

MIL

MEDICAL INFORMATION LEAFLET

Vol.2
WINTER 2010

ひっそりと
働き続ける
肝臓だから

「10年、20年先の健康」を、 今年の目標にしてみましょう。

新しい年を迎え、この時期、皆様にぜひ意識しておいてもらいたいことがあります。人は病の器。生きてると、病気にかかります。病気にかかってしまえば、現代の医療によって、その悪い箇所を治していくもの、全く元どりの体に戻る人は少ないのです。手術跡が残ったり、薬を飲み続けなくてはいけなかったり、またその副作用があったり…などさまざまな不具合が残るものです。年齢を重ねれば、さらに負担は大きくなっていきます。

それでは、どうすればいいのでしょうか。そこで私は「未病」という言葉をお伝えしたいと思います。未病とは、病気というほどではないけれど、不調を持っている状態。例えば疲れやすい、胃腸が弱い、手足が冷えるなど…。はっきりした症状はないけれど、健康とはいえないさまざまな状態こそが「未病」。実は奥に潜む病気からのSOSかもしれません。病気になってしまわないうちに治していくこと。それこそが私たち医師はもちろん、この健康科学クリニックの役割だと考えています。

今年の目標を「10年、20年先の健康」にしてみたいかがでしょうか。そして今できる検診を受けていく。健康で過ごしたいと思うからこそ、まず未病をしっかりと見つけ改善していく。きっとこれからの人生に幸せをもたらしてくれるはずですよ。

大阪医科大学 健康科学クリニック 医師

後山 尚久



発行

OMC 大阪医科大学 健康科学クリニック

〒569-1123 大阪府高槻市芥川町1-1-1 JR高槻駅NKビル
TEL.072-684-6277 FAX.072-684-6278

E-mail omchsc@art.osaka-med.ac.jp

http://www.omchsc.jp

アクセス/JR高槻駅より直結

■MIL(ミル)

Medical Information Leaflet(医療情報紙)の略。心身、共に診るという意味も込めています。

最新機器をご紹介します

はじめての人間ドック

ヘリカルCT編

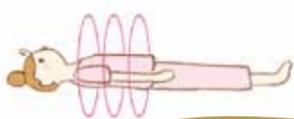
ご存じですか?
CT検査

体を輪切り画像にし、数mm単位でその様子が見られるなど、くまなく撮影するCT検査。その中でも最新のヘリカルCTは、一歩進んだ精密機器として現在健康科学クリニックで活躍しています。今回はその特徴を、青木技師からお聞きしました。

従来のCTは…

X線発生装置が連続で回転せず、1回ごとの撮影なので、そのたびにベッドを動かし、息止めをしてもらっていました。そのせいで、息止めの仕方によっては画像にズレができてしまうなど不具合もありました。

一回転ごとの撮影でした



見つかりにくいがんの発見にも、大いに役立っているCTですが、ヘリカルはさらにバージョンアップしたCTなんです。

ヘリカルCTなら

連続でX線を出しながら、回転している装置の中をベッドが移動。絵のようにらせん状の軌道を描きながら広範囲に撮影できます。



一気に連続して撮影できます。



患者さんにとって、どんな所がメリットですか?

1回の息止めで、撮影可能な所ですね。

従来のCTは



胸部・腹部の各撮影に**数回**の息止めが必要。
(例えば10秒の息止めに5回行う)

ヘリカルCTなら



胸部・腹部の各撮影が、わずか**10秒**程度の息止めでOK。

胸部CTはこんな人におすすめです。

- 40歳以上の方
- 長年喫煙されている方
- なかなか治らない、せき・たん・胸痛がある方
- 呼吸器に影響があるような労働環境で働いておられる方
- 血縁者ががんにかかった方が多い方

その他にも、
① 息止めのズレがおこらない
② 数mmの細かい病変も撮像されること
などのメリットがあります。

体験を終えて…

従来の何回かの息止めが、1回で済むようになったのには驚き。だから所要時間も3分ほど。丁寧な青木さんの説明に、不安も吹き飛びました。くまなく内臓が見られる画像により、さらに症状のないがんや、病巣の発見に貢献しているようです。私も、年に1度は受けに来たいですね。

楽になったCTをぜひ体験してください。



診療放射線技師
青木 彰 技師

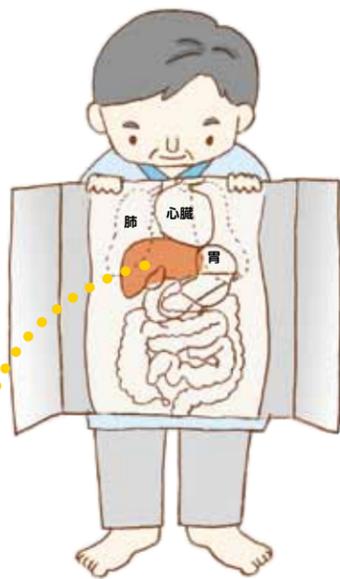
「人間ドック基本コースをはじめ、肺がん検診コースやその他オプションでも、このヘリカルCTが受診できます」

肝臓病

ひっそりと働き続ける肝臓だから。

まずはその性質をよく知っておきましょう。

心臓とともに人間の重要な役割をはたす肝臓ですが、普段あまりその存在を感じることはありません。ひっそりと働き続ける肝臓の性質とは、どんなものなのでしょう。また肝臓病にかかりやすい人とは?今回はそんな「沈黙の臓器」肝臓にスポットをあててみました。



人間の中で一番大きな臓器です。位置は上腹部の右寄りにあり、上部は横隔膜に接し、下部には胆のうがあります。重さは成人で約1.5kg。

毎日大変な仕事を
行っている僕だけど、
ちよつとぐらいいれても、
へこたれないんだ!



【肝臓の主なはたらき】

- 解毒** 体にとって、有害な物質を分解して、無毒化していきます。
- 胆汁の生成** 食物の消化を助ける胆汁を作ります。
- 代謝** 食べ物からとった栄養素を体で使いやすい形に作りかえたり、ためておき、体が必要な時に供給していきます。

へこたれず、病気であることを隠し続けます。

肝臓の中には、**神経が通っていない**ので、何かの病気があったとしても、痛みなどの**自覚症状がありません**。それが例え、肝臓がんとしても同じです。自覚症状がないことで、肝臓は「へこたれない」性質のように思われ、その存在を忘れがちですが、これが実は怖いのです。それは**病気が悪化しても、ひっそりと耐えるように働き続ける**ということ。そのため気がついたときには、手遅れになる人も、少なくありません。

へこたれない?
へこたれない



人間ドック DE 発見 肝臓病トップ3

肝臓病の大半 ウイルス性肝炎

飲み物や食べ物から感染するA型、血液や体液を介して感染するB型、血液を介して感染するC型、B型に合併して感染するD型などいくつかの肝炎ウイルスがあきらかになっています。

急性肝炎 肝炎の初期段階。肝細胞の破壊も、短期間で終結。急性に発症するものの、治る肝炎です。しかしこの頃には、全く自覚症状がないため、検診のみで発見。

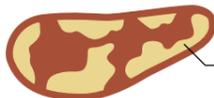
慢性肝炎 半年たっても急性肝炎が排除されず、肝炎が持続することもあります。このほとんどが初期段階で発見が遅れたため、慢性化してしまつた状態。

肝硬変 激しい嘔吐や、倦怠感...もともと自覚症状のない肝臓が自覚症状を感じ始める危険な状態。肝臓病の末期、肝硬変の疑いもあります。死にいたるケースも少なくありません。



肥満が招く、肝臓病 脂肪肝

食べ過ぎや、飲みすぎが原因となって、肝臓細胞が脂肪を溜め込んでしまう状態。肝臓の許容範囲を超えてしまうのです。



肝細胞の脂肪が30%以上となると危険!

一部肝硬変から肝がんへ進行することもあるため、油断は禁物だ。



ほつておくと、高血圧や動脈硬化、脳卒中を引き起こすことも...。薬ではなおりますよ!



アルコールがじわじわ、しのびよる アルコール性肝炎

アルコールの解毒を行う肝臓が、働きすぎによりダウンしてしまう状態。お酒1合を処理するには、およそ4時間かかります。多量の飲酒は、肝臓を苦しめてしまうのです。アルコールの分解産物は細胞毒性が強く、大量長期間飲酒を続けると心臓・脳へ障害を起こしたり肝硬変から肝がんになることもあります。

特に女性は元々、肝臓が弱いものです。弱いかけておきましょう。



飲酒の際は、おつまみも必ず食べて、休肝日も設けよう。



肝硬変からその一部が肝がん!

大阪医科大学 健康科学クリニック 検診部門長 堤 英雄



「この1年で、CT検査を受けた1418人中、半数近くの人に肝臓の病気を見つめました。たとえ今回病気が見つからなかったとしても、年に1度は検診を受けておきましょう!」

手遅れにならないために。特にこんな人は肝臓検診へ。

① お酒を毎日、3合以上飲む。

3合飲むと、解毒するのに、12時間もかかります。6合飲むと、24時間肝臓は働き続けることとなります。毎日5合の飲酒を15年続けると6割以上の人が、肝硬変になるといわれています。

② 40歳以上である。

定期健診をされていない方は、特に1度検診をする必要があります。

③ 肥満である。

(※) BMI30以上なら危険信号です(BMI指数が22前後の人が最も病気になりにくく、死亡率も低くなっています)。夜遅く食事や飲酒をし、そのまま寝るといった生活習慣になっている人は特に要注意。

(※) BMIの計算式 $BMI = \text{体重} \div \text{身長}(\text{m}) \div \text{身長}(\text{m})$
例えば身長180センチで体重80キロの場合、 $BMI = 80 \div 1.80 \div 1.80 = 25$

肝臓検診は、基本コースの中に入っています。この機会に、他内臓も合わせての検診をおすすめします。

健康科学クリニック

Information

健康科学クリニックでは、さまざまな人間ドックと各種検診を行っています。

人間ドックコース (価格はすべて税込)

- ◎基本コース.....¥42,000
- ◎女性コース.....¥54,600
(基本コース+乳がん+子宮がん(頸部)検診)
- ◎肺コース.....¥54,600
(基本コース+肺がん検診)
※胃カメラを選択された場合、別途4,200円かかります。

がん検診コース (価格はすべて税込)

- ◎乳がん.....¥9,450
(触診・マンモグラフィ・乳腺エコー・診察)
- ◎子宮がん.....¥8,400
(細胞診検査(子宮頸部・子宮体部)内診・診察)
- ◎乳がん+子宮がん.....¥8,400
(触診・マンモグラフィ or 乳腺エコー・細胞診検査(子宮頸部)内診・診察)
- ◎肺がん.....¥16,800
(胸部マルチスライスCT検査・喀痰細胞診検査・診察)
※単独でのお申し込みが可能です。

人間ドック プチコース (誕生)

所要時間は各コース約60分。目的に合わせた、多彩な検診内容で、多忙な方には特におすすめです。

女性特有の疾患と、一般的な検診がプラス。CTで内臓脂肪や皮下脂肪も計測します。

プチレディースコース ¥21,000 (税込)

医師診察・身体測定・血圧・腹囲・視力・聴力/尿検査(糖・たんぱく・潜血) / 血液検査(血液一般・肝機能(GOT・GPT・γ-GTP・ALP)・血糖・HbA1c・総コレステロール・HDLコレステロール・LDLコレステロール・中性脂肪) / 胸部Xp / 心電図 / 内臓脂肪測定(CTによる計測) / 子宮頸部細胞診 / 乳がん検診(視触診+マンモ) (40歳以上) or 乳腺エコー (40歳未満)

骨粗鬆症を調べるための骨密度や、内臓脂肪の計測も合わせて受診できます。

スピーディレディースコース ¥26,000 (税込)

医師診察・身体測定・血圧・腹囲・視力・聴力/尿検査(糖・たんぱく・潜血) / 血液検査(血液一般・肝機能(GOT・GPT・γ-GTP・ALP)・血糖・HbA1c・総コレステロール・HDLコレステロール・LDLコレステロール・中性脂肪) / 胸部Xp / 骨密度 / 心電図 / 内臓脂肪測定(CTによる計測) / 腹部CT(子宮まで)

前立腺疾患や痛風が、気になる方におすすめのメンズコースです。

スピーディメンズコース ¥26,000 (税込)

医師診察・身体測定・血圧・腹囲・視力・聴力/尿検査(糖・たんぱく・潜血) / 血液検査(血液一般・肝機能(GOT・GPT・γ-GTP)・尿酸・PSA・血糖・HbA1c・総コレステロール・HDLコレステロール・LDLコレステロール・中性脂肪) / 胸部Xp / 心電図 / 内臓脂肪測定(CTによる計測) / 腹部CT(前立腺まで)

オプション検査として

腹部エコー ¥5,775 / 胃カメラ ¥17,800 or 胃透視 ¥13,650 / 胸・腹部CT 各¥12,600 / ABI ¥3,150 / 動脈硬化セット ¥10,500 / 骨密度 ¥3,150 / 腫瘍マーカー(CEA) ¥2,100 / 腫瘍マーカー(AFP) ¥2,625 / 腫瘍マーカー(CA19-9・CA125・PSA) 各¥3,150 / 子宮頸部細胞診 ¥3,150 / 子宮体部細胞診 ¥5,250 / マンモグラフィ ¥4,200 / 乳腺エコー ¥4,200 (価格はすべて税込)

教えてクリニック! 胃カメラ編

Q 胃カメラとバリウムは、どんなふうに違うの?

A バリウムは胃液膜の凸凹にバリウムを附着させて、その形態を白黒フィルムで写します。全体像を写すので、大きな異常の有無がわかりやすくなっています。胃カメラは、色調や粘膜模様なども含めて観察できるので、細かい異常やそれが何の病気か、悪性か良性かなど診断できます。ただファイバーを飲み込むので、嘔吐反射(えずき)がツライ方にはおすすめできません。

Q 胃カメラの場合、口からと鼻からどちらが楽?

A 鼻からだ、一般には舌根に触れないので、嘔吐反射(えずき)が少なく、細い分のどの通過が楽といわれています。しかし鼻の痛みに敏感な方、鼻孔が狭い方等は、鼻粘膜がすれて鼻出血を起こすことがあります。また出血しやすい病気や、薬を内服されている人などは、鼻からはできないので、口からおすすめしています。



このようにそれぞれの特徴があり、その方によって、合う合わないがあります。どちらの方がご自身に合っているかわからない方は、ぜひご相談ください。

*その他、さまざまなオプション検査も可能です。詳しくはお問い合わせください。
*一般外来では女性内科/漢方内科/婦人科/消化器内科/循環器内科/総合内科を設けておりますが、すべて、医療機関からの紹介が必要となります。ご了承ください。
*希望日の2週間前までにはご予約をお願いいたします。

お申し込み・お問い合わせ・資料請求は ☎ 072-684-6277

<http://www.omchsc.jp/index.html>