

クリニックレター 2017年7月

〒663-8113 西宮市甲子園口2-8-31 医療法人岐黄会西本クリニック

TEL:0798-65-5111 FAX:0798-65-5115 HP: <http://www.nishimotoclinic.jp/>

このクリニックレターは、西本クリニックから患者様への情報を、すばやく、わかりやすくお伝えするためのお手紙です。原則月1回の発行で、スタッフが皆さんに知っていただきたい事をビビッドに発信していきます。

健康診断を受ける際に知っておきたいこと

最近では、多くの企業が健康診断をおこなっていますし、人間ドックに入られる方も多いと思います。今回は検診を受ける際に知っておいていただきたいことを、ピックアップしてみました。

その1. 胃透視は必要か？

はっきり言って、胃透視(バリウムを飲んでおこなう胃の検査)は、必要ないと思っています。胃透視は、レントゲンで写る「影」を見ているだけです。見落としも多く、放射線の被曝も多いので、デメリットのほうが大きいのです。私の周りでも、胃透視を受けている医者なんて聞いたことがありません。日本人では、胃癌になるのはピロリ菌が陽性である(か、あった)場合に限られますので、ピロリが陽性の場合には除菌をして、その後も毎年胃カメラを受ける、陰性で胃の粘膜がきれいであれば、4-5年に1回の胃カメラ、ということでのよいです。ただし、お酒をよく飲む方や喫煙歴のある方は食道癌のリスクがありますので、ピロリが陰性でも毎年胃カメラを受けられたほうがよいでしょう。

その2. 便潜血の検査は万能か？

便に血が混じっているかどうかの検査(便潜血)は、大腸癌の早期発見にある程度有効ですが、上行結腸(体の右側の大腸)では、便はまだ固まっていないので、その部分にポリープができていても、(便でこすることがないので)便潜血は陰性になることが多いです。大腸ポリープは放置すると徐々に大きくなり、癌化することが多いので、50歳台以降、喫煙・飲酒の習慣のある方は、定期的に大腸内視鏡を受けられるほうがよいでしょう。

その3. 癌マーカーは早期発見に役立つのか？

癌マーカーのなかで、唯一癌の早期発見に役立つのが、PSA(前立腺特異抗原)です。この検査は、4.0以下は陰性、4.0~8.0がグレーゾーン、8以上が危険領域と言われていますが、良性前立腺肥大や前立腺炎でも上昇することがありますので、数値が高いからといってすぐに悲観することはありませんが、4以上であれば、一度は泌尿器科専門医を受診されるべきです。この検査は、年1回であれば、保険診療でも測定が認められていますので、ご希望の方はお申し出ください。他の癌マーカーについては、それだけでは保険での測定ができないものが多く、他の画像診断とあわせて用いられる事が多いです。(自費での人間ドックでは測定可能です)

その4. 脳のMRIは必要か？

日本の医療機関におけるMRIの普及は異常とも言うていいほど多く、日本の一つの県にあるMRIの台数はヨーロッパの一国分に相当するといわれているほどです。MRIは被曝もなく、安全な検査ですので、高血圧や高脂血症など動脈硬化のリスクのある方や、ご家族に脳動脈瘤のある方がおられる場合は、定期的なチェックを受けられることをお勧めします。

その5. 婦人科検診、乳癌検診はいつから受けたらよいのか？

子宮癌、乳癌の発症年齢は、どんどん下がる傾向がありますので、少なくとも30歳を超えてからは、毎年検診を受けられることをお勧めします。

その6. 肺癌の早期発見は可能か？

これははっきり言って難しい問題です。肺癌の早期発見を積極的にしようと思えば、肺CTが必要ですが、放射線被曝の問題もあるため、すべての方にお勧めはできません。一般的には、タバコを吸った年数×1日の本数が500以上になる場合は、肺癌の高リスク群と言われているので、これに該当する方は、定期的な肺CT検査が望ましいと考えます。

その7. そもそも人間ドックは必要？

年に1回、とりあえず、すべての検査をいちどきにしたい、という方には、人間ドックは有意義だと思います。しかし、どうせなら熟達した医師のもとで検査を受けたい、と思われる方は、それぞれの分野のエキスパートをご紹介しますので、どうぞ、外来受診の際に西本までご相談ください。

6月17日(土曜日)に、25名の患者様にご参加いただき、「体とココロを緩めるための医療体操教室 足助式医療体操体験会」をおこないました。思ったよりハードだった、という声もありましたが、講師の方々の指導の下、皆さん、よい汗をかいていたことと思います。今回参加された方で、もっとこの体操を続けたいと思われる方は、今回は参加できなかったが、興味があるので体験してみたいと思われる方は、下記の場所にて定期的に教室がありますので、お問い合わせいただければと思います。

足助医療体操教室

#) プレラ西宮 6階和室 西宮市高松町4-8

2・4水曜日 18:30~20:15 ¥1,500/回

問い合わせ 畑田 090-1144-9676

#) アプリ甲東 3階教室 西宮市甲東園3-2-29

第4月曜日 13:30~15:30 ¥1,500/回

問い合わせ TEL 06-6252-2527(大阪漢方医学振興財団)

*他に、大阪中崎町、東心斎橋、長岡天神宮などで開催されています。



自宅でできるウエルエイジングのための 筋肉トレーニング&ストレッチ

完成しました！！

安全で確実な効果を得るために、内科医(私)・整形外科医とプロのトレーナーとのコラボで作上げたDVDです。充実した毎日を送るために、是非、ご活用ください。1枚¥1,500 受付でお求めいただけます。

お車で来院される患者様へ

歩行者や近隣の方の迷惑になりますので、駐車場の指定されたスペース以外、及び、クリニック周辺の道路には、絶対に車を駐車されないようお願いいたします。駐車場で長時間のアイドリングもお控えください。