまず内科の受診をお勧めします。

■ 診察は月曜日から金曜日の午前中です。診察受付は8時30分から11時となっております。

### ● 企業・団体向け『出前健康講演会』のご案内 ●

出前で健康講演会を実施します。職場で健康診断は毎年実施されていますが、「要治療」「要精密検査」の項目がありながら受診せず放置している方はいませんか？従業員の健康を守るためにも、健診後のフォローが大切です。少しでも受診勧奨の手助けになればと思いますので、是非ご活用下さい。



- ・経費は無料
- ・夕方の概ね1時間程度の講座を予定
- ・開催場所は、企業等内の施設をお貸し下さい（会議室など）



### 大東病院 外来診療予定表

【受付時間】午前 8:30 ~ 11:00 午後 2:00 ~ 4:00 【休診日】土・日・祝祭日、年末年始 (令和6年7月1日現在)

診療科	午前 午後	月	火	水	木	金
内 科	午前	杉山 照幸 (検査)	杉山 照幸	杉山 照幸	杉山 照幸	杉山 照幸
		田村 龍史	田村 龍史	田村 龍史	田村 龍史	田村 龍史
	午後	土井尻 遼介			下沖 収 (応援:岩手医大) ※第1・3週	加藤 博孝 (応援:磐井病院) ※第2・4週 (禁煙外来)
		勝又 宇一郎 (応援:胆沢病院) ※第2・4週			佐々木 崇 ※第2・4週	
外 科	午前	藤井 大和	藤井 大和	藤井 大和	藤井 大和	藤井 大和
	午後	—	—	阿部 隆之 (応援:磐井病院) (予約診療) ※第1・2・3・5週(オンライン) ※第4週(対面)	—	—
皮膚科	午前	—	—	見坊 公子 (予約診療)	—	—
脳神経内科	午前	土井尻 遼介	—	—	—	—

- 初診、再来とも予約なしでも受診ができます。（※皮膚科の受診は、予約が必要です）
- 他の医療機関の紹介状がなくても受診ができます。  
※選定療養費（紹介状なしで受診した患者さんにご負担いただく費用）はかかりません。  
ただし、他の医療機関で治療中の方が当院で引き続き治療を希望される場合、紹介状をお持ちくださるようお願いいたします。
- 当院は、血液検査装置、超音波検査装置、CT装置等を有し、各種検査に対応しております。

※ 受診についてご不明な点など、お聞きになりたい方はお問い合わせください。