



## 在宅医療の取り組みを中国で紹介



中国・网易ホームページより

当社の提携医療機関である医療法人 芳縁会(仙台市)の賈雯婷(ジャ・ウェンティン)医師・理事長がこのたび中国陝西省の銅川市で開かれた国際投資経済貿易協力会議で講演を行いました。

賈理事長は脳神経外科医で中国湖南省出身、東北大学医学部を卒業後、東北地方の複数の中核病院勤務を経て、仙台市で医療法人芳縁会を立ち上げ、在宅療養を支援するための訪問診療に取り組んでいます。



賈雯婷

(ジャ・ウェンティン)

中国湖南省出身

2011年東北大学医学部卒業、2013年より東北大学病院、東北地方の複数の中核病院で脳神経外科医として勤務。2020年に芳縁在宅診療所を設立、2023年より医療法人芳縁会理事長を務める。

芳縁会は地域に密着した医療サービスだけでなく、遠隔診療や英語・中国語による多言語対応などによっても地元から高い評価を得ています。今年5月には賈理事長がNHKラジオに出演し、来日から在宅医療を始めるまでの経緯、在宅医療の現状などについてのインタビューを受けました。

現在、中国では急速に高齢化が進んでいます。中国では老人ホームが少なく、伝統的な家族観から高齢者は自宅で生活することが一般的であるという社会背景もあり、老人医療と介護の問題は深刻です。今回の講演では日本の在宅医療と介護事業の現状を紹介し、中国の医療関係者と情報を共有することができました。将来的には医療面において中国との協力関係を構築することが期待されます。

また、今回の講演の様子は中国の新聞、テレビ、ネットニュースで取り上げられ、幅広く日本での在宅医療の取り組みを伝えることができました。

## ヨーグルトのようで少し違う！？ケフィアで「腸活」

ヨーグルトに似た発酵食品であるケフィアがいわゆる「腸活」により注目されています。ケフィアは世界有数の長寿地域であるコーカサス地方の発酵食品です。見た目はヨーグルトに似ていますが、含まれる菌や発酵の過程に違いがあります。どちらも牛乳を原料としていますが、ヨーグルトが乳酸菌の働きで発酵するのに対して、ケフィアは乳酸菌と酵母の働きで作られます。



ケフィアは腸内環境を整え、免疫力や肝機能を高める、胃液の分泌を促す、コレステロールや中性脂肪を減らすといった、さまざまな美容効果と健康効果がわかっています。

ケフィアは低温でも発酵が進んでしまうため、ヨーグルトのようにパック詰めで販売されていません。発酵によってガスが発生して、容器が破裂してしまう可能性があるためです。そのため、専門店やネットなどで種菌を購入して自分で手作りするのが一般的です。(海外では容器に穴を開けることが容認されている場合があるようです。)

腸内にいる善玉菌の割合は人によって異なるので、どの乳酸菌が有効なのか人もによって様々です。ヨーグルトであまり効果が感じられない場合はケフィアを試してみるのも一つの方法です。

MINTECH

株式会社ミンテック

〒136-0071

東京都江東区亀戸1-38-6-1501

TEL 03-5812-4560

FAX 03-6284-2257

E-mail: info@mintech.ne.jp

https://www.mintech.ne.jp/

**編集後記**  
今年の夏は記録的な猛暑です。夜間熱中症のリスクを避けるために睡眠時もエアコンをつけるようになった方も多いのではないのでしょうか。  
睡眠時にエアコンをつける場合は、いわゆる寝冷えに注意が必要です。寝冷えを回避するためには、設定温度を高めにする、長袖ズボンを着用する、薄い布団などをかける等の対策をした方がよいようです。  
また、枕元に常温の水を置いて水分補給の準備をしておくことが推奨されています。  
エアコンを上手に利用して暑い夏を元気に乗り切ってくださいね。



MINTECH  
水素発生器  
MT-A100