

いつも健康であるための地域医療情報誌

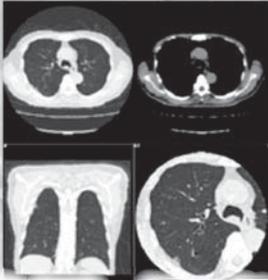
観光町

# メディカル通信

Vol.32  
2021.5

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 <https://www.olive.clinic/>

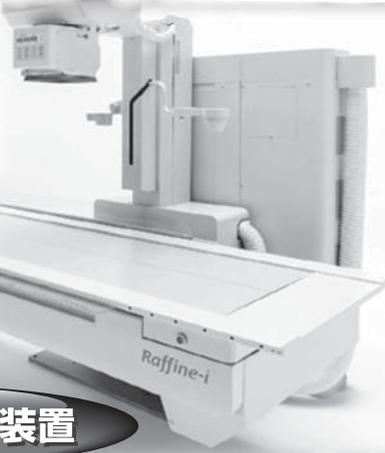
## 新・CT装置



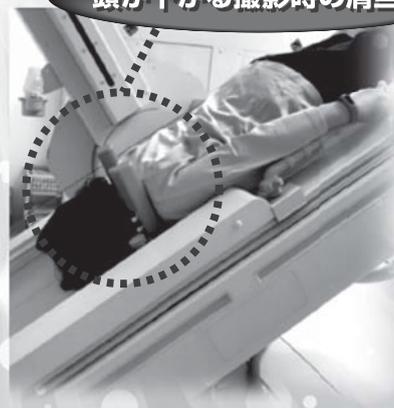
### 当施設連絡先

〈内科 受付〉  
**087-839-9620**  
〈ドック・健診〉  
**087-839-9630**

## 撮影装置・検査室をリニューアルしました。



### 頭が下がる撮影時の肩当て



## 新・胃X線撮影装置

本年4月CT装置とデジタルX線テレビ装置システム(以下胃X線撮影装置)が新しくなりました。

新CT装置は更改前同様16列ですが、高性能16列マルチスライスで、短時間で広範囲の撮影が行えます。装置の開口径は780mmで旧装置より広くなりました。圧迫感がなく、リラクセスしてCT検査を受けていただけます。また、新しい画像再構成技術により「低被ばくで高画質」が実現されました。当施設の呼吸器・肺疾患ドックの胸部CTでは、通常診療時検査での胸部CTと比較して約4分の1の被ばく線量でも、胸部X線検査で描出困難な小さい病変や、淡い陰影等、早期肺がんの所見を描出できます。

新胃X線撮影装置は検診に求められる条件(高画質、低被ばく、優れた操作性、高い機能性)をすべて持ち合わせたデジタルシステムです。広範囲な透視が可能となり、旧装置に比べ画像にひずみがなく、高精細な画像が得られます。さらに余分なX線を除去する機能が搭載され、被ばくを抑えた検査が行えます。また、電動シヨルダレスト(写真参照)を搭載していますので、頭の下がった撮影時の負担を軽減できます。

両装置とも24時間365日の保守管理が行き届き、安心安全な検査体制が整っています。また、両機器の更改と同時に撮影室のリフォームも行いました。清潔感のある撮影室に様変わりして、よりリラックスして快適に検査を受けて頂けると思っています。

平成30年の医療法安全管理の体制の追加に伴い「医療放射線に係る安全管理」が新たに追加され、医療被ばくの線量記録とその管理が義務付けられました。昨今では患者様が低被ばくで高画質な放射線検査を受けられるよう撮影機器もどんどん発展しています。特に検診においては、より被ばく線量の低減が求められています。今回、CT装置と胃X線撮影装置が最新の機種になり、受診者の皆様に安心して安全、高精度な検査を受けて頂き、今まで以上に病期の早期発見、早期治療を実現できるようにスタッフが一同努めてまいります。

# 人間ドック(健康診断)受診後の 精密検査受診状況を追跡しています。



当施設の予防医療センターでは、人間ドックや健康診断で要精密検査(D2)判定や要医療(D1)判定、要経過観察(C)判定に該当した項目については、次のドック(健康診断)までに(1年以内に)精密検査や追跡検査を受けることをお勧めしています。

特に、要精密検査(D2)判定や要医療(D1)判定については、その後の精密検査結果や治療を開始されたかどうかなどの経過を把握し、われわれの判断が適切であったかなどを確認も行っていきます。そして、年度ごとに要精密検査項目の傾向やがん発見状況などをまとめて、評価を行っています。

以前のメディカル通信(Vol.28:2020年1月発行)では、人間ドック(健康診断)受診後の追跡で、受診先医療機関からの精密検査結果や定期的な連絡(手紙・電話)で、該当する方の医療機関受診把握や受診勧奨を行っていることをご紹介しましたが、今回はその結果を紹介したいと思います。

受診後の追跡は、人間ドック(健康診断)受診後から次の人間ドック(健康診断)まで約1年をかけて追跡していきますので、2019(令和1)年度に人間ドックを受診された方の追跡が2021(令和3)年3月に終了したところとなります。

追跡把握の方法は、当施設内科外来を含めた受診先医療機関から届く精密検査結果やご本人への確認、当施設内科での受診状況などで行っていきます。今回はそのなかでも2019年度人間ドック受診者の要精密検査(D2)判定についてご報告します。

## 2019年度 人間ドック受診者(3468名)要精密検査(D2)判定 医療機関受診把握者 集計

2019年度	検査実施数(人)	要精検数(人)	要精検率(%)	精検受診率(%)
上部消化管X線	1417	5	0.4	80
上部消化管内視鏡	1884	6	0.3	100
便潜血	3302	169	5.1	64.5
胸部X線	3435	22	0.6	95.5
マンモグラフィ	1089	26	2.4	92.3
乳房超音波	391	9	2.3	88.9
子宮頸部細胞診	1130	11	1	81.8
腹部超音波	3465	26	0.8	73.1
心電図	3467	19	0.5	78.9

当施設 予防医療センターでは、人間ドック(健康診断)の受診追跡(フォロー)体制を整えておりますが、まだまだ精密検査や追跡検査の受診率が上がっていない項目もあり、人間ドック(健康診断)を受けられてからの疾病予防(重症化予防)や疾病の早期発見によってより健康(健康維持)でいられるように、分かりやすい説明や保健指導、フォローアップに引き続き取り組み、「人間ドック(健康診断)の当日 受診のみ」には終わらないように工夫を凝らしていきたいと思っております。

# 医療技術室からのお知らせ

## ～ALP、LDHの測定法が変更となります～ (JSCC法から、IFCC法へ)

2020年4月よりALPとLDHの測定方法が全国的に変更をしていくこととなりました。準備が整った施設から順次変更していくとのことでしたが、当施設でも2021年4月より変更となりました。

### ALPとLDHは どんなことが分かるの？

#### ●ALP

ALPは胆汁の中に多く含まれています。胆汁は肝臓で作られる消化液です。**胆汁の流れが悪くなったり、肝臓の機能が低下するとALPの値が上昇します。**

ALPが高値となる疾患例

**閉塞性黄疸、脂肪肝**など

#### ●LDH

糖がエネルギーに変わるときに働く酵素です。LDHは身体の広い範囲に存在しています。そのため、**様々な疾患で値が上昇します。**

LDHが高値となる疾患例

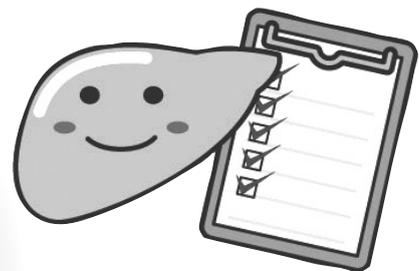
**肝炎、心筋梗塞、白血病**など

### どうして測定法が 変わったの？

今まではALP、LDHの測定法は日本独自の規格でしたが、**世界で普及している測定法**に変わります。これにより、各国の測定値と互換性を持つことができ、**検査のグローバル化**が進みます。

### 測定法が変わって 注意することは？

ALPの測定基準値が現行法の**約1/3**となります。LDHの測定基準値は現行法とほとんど変わりません。



### 報告書の変更は？

報告書も記載方法が変わります。ALPとLDHについては以下の表2のように現行測定法(JSCC)と新測定法(IFCC)の結果を併記しており、前回との比較もできるようになっています。

報告書例(一部抜粋)

項目	基準値	今回	前回
ALP(IFCC)	34～100	65	
ALP(JSCC)	100～300		198
LDH(IFCC)	120～240	144	
LDH(JSCC)	120～240		150

# 高コレステロール血症

の試験に参加していただける方を募集しています。



## 参加条件



高コレステロール血症の患者様で以下のいずれかに該当される方

- \*20歳以上75歳未満の男性又は女性(同意取得時点)
- \*心臓や血管に関わる事象(心筋梗塞や脳卒中など)を発症するリスクが高いと考えられる方
- \*空腹時の中性脂肪が400mg/dL未満の方
- \*LDL-C(「悪玉」コレステロール)の値が高い方

コレステロールを下げるお薬を現在使用している

\*スタチン製剤の使用など

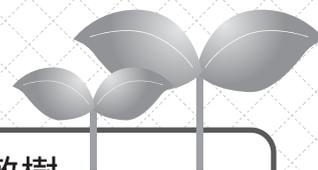
※そのほか、ご参加いただくための基準がございます。詳しくは担当医や相談窓口へお問い合わせください。

募集期間:2021年12月まで

- ◎予定より早く終了したり、延期することもあります。
- ◎この試験で服用いただくお薬は米国、欧州で既に販売されています。
- ◎試験中は患者様のご負担を少しでも少なくするために「負担軽減費」が支払われます(ただし、初診料・再診料等は必要です。)

相談窓口

施設名:オリーブ高松メディカルクリニック 治験責任医師:福井敏樹  
TEL:087-839-9620



# 新型コロナワクチンについて

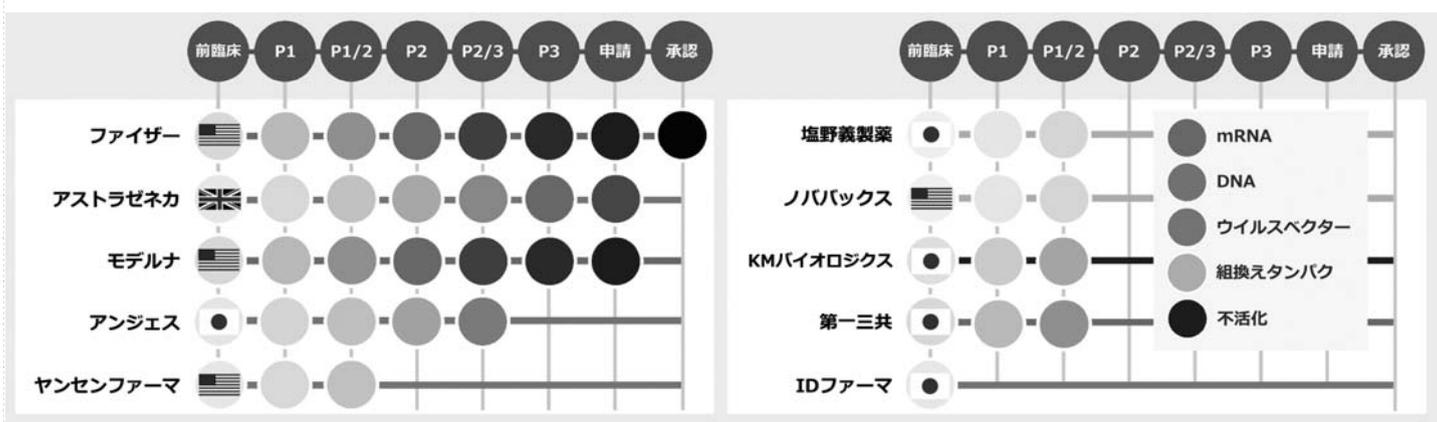
現在国内で薬事承認されており、投与されている新型コロナワクチンは、ファイザー製薬のものです。

薬事承認されるまでには、有効性、安全性等に関するデータを収集するため、健康な方や患者さんに協力してもらい、開発中のワクチンを実際にヒトに投与して試験します（治験）。その後、臨床試験の結果などに基づいて、ワクチンの有効性、安全性、品質についての審査が行われ、ワクチンが承認されます。

また、承認後も副反応を疑う事例を収集し、専門家による評価を行っています。こうした結果を公表するなどして、安全性に関する情報提供が行われています。

しかし、2021年4月現在国内で供給されているファイザー社のワクチンは、希望する方がすぐに接種できる量を確保できていない状況です。では、日本国内の他の製薬会社のワクチンの審査状況はどうなっているのでしょうか。

## 新型コロナウイルスワクチン 日本国内での開発状況



日本でも各社が臨床試験を開始していますが、大阪のバイオベンチャー企業、アンジェスが500人規模での臨床試験を行っており、一番進んでいる状況ですが、まだフェーズ2/3の状況で留まっています。日本で行う臨床試験には課題があり、臨床試験に参加した人が感染する可能性が各国に比べると低いいため、ワクチンの効果を確認するのは難しいと指摘されています。以上のようなことから、国産ワクチンの実用化はまだはっきりと見通すことができる状態ではありません。

そういう中で、4月より高齢者のワクチン接種が開始されました。これまでに認められている副反応としては、注射した部分の痛み、全身倦怠感、頭痛、発熱、筋肉や関節の痛み等がみられることがあります。そして非常にまれな頻度でアナフィラキシー（急性のアレルギー反応）が発生します。これらの副反応が認められつつも、ワクチン接種によるメリットは副反応のリスクを上回ることから、引き続き状況を注視しながらワクチン接種をすすめていくこととされております。

また、ワクチンを接種したことが原因で新型コロナウイルスに感染することはありません。ファイザー社の新型コロナワクチンは、新型コロナウイルスの表面にある「スパイクタンパク質」のみの遺伝情報を用いたものであり、ウイルス全体の遺伝情報が含まれているわけではありません。このため、体の中で新型コロナウイルス全体が作られたり、新型コロナウイルスに感染することはありません。



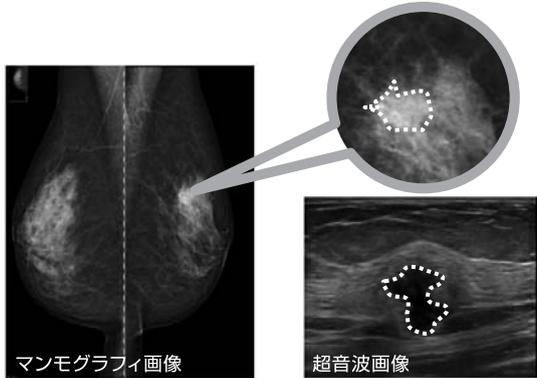
## 2020年度乳がん検診結果

	精密検査	精密受診確定	発見がん	早期がん
当施設 (受診者数 3350名)	77例(2.3%)	75例(97%)	13例(0.4%)	10例(83%)
プロセス指標 (日本乳がん検診学会2020)	4.4%	85.3%	0.25%	74.3%

※プロセス指標とは…がん検診の精度管理指標の1つであり、検診が正しく行われているかを評価するためのものです。

## 乳がん症例報告

### 症例1 83歳 自覚症状あり



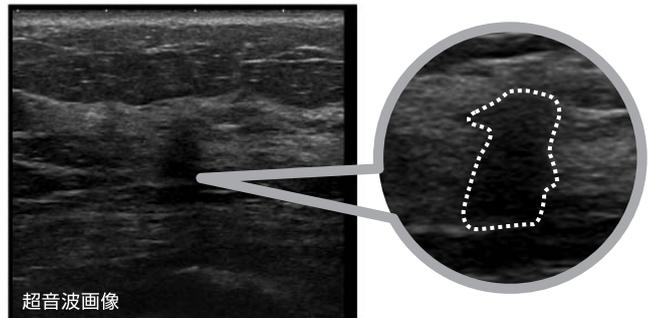
マンモグラフィ画像

超音波画像

マンモグラフィ カテゴリー4    超音波 カテゴリー5

結果 14mm 浸潤性乳管がん(早期)

### 症例2 47歳 自覚症状なし(2019年異常なし)



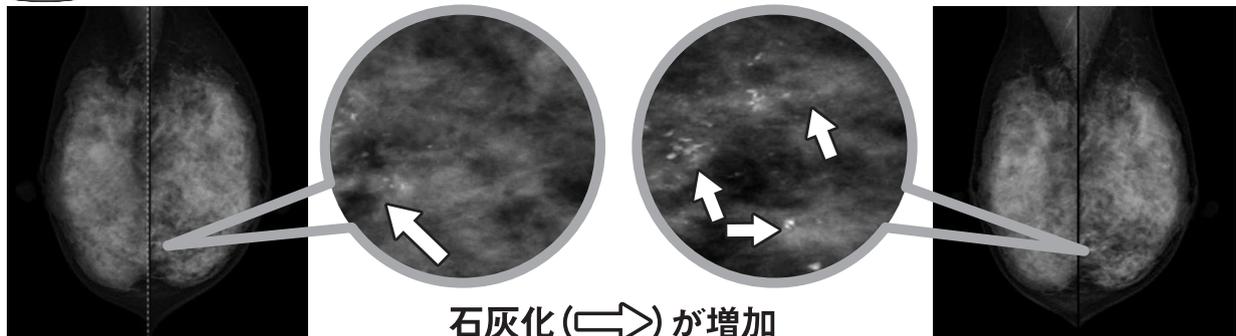
超音波画像

マンモグラフィ 所見なし    超音波 カテゴリー3

結果 10mm 浸潤性乳管がん(早期)

\*マンモグラフィでは発見できないタイプの乳がんです。

### 症例3 57歳 自覚症状なし



石灰化(⇨)が増加

2019年 マンモグラフィ カテゴリー2

2020年 マンモグラフィ カテゴリー3

結果 非浸潤性乳管がん    発見契機 1年前のマンモグラフィの石灰化が増加している。



マンモグラフィは非常に小さい石灰化の経過観察に最適です。画像に変化が見られた時点で精密検査となります。この時点で発見された乳がんは超！早期の乳がんです。手術による完治の可能性の高いがんです。

# 新ドクター

&

# 新入職員

# 紹介



患者様のお力になれるよう努力いたします。

医師  
和泉 高宏

- ◇趣味：散歩
- ◇休日の過ごし方：子どもと遊ぶ
- ◇最近のお気に入り：YouTubeでスポーツを見る
- ◇好きな食べ物：うどん
- ◇苦手なもの：悪夢



常に笑顔で頑張ります。

外科担当 看護師  
安楽 恭代

- ◇趣味：庭いじり、DIY (始めたばかり...)
- ◇休日の過ごし方：子どもと遊ぶ
- ◇最近のお気に入り：ピアノを習ったことないけど、子供の付き添いで一緒に猛勉強中!少し弾けるように♡
- ◇好きな食べ物：寿司
- ◇苦手なもの：虫



苦痛の少ない検査を心がけます。

医師  
山名 佳美

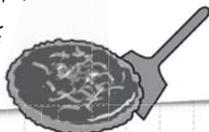
- ◇趣味：子供の写真を撮る、ネットショッピング
- ◇休日の過ごし方：子供と公園で遊ぶ
- ◇最近のお気に入り：ドラマの二見
- ◇好きな食べ物：茶碗蒸し、果物
- ◇苦手なもの：虫、納豆



明るく、楽しく、ポジティブに!! 宜しくお願いします。

放射線技師  
濱田 裕

- ◇趣味：ゴルフ、自転車、登山
- ◇休日の過ごし方：ロードバイクで庵治半島一周 (42km)
- ◇最近のお気に入り：ロードバイクのバージョンアップ
- ◇好きな食べ物：どろ焼き
- ◇苦手なもの：納豆



笑顔・声掛けを大事に一生懸命がんばります。よろしくお願いします。

予防医療センター担当  
看護師  
細川 奈穂美

- ◇趣味：旅行、甘いものを食べる
- ◇休日の過ごし方：子どもと遊ぶ、家族でゆっくり過ごす
- ◇最近のお気に入り：圧力鍋
- ◇好きな食べ物：お寿司、カフェラテ、チョコレート
- ◇苦手なもの：うなぎ



# おしゃべり 力

## 要介護にならないために Part 2

### 《食事編》

前回、要介護の予防には「フレイル（虚弱）」の早期発見が重要であることから、当施設の「フレイル・サルコペニア健診」をご紹介しました。今回はその重症化を予防・改善するための食生活について、お話しさせていただきます。

フレイルの診断基準に「体重減少」「筋力低下」がありますが、いずれも低栄養が原因となって発生します。身体機能が低下すると身体活動量が落ち、食欲が低下して、さらに低栄養におちいつてしまいます。こうした悪循環を断ち切ることが、フレイル予防の重要課題となります。

そこで、まずは1日3食欠かさず食べる習慣をつけましょう。欠食は、必要な栄養素やエネルギーの不足を招く原因となります。3食をきちんと摂ること、そしてなるべく主食・主菜・副菜の3皿を揃えるようにすることによって必要な栄養素をバランスよく摂取することができます。

また、筋肉の量や質が低下しないように、毎食、たんぱく質食品を「手のひら1枚分」に摂るようにしましょう。厚生労働省による『日本人の食事摂取基準』では、成人が1日に必要なたんぱく質量は摂取エネルギーの13〜20%としています。最新の2020年度版では、フレイル予防を目標として、65歳以上の高齢者のたんぱく質の目標量を摂取エネルギーの15〜20%と成人よりも最低量の数値を少し高く設定しています。一般的には、65歳以上の高齢者の場合、フレイル予防の観点から、体重1kgあたり1日に1g

以上のたんぱく質を摂取することが望ましいとも言われています。また、単に多く摂取すればよいというわけではなく、筋肉を維持するためには、朝夕の3食にバランスよく振り分けて食べることが重要です。

さらに、骨を丈夫に保つために、カルシウムやビタミンDを多く含む食品を積極的に摂るようにしましょう。きのこ類や魚類に多く含まれるビタミンDはカルシウムの吸収率をアップさせるだけでなく、筋力の維持にも大きく関わっています。ビタミンDは紫外線を浴びることで皮膚でも作られるので、適度な日光浴なども効果的です。

フレイルを予防し、健康寿命を延ばすためにも、日々の食生活を振り返ってみましょう。

### たんぱく質目安量

体重1kgあたり1g/日以上  
(例: 体重60kgならたんぱく質60g)

※ [g]: 含まれるたんぱく質の量

毎食手のひら1枚分が目安です

木綿豆腐1/3丁 100g [約7g]	絹ごし豆腐1/3丁 100g [約5g]	納豆1パック 35g [約6g]	卵1個 可食部50g [約6g]
白身魚・青背の魚 80g [約16g]	赤身の魚 80g [約18g]	牛・豚もも肉 80g [約17g]	鶏もも肉 80g [約15g]
			鶏むね・ささみ肉 80g [約18g]

たんぱく質を多く含む食品（肉・魚・卵・大豆）を、朝夕の主菜に「手のひら1枚分」を意識して、毎回、食べるようにしましょう。

※ 参考：サルコペニア診療ガイドライン2017年版  
監修：国立長寿医療研究センター 木下 かり氏

## TOPICS

### 乳がん検診 視触診についてのお知らせ

2015年9月、厚生労働省、がん検診のあり方に関する検討会中間報告書では「視触診は推奨しない」と提言されました。（厚労省HP「がん検診のあり方に関する検討会中間報告書参照」）

これを受けて、全国的に視触診は廃止されてきています。当施設でも2022年度から視触診を完全廃止することとし、2021年度はその移行期間として検査当日の結果説明は致しません。結果表でご確認ください。

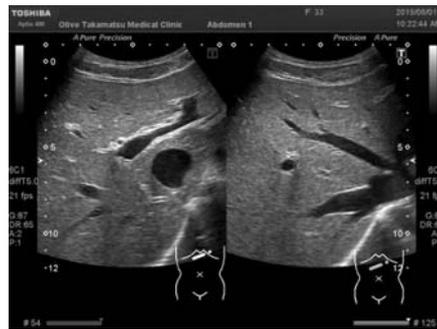
今後さらに、マンモグラフィと超音波検査の併用を推進していきたいと思っています。



### 〜腹部超音波 精度管理 4年連続A評価!〜

全国労働衛生団体連合会が実施している令和2年度腹部超音波検査精度管理調査に参加し、4年連続で最も優秀な成績であるA評価をいただきました。

この調査は、各施設が実施する腹部超音波検査の走査技術、読影技術および精度管理の実施状況を評価し、必要な指導を行うことにより、信頼性の高い優良な献身施設を育成し、早期がんの発見等受診者の利益につなげていくことを目的としています。



## 編集 後記

新緑が心地よい季節になってまいりました。皆様はいかがお過ごしでしょうか。昨年から引き続き、我慢、我慢の生活。テレビからは連日コロナのニュース。息の詰まる毎日です。そういう中で、当施設でもワクチン接種が始まりました。まずは高齢者の方から。本誌でもコロナワクチンがどのようなものか？副反応は？など皆様が疑問に思う内容を紹介しています。是非ご覧ください。また、CT装置、胃X線装置が新しくなりました。同時に検査室もリニューアルされより快適に検査を受けていただけるようになりました。長期自粛生活は、様々な病気へのリスクを高めます。お気軽にご相談ください。