

1月 木曜 定休 2024

日	月	火	水	木	金	土
31	1	2	3	4	5	6
7	8午前診療	9	10	11	12	13
14院長不在	15	16	17	18	19	20
21	22午前診療	23	24	25	26	27
28	29	30	31	1	2	3

日曜・祝日は午前診療
トリミング 日 月 火 金 土

2月 2024

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11院長不在	12午前診療	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23午前診療	24
25	26	27	28	29	1	2



↑↑
ペット中医学
ご案内動画

中医学の強みは病気になる前から何かをするだけではなく、病気になる前や、なってしまったあとに体づくりができることです。サプリメントなど色々ありますが、千年以上の歴史が有効性の違いと思います。しかしながらその中には生活改善など、複合的な要素も含まれます。一緒に頑張りましょう。



ゆうメール

ひびき動物病院 かわらばん 2024年1月 第84号



こんにちは。岡田響です。明けましておめでとうございます。

地震や飛行機事故ではじまる大変な年明けとなりました。被災された方々には心より御見舞申し上げます。無事をお祈りしております。自分たちは何かできる支援をして、普段の日常生活ができることに感謝をしながら、今年も一歩ずつ一生懸命まえに進むことを考えていきたいと思います。宜しくお願いします。

年末は例年よりも暖かく、過ごしやすかったと思います。チラチラと梅が咲いているところも見つかりますね。年明けから寒さが例年通りくらいになってくると、調子を崩して来院してくる子が見えています。寒さは中医学だと寒邪っていう悪い要素でもあり、体の負担が増えますので、ヒトも動物も寒さ対策を継続してくださいね。ヒトは体を温める旬な食べ物、かぶ、かぼちゃ、りんご、黒い色や暖色（例えば黒糖、黒ゴマ、鮭など）の食べ物もいいですよ。ペットに与えるときは塩分の濃いのはやめておいて、ひと口ふた口程度のごく少量くらいからにしてみてくださいね。おいしいのを覚えるとそればかり要求されるようになり、偏食になってしまうと本末転倒です。

災害が起きると、製造業関連や物流が滞ることがあります。年末は災害の前であってもお歳暮などの影響で、今までと同じ物流が見込めない状況がありました。今後も様々な場面でこのような状況があるかもしれませんので、災害対策の非常食なども含めてストックを用意したり、食材や必要なお薬は早めか余分にご用意頂くようにしておくほうがいいかもしれませんね。

JALの飛行機事故では、ペットが救出できずに議論となっていましたね。現在のルール上では、飛行機搭乗時における緊急脱出時には手荷物を一切持って出ることができません。他の人の脱出の妨げになるからです。ペットも同じ理由で、客室にいる場合でも運び出すことができません。これから色々議論されていくと思いますが、ペットと一緒に飛行機に乗ることがある人は、覚えておかないといけません。ペットと移動するときには、天候等での欠航時にどうするか？も少し想定しておきましょう。



珍しい10円玉
昭和64年
当時は院長は
高校生でした。
平成の最後は
何年？

フードの日 (日曜日)
事前注文：月～水
購入：注文後の日曜日
10%割引で買えます
LINEで注文お気軽にどうぞ

Instagram



HIBIKIAHST

LINE



*いつもと違うな？と感じたら、翌日にはご連絡ください。

ひびき動物病院 TEL045-832-0390

〒235-0045 横浜市磯子区洋光台6-2-17-102

午前9～12時 午後4～7時 受付30分前まで 予約制



ブログ

暖かい冬、虫たちも活動を継続中

年末のお休みの日に家族がお掃除していた時に、部屋の中でなんとマダニ発見！ええっ？とも思いましたが、その日の気温は15度以上で、ジュア君とお散歩で円海山のふもと辺りにお散歩に行った後のことでした。気温が13度を超えると、ノミやマダニは活動が活発になると言われています。毎月きちんと予防薬をあげていますので、予防はできているのですが、今年はこの時期もマダニが活動しているようです。いつも皆さんにおススメしている予防は12月までです。今年は暖かくて、期間が足りない可能性があります。蚊はあまりみないので、フィラリアよりは、ノミとマダニ。普段お外にお散歩に行っているわんちゃんは、ノミ・マダニの予防薬を少し余分にやってください。13度を超えるのがどのくらいの期間になるかになりますが、このまま暖かくなるなら、一年中やらないといけなくなるかもしれませんね。。。ノミ・マダニ予防薬は、今まで通りの月に1回のお薬をおススメしています。効果的で確実性もあるので、飲ませるタイプのお薬が安心です。

「○○○って食べさせても大丈夫ですか？」
という質問に、この本をおススメします。

ちよくちよく頂く質問なのですが、その答えを出すために私も情報の確認をするための1冊です。最近行った中医学の講習会で出会った先生に教えてもらいました。アマゾンなどで普通に買えます。以前は本屋さんで買った人の食材の本を使用していましたが、こちらの愛犬用の方が使いやすいです。「医食同源」、「薬膳」、「中西結合医学」などという単語も並んでいる本ですが、これらの食材の意味を理解していくと、勉強しながら、自分たちヒトにもそのまま応用が可能になります。注意点としては、一度に急に色々変えたりするのではなく、トッピングなどからはじめることです。個々の体質や体調、栄養バランスを考えながら、ヒトもペットもお互い楽しむ、というのが大事です。やりすぎちゃうと、わんちゃんのわがままが色々出てくるかもしれないので、徐々に慣らしていってくださいね。



日明けまして おめでとうございます！

去年は31日も1月1日も出勤していたので、

年が明けた！という実感があまりなかったです(笑)

今年はおもちを買ってしまい、去年の残りしか

食べる事ができず、1コしか食べられませんでした...

買い足せばいい話なのですが、お正月が過ぎる

とあまり気分が乗らず...来年はいっぱい食べたい

なぁと新年早々に考えてしまいました(笑)

片倉

新しい年が明けました。

本年も皆様の笑顔を守れるよう、がんばって
いこうと思います。どうぞ宜しくお願い申し上げます！

毎年作っていたおせち。昨年、一昨年と「たまには外の人で作ったものを食べてみたい！」という事で作りずには購入してみました。結局「あーでもない、こーでもない」言いながら作ることが楽しかったんだなと思いました。やはりきれいな盛り付けで種類が豊富で美味しかったです！
磯部

かわらばんやメールなど当院からのお知らせが不要な方は
こちらのQRコードスキャン画面よりお知らせください。
(HPトップページの下部からも解除画面に行けます)
ご連絡いただきましたら速やかに停止させていただきます。



ペット飼育と認知症リスク

～犬飼育高齢者は、認知症発症するリスクが40%低下～



地方独立行政法人 東京都健康長寿医療センターから、「ペット飼育と認知症発症リスク」に関する研究論文が、Perventive Medicine Reportsという予防医学の科学誌に発表されました。ペット飼育と認知症発症との関連性についての発表は、本邦が初(学術論文として初ということだと思います)らしく、身近な話題なので抜粋し紹介します。

*この研究は、犬を飼うことは、定期的な運動習慣の存在と社会的孤立の欠如を通じて、偶発性認知症に対する保護効果がある可能性があり、それが虚弱、障害、および全死因死亡のメカニズムを説明できる可能性がある、という仮説のもと進められました。この前向き研究では、犬や猫の飼い主の身体的、社会的、心理的特徴に基づく傾向スコアマッチングを使用して、犬や猫の飼い方と認知症の障害との関連性が調べられました。犬や猫の飼い方と運動習慣との相互作用と認知症との社会的孤立との関連も調べられました。調査対象は2016年からおよそ4年間にわたり、大田区で無作為抽出された11194人の65～84歳(平均74.2歳)で、51.5%が女性でした。平均世帯人数は2.3人、67.1%が既婚者、63.2%が高校以下の学歴、66.0%が同等所得が400万円未満であった。参加者959名(8.6%)と参加者704名(6.3%)が現在の犬と猫の飼い主で、参加者10,235名(91.4%)と参加者10,490名(93.7%)がそれぞれ過去の犬と猫の飼い主でした。現在の飼い主のうち、犬と猫の両方を飼っている参加者は124名でした。

調査結果は、犬を飼っている高齢者は、飼っていない人と比べて認知症を発症するリスクが40%低くなっていたそうです。それは、フレイルなど身体的な衰弱も防ぐ、という意味ももっているという結果だった、ということです。(フレイルとは健康な状態と要介護状態の中間に位置し、身体的機能や認知機能の低下が見られる状態のこと)

*研究チームは、これまでの研究から、犬を飼育する高齢者ではフレイルや自立喪失(要介護認定および死亡)が発生するリスクが大幅に低いことを報告しています。また、犬の飼育者のうち、運動習慣を持つ高齢者において、負の健康事象が発生するリスクが低いことが確認されています。本研究では、フレイルや自立喪失、運動習慣と強く関連する認知症に着目し、ペットの飼育が認知症(要介護認知症Ⅰ～Ⅳ)の発症と関連するのかどうかを調べました。

*この研究では、運動習慣などの身体活動や毎日の犬の世話による社会参加が高齢者の認知症を予防できることが示されました。犬の散歩をしている犬の飼い主は、少なくとも150分間の中強度の身体活動を達成する可能性が2.5倍高くなります。犬の散歩は、社会的交流の機会を増やし、高齢者の心理的健康を改善する手段としても示唆されており、犬の散歩が社会参加に貢献する可能性があることが示唆されています。身体活動の低下と社会参加の低下は、認知機能の低下と認知症の発症率の上昇と関連しています。本研究では、犬の飼い方、運動習慣、社会的孤立の有無に関係なく、障害を引き起こす認知症の発症率が低く、これは上記の先行研究と一致しています。

一方、運動習慣がない、社会的孤立など、犬の世話に関わる日常生活習慣を持たない飼い主では、認知症予防に関するプラスの効果は得られませんでした。同様に、猫を飼うことも認知症の予防には効果がありませんでした。この結果は、虚弱、障害および死亡に関する以前の研究と大きく重複しています。

*文章はプレスリリースと、原文より抜粋しました。高齢者のペット飼育にはいろいろと現実的な課題もあります。一方で、「この子のためにがんばるの！」ってたまに診察室で言われるのですが、個人的にはそういうのも悪くないかな、って思っています。