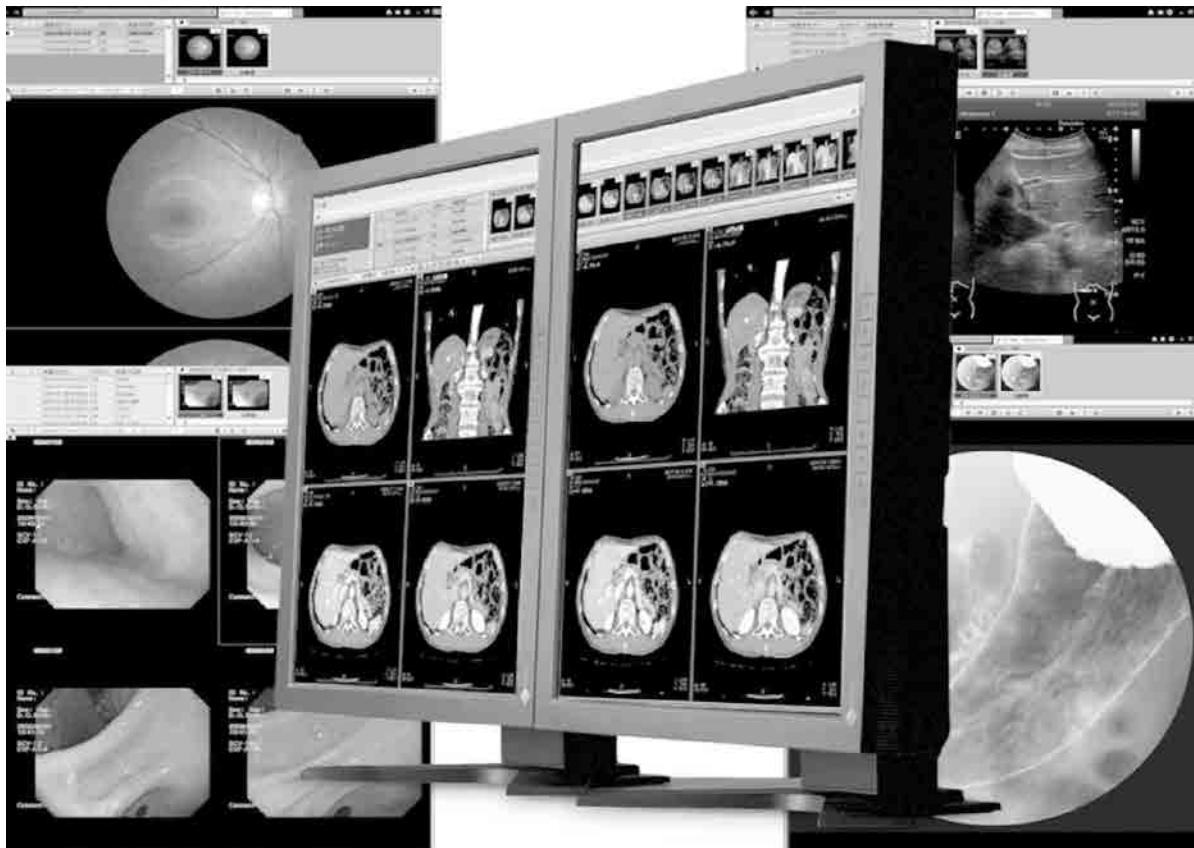


いつも健康であるための地域医療情報誌

観光町

メディカル通信

Vol.18
2016.9発行 / 医療法人社団如水会オリーブ高松メディカルクリニック 高松市観光町649-8 TEL087-839-9620(代) FAX087-861-7079
ホームページ <http://www.olive.clinic/>

医用画像情報システム(PACS)を更新しました

本年9月に医用画像情報システム(PACS)を更新しました。診察室に入る
と大きなモニター(上図写真)があります。モニターの線の先にはサーバーがあり
撮影されたX線写真が貯蔵されています。
今回の特徴は、今までモニター上で見
ることができていた胸部レントゲン写真、CT並びに胃透視
等のX線画像に加えて、内視鏡(胃、大腸)と眼底写真も同
じサーバーに取り込み、各診察室で見られるようになったこ
とです。

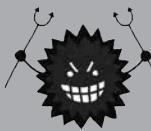
今までのシステムは約7年前に導入されましたが、その間
に今まで撮影された画像を数ヶ月間かけて新しいサーバーに
移行して今回のモニター上でも見れるように準備しました。
写真を診断する上で重要なのは、以前に撮影し
た写真と今回の写真を比較してどのように変わっているかを
見比べることです。当施設の特徴は、人間ドック・健診等で受
診された方が再び精密検査や内科受診で来られても前回來
られた時の画像を含めたデータがすぐに見られるように体
的運用をしていることです。そのためモニターの台数は、全
ての診察室、内視鏡室並びにエコー検査室等13ヶ所に配備し
ています。

また現在は、乳癌検診のマンモグラフィをフィルムで出して
いますがモニターに写し出せられるようなシステムも検討し
ています。マンモグラフィは、0.1ミリ以下の小さな石灰化を
描出できる高精細モニター(5メガ)が必要とされます。

当施設では、乳がん検診体制の強化を図つており、乳がん
検診による検査精度のアップをめざして頑
張っています。今後我々の取り組みについ
て情報発信する機会を増やしていくつ
もりです。

そしてさらに最新の医療環境システム
を取り入れて、患者様並びに人間ドック
等の受診者が安心して当施設をご利用い
ただけるよう整備していくつもりです。
何卒暖かいご支援のほどよろしくお
願い申し上げます。

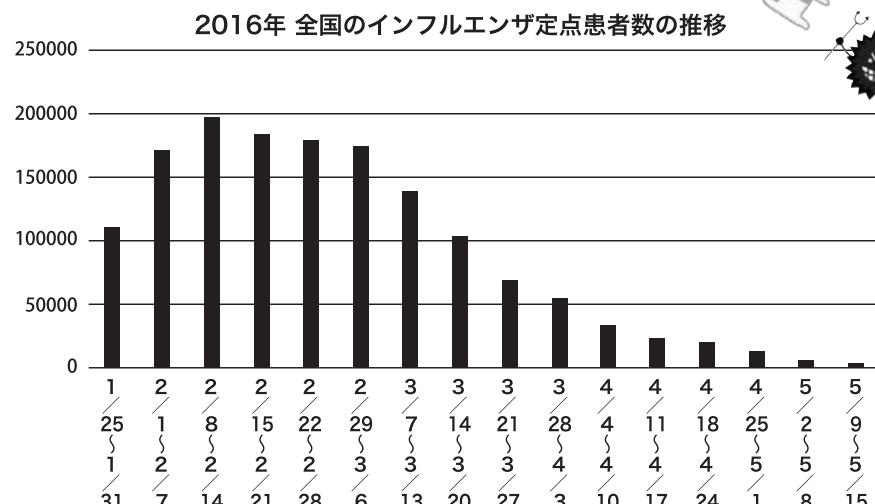




そろそろインフルエンザの時期がやってきます。 インフルエンザの予防接種を受けましょう!

インフルエンザとは

- ・インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気です。
- ・38°C以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛等全身の症状が突然現れます。併せて普通の風邪と同じように、のどの痛み、鼻汁、咳等の症状も見られます。
- ・お子様ではまれに急性脳症を、高齢の方や免疫力の低下している方では肺炎を伴う等、重症になることがあります。
- ・インフルエンザは流行性があり、いつたん流行が始まると、短期間に多くの人が感染が拡がります。日本では、例年12月～3月頃に流行します。



インフルエンザを予防するには

- ◎流行前にワクチンを接種しましょう
- ◎インフルエンザは毎年変化しています
- ◎そのため毎年流行に合わせたワクチンを接種する必要があります。



インフルエンザワクチンの有効性(国内)

対象	結果指標	有効率 (%)
健常者(65歳未満)	発病	70～90
一般高齢者(65歳以上)	肺炎・インフルエンザによる入院	30～70
老人施設入所者(65歳以上)	発病	30～40
	肺炎・インフルエンザによる入院	50～60
	死亡	80
小児(1歳～6歳)	発病	20～30

厚生労働省HPより引用



- ・予防接種によって抗体が出来始めるのは、注射をして2週間ぐらいから。
- ・効果は4～5ヶ月
- ・なるべく早め(11～12月まで)に予防接種を受けておき、流行に備えましょう
- ・咳やくしゃみが出る時はマスクをすること・外出後の手洗い励行・適度な湿度の保持と十分な休養とバランスのとれた栄養摂取・人混みへの外出を控える

当クリニックでは…

- ・11月から接種可能。13歳から対象。予約不要。
- ・高齢者には高松市より助成があり1,200円で受けることが出来ます。
- (高松市以外では三木町・さぬき市・東かがわ市・坂出市・丸亀市・三豊市・小豆島・直島などが助成対象です。他の地域の方ともお問い合わせください。)

人間ドック・健康診断Q&A

人間ドックや健康診断にまつわる、疑問・質問にお答えします。

人間ドックと普通の健康診断は何が違うのですか？

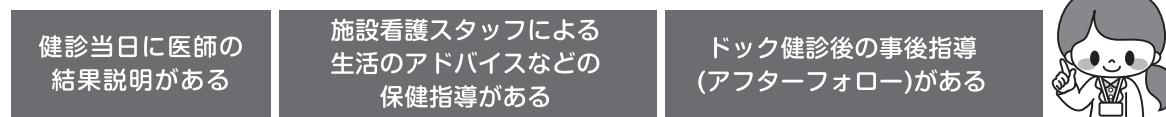
日本人間ドック学会が人間ドックと呼んでいる健診の検査項目の一覧表

区分	検査項目
身体計測	身長、体重、肥満度、BMI、腹囲
生理検査	血圧測定、心電図、心拍数、眼底検査、眼圧検査、視力検査、聴力検査、呼吸機能検査
X線・超音波検査	胸部X線、上部消化管X線(原則としてX線検査とする。内視鏡検査に変更可)、腹部超音波
生化学検査	総蛋白、アルブミン、クレアチニン、尿酸、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、総ビリルビン、AST、ALT、γ-GTP、ALP、血糖(空腹時、HbA1c)
血液学検査	赤血球、白血球、血色素、ヘマトクリット、血小板数、MCV、MCH、MCHC
血清学検査	CRP、血液型(ABO、Rh)、梅毒反応、HBs抗原
尿検査	蛋白、PH、尿糖、沈渣、潜血、比重
便検査	潜血
問診・診察	内科
説明・教育・指導	
オプション検査項目	★乳房触診+乳房画像診断(マンモグラフィー・超音波検査) ★PSA(50歳以上の男性に) ★HCV抗体 ★CTによる内臓脂肪面積計測 ★空腹時インスリン濃度

人間ドックの基本検査項目(1日ドック)日本人間ドック学会資料より引用

原則として以上の検査項目をすべて含む健診を人間ドックと呼んでいます。

上記項目がすべて実施される事に加え、



等を含む健診であるという点が普通の健診と人間ドックとの大きな違いと言えます。



認定証



認定プレート



認定マーク



腹部超音波検査認定証

日本人間ドック学会ではこれらのポイントを審査し、優良な施設を機能評価認定施設として認定しています。

さらに認定を受けた後もよりよい施設となることを目指し、5年ごとに更新審査を行っています。

当施設は平成17年4月に四国で初めて認定を受けた施設です。また昨年、医療法人社団如水会オリーブ高松メディカルクリニック予防医療センタとして2回目の更新審査にパスしました。現在全国で約340の施設が認定を受けています。

機能評価を取得し、さらに保健指導に関する一定の基準を満たしている優良な施設が保健指導実施認定施設として認定される事業も始まっています。現在、当施設は四国で唯一保健指導実施認定施設として選ばれている施設です。

さらに日本人間ドック学会では、腹部超音波検査(腹部エコー検査)の精度を評価する事業を全国労働衛生団体連合会と共同で実施しており、当施設はこの認定も受けています。人間ドックでは必ず腹部エコー検査が標準検査項目として入っていますのでその精度を上げていくことは非常に重要となります。これらの情報は最近新設された人間ドック学会ホームページの「e人間ドック」で詳しい内容を知ることができますので是非一度ご参照ください。

<http://www.e-ningendock.jp>

e人間ドック

検索

Q 人間ドックはどこもみんな同じでしょ?

A 違います! 検査項目からその後の指導、フォローまで、学会が定める人間ドックがあります。

* できるある人間ドックとは

一般の医療における検査評価に関する技術規範のサイトです。

C 人間ドック いい人間ドックを選びません

医療法人社団 如水会
オリーブ高松メディカルクリニック 予防医療センタ【香川県高松市】

公共建築百選

- 中建新築済成会員
- 新規開業賃貸会員
- 2日1ヶ
- 3日1ヶ
- レジスター登録
- クレジットカード登録
- 料金改定
- 障がい者バリアフリー対応

オプション検査紹介⑤

当施設人間ドックや健診で実施している
オプション検査のご紹介コーナーです。

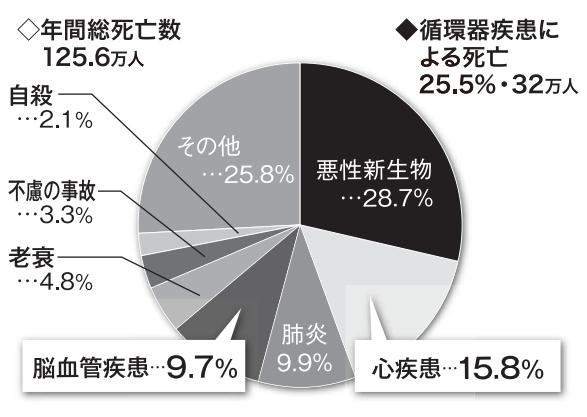
FMD(血管拡張機能/血管内皮機能)検査

(その1)



図1

日本人の死因別死亡割合



平成24年 人口動態統計より

◆循環器疾患による死亡 25.5%・32万人
1は皆さんよく目にされるグラフだと思いませんが、最近の日本人の死因を示したものですが、最も多いのですが、動脈硬化性疾患である心臓や脳血管疾患で亡くなられる方を合わせるとがんに匹敵することがわかります。悪性新生物、すなわちがんで亡くなられる方が最も多いのですが、動脈硬化性疾患である心臓や脳血管疾患で亡くなれる方を合わせるとがんに匹敵することがわかります。

り認知されたFMD(血管拡張機能、血管内皮機能)検査を取り上げたいと思います。最近ではNHKの健康番組でも検査の説明が取り上げられていました。この検査は大学病院などをはじめとする大規模医療施設でもまだ取り入れているところが少ないので、我々の施設では約8年前からいち早く検査導入し、人間ドックや健診でのオプション検査や動脈硬化性疾患発症を予防するための詳細な検査として検査を続けています。図1は皆さんがよく目にされるグラフだと思いませんが、最近の日本人の死因を示したものですが、最も多いのですが、動脈硬化性疾患である心臓や脳血管疾患で亡くなれる方を合わせるとがんに匹敵することがわかります。

◆年間総死亡数 125.6万人
◆循環器疾患による死亡 25.5%・32万人
◆高齢(65歳以上)
◆喫煙
◆高血圧
◆糖尿病
◆脂質代謝異常
◆肥満(特に腹部肥満)
◆メタボリックシンドローム
◆若年(50歳未満)発症の心血管病の家族歴

日本高血圧学会高血圧治療ガイドライン(JSH2014)より改変引用

◆年間総死亡数 125.6万人
◆循環器疾患による死亡 25.5%・32万人
◆高齢(65歳以上)
◆喫煙
◆高血圧
◆糖尿病
◆脂質代謝異常
◆肥満(特に腹部肥満)
◆メタボリックシンドローム
◆若年(50歳未満)発症の心血管病の家族歴

表1 心血管病の危険因子(リスクファクター)

◆高齢(65歳以上)
◆喫煙
◆高血圧
◆糖尿病
◆脂質代謝異常
◆肥満(特に腹部肥満)
◆メタボリックシンドローム
◆若年(50歳未満)発症の心血管病の家族歴

表2 人間ドック・健診において動脈硬化対策として実施すべき検査
血管機能および形態的変化を調べる非侵襲的検査
1. 血圧脈波検査 脈波伝播速度 baPWV, CAVI (壁硬化:arterial stiffness) 足関節上腕血圧比 ABI
2. 頸動脈エコー検査 (粥状硬化:アテローム硬化)
3. 血管拡張機能検査 (血管内皮機能) FMD (Flow Mediated Dilatation) RT-PAT (Reactive hyperemia peripheral arterial tonometry)
動脈硬化リスク評価のためのバイオマーカー検査
4. 内臓脂肪(面積)測定(CT, MRI および(Dual)BIA法) 5. 空腹時インスリン値(インスリン抵抗性) 6. 尿中微量アルブミン 7. 高感度CRP(hs-CRP) 8. 酸化ストレス(活性酸素産生能 抗酸化能)

福井敏樹 人間ドック 2016 809-821

速度(PWV)と血管の狭窄(詰まり具合)の指標であるABI(足関節と上腕の血圧比)を同時に短時間で調べができる血圧脈波検査です。今回紹介するFMD検査は上腕動脈の拡張機能を調べる検査です。我々の施設では健診や日常診療における動脈硬化検査の重要性を認識し、これまで数多くの論文などで情報発信してきました。そのなかで紹介している検査のひとつであり(表2)、平成24年からは、血管内皮機能検査として保険適用も受けています。

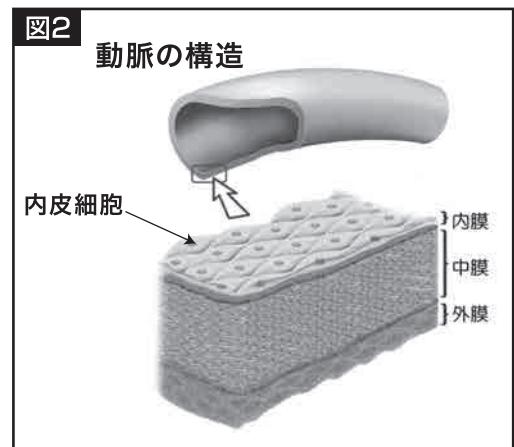


図2 動脈の構造

血管内皮とは、血管の内側にある一層の細胞(内膜)です。わずか一層の細胞ですが、非常に重要な役割を果たしていることが分かつています。血管内皮細胞は種々の血管作動物質を放出し、血管中膜の平滑筋の収縮・拡張を調節するほか、血小板の凝集・粘着を抑制し、血液が血管内で凝固することを防ぎ、血管の保護をしています(図2)。種々の生活習慣病により血管内皮機能が低下し、内皮細胞から放出される一酸化窒素(NO)というガス状物質の産生が減少することが動脈硬化を進展させる早期の変化であることも分かつています。血管内皮細胞から産生される血管拡張性物質がNOであることを証明した功績で1998年のノーベル生理・医学賞が3名の博士に授与されています。

FMD検査は、十分な安静のうえ上腕動脈径を測定し、5分間駆血した後、駆血を開放することで上腕動脈がどれくらい拡張するかを計測します。駆血を開放することで血管を流れる血流が増大して抵抗力(ずり応力)が増えます。このずり応力の増大によりNOが放出され、血管が拡張することが分かつているので、より血管拡張するほどNOの放出能力が高い、すなわち血管内皮機能が保たれているということになります。FMDは(図3)に示した式で算出されます。安静時の血管径に対する血管拡張率(最大拡張血管径 - 安静時血管径)を算出し、それを100%で割った値がFMD(%)です。

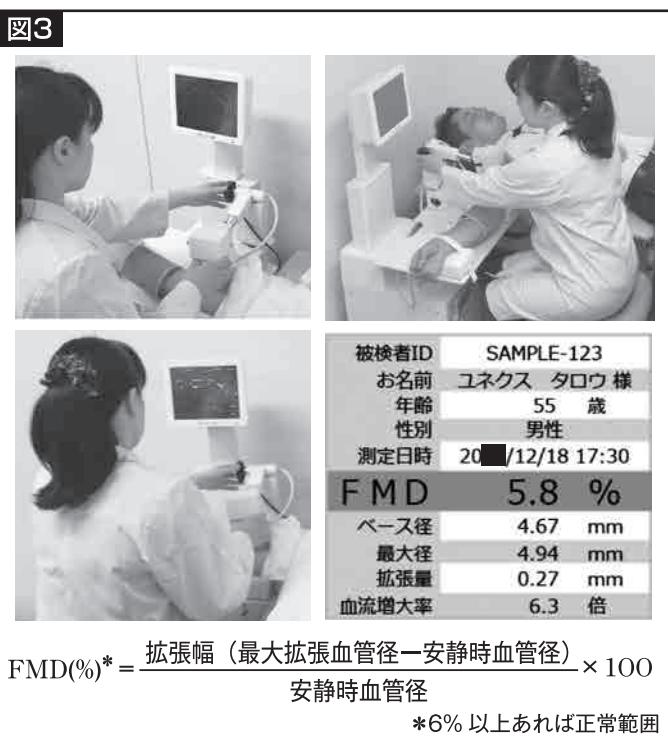
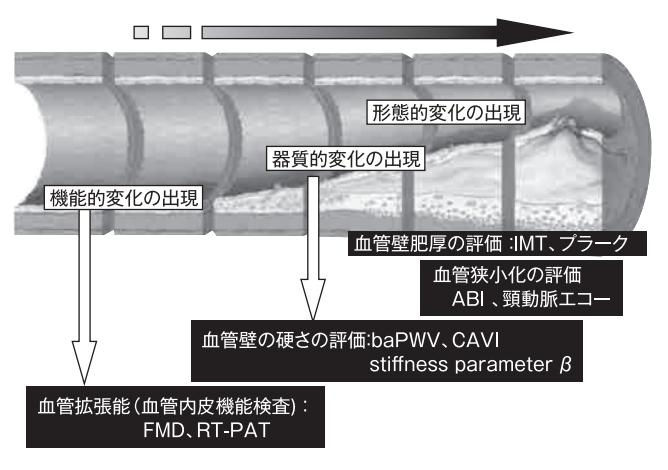


図4

生活習慣病・メタボ対策は動脈硬化対策です

動脈硬化進展の継時的な進展に応じた検査を考える必要があります



動脈硬化は時系列的に進展していくものと言わされてきました。まず血管(拡張)機能が障害され、次に血管の器質的な変化を来し、最終的に形態的な異常に発展して、血管の狭窄が出現するという流れです(図4)。ですからFMDは実施する価値がある動脈硬化検査のなかでは、最も初期の動脈硬化性変化を検出できる可能性がある検査ということになり、より若い年代の方々にこそ受け頂きたい動脈硬化検査といえます。しかしながらそう簡単に筋縄で説明できなのが人体の不思議なところで、我々は実施可能なFMD検査、血圧脈波検査(baPWV/ABI)と頸動脈エコーの3つの検査をなるべく一緒に受けて頂くことを推奨しています。FMD検査は食事の影響を受けますので、朝食を抜いた絶食のうえ、

午前中に検査を受けることが望ましいのですが、午後に受ける場合には必ず昼食を抜いて受けてください。検査実施時間は約20分から30分程度です。我々の施設では、検査時間をより短くし、検査実施者による結果精度の違いを少なくできるよう改良された装置に最近更改して検査体制を強化しています。健診受診者以外にも、動脈硬化性疾患のある外来受診者の方には保険適用で受診できる検査ですので、是非一度我々の施設でFMD検査を受けてみてください。次回は我々の施設での検査結果をはじめとした実際のFMD検査の研究結果などについてご紹介したいと思います。

〔文責 観光町のアメニモマケズ〕

治験センタからのおしらせ

医薬品医療機器総合機構(PMDA)によるGCP実地調査が実施されました

治験を行なう製薬会社、医療機関、医師は、必ず「医薬品の臨床試験の実施の基準に関する省令」(Good Clinical Practice: GCP)を守らなければなりません。

さらに、本当にGCPを遵守して適正に治験を実施されているか、第三者機関によって調べるのがGCP実地調査です。

今年3月、当施設として初めて医薬品医療機器総合機構(PMDA) *によるGCP実地調査の対象となりました。NTT西日本高松診療所時代を含め、2002年から当院が継続して行なってきた豊富な治験実績が選定の決め手だったようです。調査担当者が、2日間にわたり、事務手続関連の書類や記録、カルテ等関係書類の確認、治験薬の保管状況の確認、



医師やスタッフへのインタビューを実施しました。

調査結果は、見事「適合」。改善すべき事項等も「特になし」という素晴らしい結果でした。治験を実施する医療機関として、当院の医師、スタッフがGCPを十分に理解し、治験に参加される皆さまの安全性を重視して適切に対応していることが評価されました。

* 医薬品医療機器総合機構(PMDA):国民保健の向上に貢献することを目的とした厚生労働省所管の独立行政法人

当院では、
治験担当スタッフが
常駐しています。
治験にご興味や
質問のある方は
お気軽に
相談してください。



治験センタ長
安部陽一先生

治験Q&A

Q15. 治験を実施する製薬会社、医療機関、医師が守らなければならない法律、GCPのルールって?

A 治験の内容を国に届け出ること

製薬会社は、治験を担当する医師が合意した「治験実施計画書」(「くすりの候補」の服薬量、回数、検査内容・時期などが記載された文書)を厚生労働省に届け出ます。厚生労働省は、この内容を調査し、問題があれば変更等の指示を出します。

同意が得られた患者さんのみを治験に参加させること

治験の目的、方法、期待される効果、予測される副作用などの不利益、治験に参加されない場合の治療法などを文書で説明し、文書による患者さんの同意を得なければなりません。

重大な副作用は国に報告すること

治験中に発生したこれまでに知られていない重大な副作用は治験を依頼した製薬会社から国に報告され、参加されている患者さんの安全を確保するため必要に応じて治験計画の見なおしなどが行われます。

※上記は主な内容のみの記載で、ルールのすべてではありません。

筆頭としても人気がある魚、サバ(マサ)。最も脂がのつてくるこの時期(秋・冬)のサバを「秋サバ」と呼びます。「秋サバは嫁に食わすな」という格言は、「嫁に食わすのはもつたになじくない美味い」という意地悪な意味で使われることが多いようですが、「一方では、『サバの生き腐れ』と言われるほど傷みが早いことや、脂の多い秋鯖を食べるほど逆に大切な嫁が体を壊していく大変だ、という意味もあるようです。いずれにしても格言によるほど「美味しい」と「脂がのつている」ということですね。

サバの優れどころはこの脂にあり、EPAやDHAなどの不飽和脂肪酸が豊富に含まれていて、悪玉コレステロールや中性脂肪を低下させ、動脈硬化を予防改善し、脳卒中や心筋梗塞の予防にはたらいてくれます。また、脳を活性化して記憶力や学習能力をアップさせたり、認知症の予防効果も期待されています。また、糖質や脂質の代謝を促進するビタミンB群や、カルシウムの吸収を助けて骨を丈夫にしてくれるビタミンDも豊富に含まれていますし、鉄分も多く含まれていて貧血予防効果もあります。

脂が多いだけに傷みやすいのも秋サバの特徴。大切なのは新鮮なサバの見分け方です。

まずは目がきれいに澄んでいるかどうか。身に丸みがあり、触つて硬く、えらが鮮紅色で、見た目がきれいなものを選びましょう。

脂がのつてきてグンと美味さを増した秋サバは、焼き物や煮付けに最適です。軽く塩をふって塩焼にしたり、生姜で臭みを消して味噌煮にしたりと、秋の味覚をめいっぱい満喫してみましょう。



まずは目がきれいに澄んでいるかどうか。身に丸みがあり、触つて硬く、えらが鮮紅色で、見た目がきれいなものを選びましょう。

脂がのつてきてグンと美味さを増した秋サバは、焼き物や煮付けに最適です。軽く塩をふって塩焼にしたり、生姜で臭みを消して味噌煮にしたりと、秋の味覚をめいっぱい満喫してみましょう。



秋サバは嫁に食わすな!?

庶民の味の代表として、また青魚の筆頭としても人気がある魚、サバ(マサ)。

最も脂がのつてくるこの時期(秋・冬)のサバを「秋サバ」と呼びます。



はじめまして。放射線室の「まつん」と「ハマー」です！

私たちは乳がん検診のマンモグラフィ撮影と、超音波検査を担当している女性放射線技師です。今号より当院の乳がん検診状況、様々なイベント参加報告、乳がんについての真面目なお話等々、楽しく読んで乳がん検診を知りたいだける様なコーナーを連載していきます。

高松市乳がん検診についてのお知らせ

7月より高松市乳がん検診が始まっています。

当院では9月より予約枠を拡大し、より多くの皆様に乳がん検診を受けて頂ける様になりました！また、マンモグラフィだけではなく、超音波検査も希望される方、同時に子宮がん検診を希望される方にも対応いたします。

当院乳がん検診は検診マンモグラフィ撮影認定技師、乳腺超音波認定技師が検査を担当し、検診マンモグラフィ読影認定医師が2名で読影、診断を行っています。

皆様に安心して検査を受けて頂けるようマンモグラフィ撮影室前には検査説明や乳がんについての自作リーフレットを置いてあります。受診の際には是非ご覧ください。

ご不明な点は予約時にお尋ねください。 Tel 087-839-9620

TOPICS

「第3回 うどん県 生活習慣病・予防医療フォーラム」を開催しました。

うどん県フォーラムは福井院長が発起人となって2年前にスタートさせました。今回の第3回は、京都の武田病院健診センター所長の桝田 出先生を講師にお招きして、予防医療のあり方を広く議論する場を持つために、予防医療に積極的に取り組んでおられる県内の先生方に呼びかけて開催させて頂きました。また、おさか脳外科の大山先生には動脈硬化検査として汎用されるようになってきた頸動脈エコー検査の基本と最近のトピックスについて講演して頂きました。総合司会役である福井院長の進行のもとで、非常に活発な質疑応答が交わされ、予定時間をオーバーするほどの熱のこもったフォーラムとなりました。



第3回 うどん県 生活習慣病・予防医療フォーラム

開催日時
2014年 1月 20日(木) 10:00~12:30

会場
JR宇治タクシープラザ 2階講堂(地図)
TEL:090-0011 高松院(内線) 1~3, 090-0011-0111

プログラム

【開会式挨拶】 10:00~
講師 桝田 出(京都武田病院健診センター) プロセスオブヘルス認定医

【講演会】 10:00~
大山 勝也(大山脳神経クリニック 予防医療センター 脳神経科 医生)

【一般演題】 10:30~
「 脳動脈エコーのピットフォール 」
講師: 大山 勝也(大山脳神経クリニック 予防医療センター 脳神経科 医生)

【特別演題】 11:30~
「 健診と実験床の立場からみた生活習慣病治療・糖尿病治療~知見と私見~ 」
講師: 福井院長(うどん県立病院 健診科 内科 基本 大山 高峰 先生)

会場: 小野島企画室 アストラサイオ株式会社

第57回 日本人間ドック学会学術大会が長野県松本市で開催される

第57回日本人間ドック学会学術大会は、社会医療法人財団 慈泉会 理事長 相澤 孝夫先生が大会長を務められ、平成28年7月28日(木)2日間、長野県松本市のまつもと市民芸術館などの3会場にて開催されました。口演発表では、保健師の林(志保)と院長の福井がそれぞれ「職場のストレスチェック57項目からみる組織分析」、「内臓脂肪が血管スティフネスに及ぼす影響」について当施設の成果を発表しました。動脈硬化セッションでは福井が座長を務めました。さらに、AIST(産業技術総合研究所)の梅野 彩さんが、当施設のドック受診者の糖負荷試験結果を用いた共同研究「新規バイオマーカー群を用いた糖尿病リスク評価モデルの検証」の口演発表をしました。

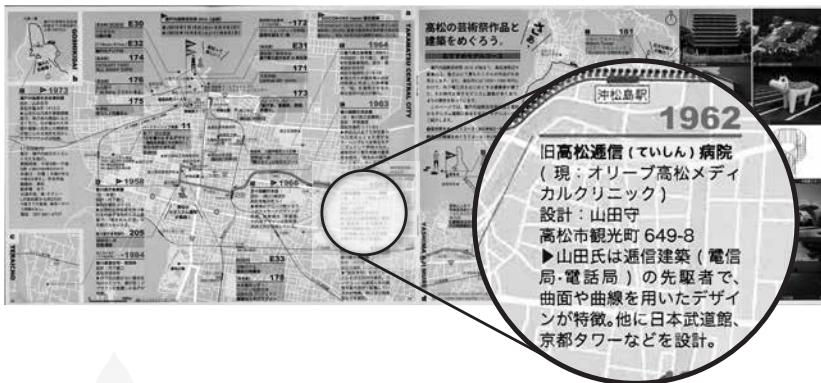




「めぐるーと高松2~まち・建築編~」に当施設が、紹介されました。



瀬戸内国際芸術祭の会期に合わせ、春・夏・秋に発行される「めぐるーと高松」の第2号「めぐるーと高松2~まち・建築編~」(2016年7月7日発行)市内のアートに関する情報などが入った全10ページの情報誌に、当施設が紹介されました。



「めぐるーと高松2~まち・建築編~」は、7月15日の『広報たかまつ』とともに、各家庭への配布が行われたほか、市内の各コミュニティセンター、芸術祭の各会場にて無料配布されています。また、高松市役所7階の文化芸術振興課でも配布が行われています。

詳しくはこのQRコードをスマートフォンなどで読み取って頂けると、関連の市役所のホームページをご覧になることが出来ます。



水平に続く連続窓、軽快なデザイン、連続する内部空間



掲載されたオリーブ高松メディカルクリニックの外観と内装

山田守氏の設計による日本武道館と京都タワー

設計は、日本武道館・京都タワー等の著名な建築物の設計者でもある山田 守氏によるものです。



公共建築百選に選ばれています。

当施設は他にも建築巡礼四国88カ所(日本建築家協会四国支部)、高松建造物再発見50選(高松商工会議所)にも選出されています。



あの暑い夏から、やっと、鈴虫のなど泣く秋の足音を感じさせる頃となりました。夏の暑さはもうこりごりですが、夏が過ぎ去ってしまうと、あの暑さも懐かしく、また、ちょっぴり寂しくもあります。秋の頃の良さをまさに感じている今日この頃ではないでしょうか。

皆様、この季節こそ、自己の健康管理シーズンとしていただき、健診ドックで、自己の健康状態を確認のうえで、大いにこの季節を謳歌しては如何でしょうか。健康あってこそ人生「後悔先立たず」であります。