



VII. 健康食品管理士になって

興梠 功

(宮崎県済生会 日向病院 臨床検査科)

1. はじめに

私は臨床検査技師として勤めていますが、患者さんと関わる機会というのは他職種と比較しても少ないと言えます。

私自身、健康食品管理士の資格を取得したもののどのようにして活かしていったら良いのか、また、他の健康食品管理士の方々はどのような活動をされているのか、という事が常に気になっていました。今回会報への執筆依頼のお話を頂き、私と同じように活動に悩んだり、模索されている方へ、少しでも私の活動や体験が参考になればと思い寄稿させていただきました。

2. 勤務地および自己紹介

私は、宮崎県東臼杵郡門川町にあります済生会日向病院臨床検査科に所属しており、透き通ったきれいな海や、大自然に囲まれて日々のどかな雰囲気です。

趣味は、スノーボード、ゴルフ、トレーニングジムに通うことです。特にトレーニングに関しては10年以上継続中です。健康面には人一倍気を付けているつもりです。

3. 勤務内容

私は当施設内で超音波検査を中心に、一般検査、血液検査、輸血検査、生化学検査等色々な検査に携わっています。15年ぶりに福岡から宮崎に帰ってきて、当施設での勤務はまだ日が浅いため日々業務に奮闘中です。ちなみに専門は循環器系の検査ですが、現在は消化器超音波検査を中心に頑張っています。

残念ながら現在は健康食品管理士としての活動が思うようにできていません。

4. 健康食品管理士を目指した動機

私は元々栄養や運動に関係することにはとても興味がありました。以前勤めていた病院で、健康食品と医薬品を同時に摂取している患者さんがたくさんいるという現実を目の当たりにしたこと、また、技師会誌に健康食品管理士の情報が掲載されていたことがきっかけで、患者さんが誤った健康食品の摂り方をしないようアドバイスできないかと思い資格取得を目指しました。

私は大卒ではないので通信教育を受け、日々健康食品の知識や興味を高めながらとても楽しく勉強することができました。恥ずかしながら資格を取得するまでは、健康食品は医薬品と違って安全で1度に沢山摂取すればするほどより効果が高まるのではないかと思っていました。健康食品管理士の勉強をすることで、健康食品は必ずしも体に良いことばかりではないということ学びました。

5. 健康食品管理士になって

以前福岡の病院で勤務していた時、心エコー検査の際、血圧等の状態も含めて会話をする機会が多かったため、患者さんから健康食品について相談を受けることが度々ありました。はじめは検査技師という立場のため発言を控えていましたが、そういう機会が増えるたびに健康食品管理士の資格を活かしたいという思いが強くなり、勇気を出して病院側へ一度『健康食品についてアドバイスしてもよいですか』と相談することにしました。

はじめは『そんなことして意味があるのか・・・』等と批判を受けましたが、『健康食品とは・・・』『健康食品管理士とはどのような集団なのか・・・』等を詳しく説明していくことで約1年間の努力が実り、理解を得ることができ、活動の第一歩を踏み出すことができました。

その後、院内ポスターにて『健康食品管理士が在籍しているためお気軽にご相談ください』という案内を提示し、月に数件ではありましたが関わっていくことができました。

6. 身の回りで健康食品を摂取している人達の現状

実際に関わった患者さんの1例をご紹介します。

心エコー検査中、高血圧治療中の80代女性の患者さんから、『最近血圧が下がりすぎて体調が悪いんですけどどうしてでしょうか?』と相談をうけました。

毎回検査時に血圧手帳を確認するのですが、常に心臓の状態には変化はないが収縮期血圧が130台前後で調整されていたのが降圧剤を何回変更しても80~90台と低くなっていることが多い状態でした。

患者さんに話を伺うと、『黒ゴマが血圧を下げる効果があると知り、血圧の薬と一緒に摂取している』ということがわかりました。

患者さんへ、もしかしたら黒ゴマと降圧剤の相互作用が原因で血圧が下がりすぎているのかもしれないということをお話し、ゴマの摂取を止めてみてはどうかとアドバイスしたところ、その時から止められるということでした。

また、主治医にゴマのサプリを摂取していたことは伝えていないということだったため、今後健康食品を摂取する際は一度主治医に相談することをお話しました。

1か月後の検査の際には『体の調子が良くなりました』と笑顔で話され、収縮期血圧は以前の120~130台に戻っており順調に経過されていました。

今回は1例ですがこれまで関わった方の多くは今回のケースと同様、元々医薬品をベースに内服しており、医薬品の作用に類似した作用を期待できる健康食品を摂取されていたという割合が多かったように思います。

その関わりを通して、

- ・健康食品という名のつく物は体に良いもの。
- ・薬よりも安全で手軽に手に入れることができる（ドラッグストアや通信販売など）
- ・医薬品と同時に摂取したらより効果が期待できる

という消費者の考えが背景にあるということを実感しました。

消費者の方に正しい知識を持って健康食品を摂取して頂くために、消費者一人一人の思いや考え方、体調面などをできるだけ親身になって聞ける環境を作り、適切な情報を発信していけ

る活動をしていきたいです。

おわりに

私は健康食品管理士を取得後、なかなか患者さんと関わる機会の少ない職種でありながら幸運にも関わる場があったことで活動することができたと感じています。

実際の現場では業務に追われる日々であり、なかなか資格を活かすことが出来ないため、仕事外でも資格を活かせる環境があるともっとたくさんの健康食品管理士の方々が活動でき、その活動を通して自己研鑽に努めることに繋がり、もっとすばらしい集団になっていくのではないかと思います。