

MEDICAL NEWS

ホームページアドレス <http://hospital.kikkoman.co.jp/>

皆さんは、いつまでも元氣でいるのが
分の姿を描いてしませんか。
また、きっと私は寂たきりにはならぬ
な、と思つてしませんか。

日本は世界にさきがけて高齢社会を迎えて、特に女性は平均寿命が約80歳を超えて世界一になっています。しかし、平均寿命は寝たきりや認知症といった介護を要する期間を含めていたために、本当に元気でいられる健康寿命を別に計算することになりました。現在、健康寿命は、平均余命と同様で76歳と世界一です。しかし寝たきりなど、平均余命から健康寿命を引いた値は、6年以上でこれも世界一です。この寝たきりになる原因は、「脳血管疾患」「骨折」も伴う運動器疾患「痴呆」の3つで50%以上を占めています。入院して治療が必要となる運動器障害は50歳以降に多発しています。このことは多くの人にとつて運動器を健康に保つことが難しいことを示しています。現在、我々整形外科医はこのような運動疾患に対して、「ロコモーション病」と名付けて積極的に予防に努め啓蒙運動を行なっています。この疾患の中で、

特に高齢化と共に増えてくる骨粗鬆症についてお話ししたいと思います。以前から骨粗鬆症は骨密度の低下と理解されましたが、2000年に開かれたN-I-H（米国国立衛生研究所）のコンセンサス会議では、「骨強度の低下を特徴とし、骨折のリスクが増大しやすくなる骨格疾患」と骨粗鬆症の定義を変更しています。データが古いのですが、2004年10月1日現在における50歳以上の推計人口は5,247万人（男性2,409万人、女性2,838万人）であるので、骨粗鬆症罹患率をもとにすると、50歳以上の男性では96万人、女性では681万人が骨粗鬆症に罹患していることになります。そのうち骨折の罹患は、大腿骨頸部骨折について過去5年ごとに4回の全国規模の調査が行われており、2002年の第4回調査の結果によると、大腿骨頸部骨折の推定発生数は17,900人（男性25,300人、女性92,600人）であり、前3回の調査結果よりもさらに患者数が増えています。すなわち初回（53,100人・男性13,500人、女性39,600人）、2回目（76,600人・

男性18,700人、女性57,900人)、3回目(92,400人・男性20,800人、女性71,600人)と患者数が大きく増加しています。これを年代別でみると、大腿骨頸部骨折の発生率は年齢とともに上昇し、女性は男性より約3倍患者数が多いようです。また、骨粗鬆症の関連した骨折は大腿骨頸部骨折以外に、上腕骨近位部骨折、橈骨尺骨遠位端骨折、脊椎圧迫骨折と罹患率は一層増えてきます。

量不足、食塩摂取過多、ダイエット（特に若年者）、運動不足、日照不足、喫煙、飲酒、コーヒー摂取の過多）です。生活習慣を変更することで、除去可能な因子に対しては積極的に改善したほうが良いでしょう。

副院長・整形外科部長 田中利和



↓ ブリッジ運動



①開始肢位
膝を立てた状態で横になる。

②ブリッジ時
腰と背中を床から浮かし、
ブリッジをする。

20回 3セット
フランギング→
片足立ちを30秒間行う。両足行うこと。
転倒予防のために、何かにつかまると良い。
30秒両側 3回

疼痛のない範囲で、徐々に行って
ください。

協力：リハビリテーション科 理学療法士 大西史基



背筋のばし

両腕を首の後に回し、胸
を張り背筋を伸ばす運動。
30秒 3回



スが多いのです。老化による骨量の減少は誰にでも起こりますが、最大骨量が高ければ骨量が減つても骨粗鬆症になる危険ゾーンに入ることはあります。最大骨量を高くするためには子どものころから栄養、特にカルシウムをしっかりと摂ることが大切です。また、骨量が減少しはじめてからも、生活習慣を改善することで減少のカーブを緩やかにし、骨粗鬆症を予防することができます。

病院では、種々の骨粗鬆症の薬を用意しています。ビスフォスフォネート製剤（骨の吸収を抑制する薬）、活性ビタミンD製剤（腸からのCaの吸収を

良くする）、ビタミンK（腸管からのCa吸収を促進させる）などがありますが、これらの治療に併せて運動療法が大切になります。

ウォーキングは年齢を問わず気軽に続けられますし、毎日、長時間行えば大きな効果が期待できます。ストレッチングや腹筋や背筋、腕や足、腰の筋肉を鍛える運動も併せて行うと効果的です。今回代表的な運動療法を写真で紹介いたします。明日と言わず今日から開始しましょう。少しでも寝たきり期間を少なくするように頑張っていきましょう。

院長コラム

“いつまでも明るく元気で！”

キッコーマン総合病院・院長 久保田 芳郎

医学の進歩と生活環境の変化は、私たちの寿命を大きく伸ばしてくれました。2010年の日本人の平均寿命は、男性が79.64歳、女性が86.39歳となっています。この調査が始まった今から90年前の1921年の平均寿命は男性が42.1歳、女性が43.2歳でした。私を含め、いわゆる団塊の世代が生まれた約60年前でも、男性が61.9歳、女性が65.5歳だったことを考えると、現代がいかに長寿社会・高齢社会であるかがわかります。

長寿のシンボルともいえる百寿者（100歳以上の方）は、調査を開始した1963年にはわずか153名でしたが、2010年では4万7千人と急増しています。男性6,162人、女性4万1,594人と女性が87.1%を占め、女性の方が長生きであることがわかります。人口10万人あたり37.29人が百寿者で、島根（75.70人）、高知（67.58人）、沖縄（66.04人）が多く、埼玉（21.13人）、愛知（23.80人）、千葉（25.49人）が少ないという報告でした。国内最高齢は114歳で、女性は長谷川チヨノさん（1896年11月20日生）、男性は木村次郎衛門さん（1897年4月19日生）という方です。

百寿者はどのような性格の方が多いのでしょうか。

男性と女性では性格特性に差があります。男性では身体の細かい変化に気づき早目に医者に行き、人に頼らず依存心の少ない男性、女性では活動的で社交性があり、意志が強く、依存心の少ない女性という特徴が見られます。男性は“我が道を行く”タイプ、女性では“面倒見がよく親分肌の方”が多いといえばわかりやすいでしょうか。しかし男女とも意志が強く、依存心が少ないと私は共通しています。

さらに、特徴的なのは自分の人生を肯定的に捉え、満足感に満ち溢れた方々であることです。この満足感は日本だけでなくスウェーデンの百寿者でも見られます。近年、性格特性と脳の活動の間に関連があるという報告が出てきました。セロトニンなどの脳内物質が関係しているそうです。昔から“病は気から”、“笑う門には福来たる”ということわざがありますが、それが医学的に証明されたと言えます。笑うと免疫力が高まり、満ち足りた心は元気を生みます。病に苦しむ患者さんはそれでなくても気持ちが沈みがちです。しかし、とにかく明るく前向きな人生を歩むことが病を吹き飛ばし、ひいては長寿につながります。さあ、明るく元気を出しましょう！

常勤医師紹介



院長(外科)
くろだ よしろう
久保田 芳郎

専門分野 消化器外科、大腸肛門外科

東京大学1974年卒業

医学博士、東京理科大学薬学部客員教授、日本大腸肛門病学会評議員・指導医・専門医、日本消化器病学会関東支部会評議員、日本人間ドック学会評議員・指導医・専門医・認定医、日本外科学会認定医、日本消化器外科学会指導医・専門医、日本消化器病学会指導医・専門医、日本医師会認定健康スポーツ医、日本医師会認定産業医



内科



院長代理・診療部長
みやうち しげる
三上 繁

専門分野 消化器内科
肝胆脾内科

千葉大学1986年卒業

医学博士、東京理科大学薬学部客員教授、日本消化器病学会評議員、日本肝臓学会東部会会員、日本消化器病学会関東支部会評議員、日本消化器病学会指導医・専門医、日本肝臓学会指導医・専門医、日本超音波医学学会指導医・専門医、日本消化器内鏡学会指導医・専門医、日本人間ドック学会指導医・専門医・認定医、日本胆道学会指導医、日本消化管学会胃腸科認定医、日本内科学会認定医、日本感染症学会ICD(感染制御医)、日本医師会認定産業医、日本医師会認定健康スポーツ医、全日本病院協会保健指導士



内科部長
あき もと まさ ひで
秋本 政秀

専門分野 消化器内科
肝胆脾内科

千葉大学1990年卒業

医学博士、日本内科学会認定医、日本消化器病学会専門医、日本肝臓学会専門医



循環器内科部長
おおの のり ひこ
大野 則彦

専門分野 循環器内科

山形大学1993年卒業

医学博士、日本内科学会専門医、日本循環器学会専門医、日本医師会認定産業医



消化器内科部長
しみず し ろう
清水 史郎

専門分野 消化器内科

富山医科薬科大学1995年卒業

医学博士、日本感染症学会ICD(感染制御医)、日本医師会認定産業医、日本臨床検査医学会臨床検査管理医

内科



生活習慣病内科部長
ささき のぶ かず
佐々木 信和

専門分野 生活習慣病

島根医科大学(現島根大学)1997年卒業

日本内科学会認定医、日本抗加齢医学会専門医、日本医師会認定産業医、日本補完代替医療学会常任委員、日本補完代替医療学会認定学識医、日本人間ドック学会専門医・認定医、日本臨床栄養学会認定臨床栄養医、全日本病院協会保健指導士



内科医師
えとう れい こ
江東 玲子

専門分野 消化器内科

日本大学2002年卒業

医学博士、日本内科学会認定医、日本消化器病学会専門医、日本肝臓学会専門医、日本がん治療認定医機構がん治療認定医

眼科



眼科部長
おば ざわ みのる
尾羽澤 実

専門分野 緑内障

東海大学1994年卒業

医学博士、日本眼科学会専門医

小児科



小児科部長
あくた なお こ
芥 直子

専門分野 小児血液腫瘍学
小児リウマチ学

愛媛大学1985年卒業

医学博士、日本小児科学会専門医、日本補完代替医療学会認定学識医、日本補完代替医療学会常任委員、日本医師会認定健康スポーツ医、健康食品管理士、日本体育協会認定スポーツ医

外科



外科部長
かわ ぐち よね えい
川口 米栄

専門分野 内視鏡外科
肝胆脾外科
乳腺外科

東京大学1987年卒業

日本外科学会指導医・専門医・認定医、日本消化器外科学会認定医、日本消化器外科学会消化器がん外科治療認定医、マンモグラフィ検診精度管理中央委員会認定医



外科医長
たなか じゅんいちろう
田中 潤一郎

専門分野 大腸肛門外科
消化器外科

東京大学1999年卒業

医学博士、日本外科学会専門医



外科医師
もちづき やす あき
望月 康晃

専門分野 消化器外科

東京大学2006年卒業

麻酔科



麻酔科部長
いち はら やす こ
市原 靖子

専門分野 臨床麻酔
悪性高熱症

東邦大学1990年卒業

医学博士、埼玉医科大学客員准教授、日本麻酔科学会専門医・指導医、麻酔科榜榜医、日本ペインクリニック学会専門医

整形外科



副院長・整形外科部長
たなか とし かず
田中 利和

専門分野 上肢機能外科

旭川医科大学1985年卒業

医学博士、日本手外科学会評議員、日本肘関節学会評議員、東日本整形災害外科学会評議員、日本整形外科学会専門医、日本手外科学会専門医、日本整形外科学会認定脊椎脊髄病医、日本整形外科学会認定スポーツ医、日本体育協会認定スポーツ医、日本整形外科学会認定リハビリテーション医、日本医師会認定産業医



整形外科副部長
やない たか じ
野内 隆治

専門分野 足の外科

信州大学1996年卒業

医学博士、日本整形外科学会専門医



整形外科医長
お がわ たけし
小川 健

専門分野 上肢機能外科

筑波大学1998年卒業

医学博士、日本整形外科学会専門医、日本体育協会認定スポーツ医、日本整形外科学会認定脊椎脊髄病医、日本整形外科学会認定リハビリテーション医



整形外科医師
たに ぐち ゆう
谷口 悠

専門分野 整形外科一般

筑波大学2007年卒業

診療担当表

●全科で予約診療を実施しています。お電話でのご予約受付時間は月曜～土曜(休診日除く)の午前9時から午後4時まで。

ご予約
専用電話番号

04-7123-5901(直通)

受診の際は診察券をお忘れなく、月初
めの受診日には保険証をお持ち下さい。

※休診等で変更になる場合がございます。ご了承ください。

●外来受付時間 午前8時～11時、午後1時～午後3時

小児科の午後の診療は木曜日以外完全予約制になりますが、月・水・金は当日予約ができます。(小児科のみ一般診察は午後2時30分から)
外科・乳腺外来 本郷医師の診療は、予約係に診療日をご確認の上、ご予約ください。

平成24年2月1日現在

診 察 科		診 療 案 内	月	火	水	木	金	土
内 科	午前	消化器	三上/江東	清 水	秋 本	清 水	三上/江東	秋 本
		生活習慣病	佐々木		佐々木/土屋	塚 越		佐々木
		呼吸器			小田島	栗 山	安 藤	
		腎 臓	火曜日又は土曜日の不定期・病院へお問い合わせ下さい。					
	リウマチ・膠原病			萩 谷				第2・4週 高 橋
循環器内科	午後	消化器			江 東	今村(予約)	清 水	
		生活習慣病		佐々木(予約)	禁煙外来 佐々木(予約)			禁煙外来 佐々木(予約)
		呼吸器				栗 山	安 藤	
循環器内科	午前	総 合	大 野	大 野	山 田	久 保 田	大 野	木 股
外 科	午前	総合・消化器	久 保 田	田 中	川 口	川 口	久 保 田	川 口
			田 中	望 月			田 中	望 月
	午後	予約制 腫瘍外科 (セカンドオピニオン)外来						山 口 第3週
		予約制 乳 腺 外 来		仁禮(女性)				本郷(女性) 月2回
産 婦 人 科	午前	総 合		入 江	加藤(女性)	林		第3週 飯 塚
	午後	総 合		入 江	加藤(女性)	林		第3週 飯 塚
小 児 科	午前	総 合	芥	芥	芥	本 村	芥	芥
	午後	総 合	芥		芥	赤(第4週 芥)	芥	
		予約制 専 門 外 来	予防接種	元気な子	予防接種	予防接種	予防接種	元気な子 (第4週休診)
整 形 外 科	午前	総 合	田 中	田 中	小 川	野 内	田 中	野 内
			落 合	小 川		谷 口	谷 口	小 川
			竹 内	谷 口		酒井(第3週休診) (脊椎専門、予約)	筑波大医師 (小児股関節外来)	竹 内
	午後	総 合			野 内			
		予約制 専 門 外 来	股関節外来(第2・4) 菅 谷	スポーツ外来 小 川		足の外科 野 内	手の外科 田 中	
耳 鼻 咽 喉 科	午前	総 合	森 下	茂 木	谷 口	遠 藤	力 武	第1・3・5 森 第2・4 三 浦
	午後	総 合	岩 崎	茂 木	谷 口	遠 藤	力 武	第1・3・5 森 第2・4 三 浦
眼 科	午前	総 合	尾 羽 澤	都 築	尾羽澤/河野	鴨 下	尾 羽 澤	尾 羽 澤
	午後	検 查	検 查	検 查	検 查	篠 田	検 查	
	夕方	総 合			尾 羽 澤 予約制			
皮 膚 科	午後	総 合			宇 賀 神		宗 次	
泌 尿 器 科	午後	総 合		阪 口			大 村	
脳 神 経 外 科	午後	総 合						東大医師

循環器・消化器病検査担当表

平成24年2月1日現在

検査名		月	火	水	木	金	土
胃 内 視 鏡	午前	川口／望月	三上／江東	清水／江東	田中／望月	秋 本	三 上
腹 部 超 音 波	午前	秋本／清水	秋 本		三上／江東		清水／江東
乳腺・甲状腺超音波	午前			田中／望月		川口／望月	
乳 腺 超 音 波	午後		仁禮または 担当検査技師				月2回(本郷または 担当検査技師)
頸動脈超音波(13:30~)	午後	担当検査技師		担当検査技師	担当検査技師	担当検査技師	月2または3回※ 担当検査技師
大 腸 内 視 鏡	午後	三上/秋本/清水/江東	久保田/田中/望月	秋本／清水	川口/田中/望月	三上/秋本/江東	
心 臓 超 音 波	午前 午後	午後 大 野		午後 山 田		午後 大 野	午前 木 股

※頸動脈超音波の土曜日の検査は、月によって実施日に変動があります。何週目の土曜日かは、診察時にお問い合わせ下さい。

専門外来(予約)・特別診療のお知らせ

詳しくは各外来または予約係にお尋ね下さい。

平成24年2月1日現在

●外 科	腫瘍外科(セカンドオピニオン)外来 (第3土曜日午後) 担当:山口博紀
	乳 腺 外 来 (火曜日午後) (土曜日午後月2回) 担当:仁禮貴子
	※乳腺外来土曜日午後の診療は、月によって実施日に変動があります。何週目の土曜日かは、予約係にご確認下さい。
	ストーマ外来 (第1・3金曜日午前) 担当:川口米栄 鈴木麻子 (皮膚・排泄ケア認定看護師)
●整 形 外 科	手の外科外来 (金曜日午後) 担当:田中利和 足の外科外来 (木曜日午後) 担当:野内隆治 スポーツ外来 (火曜日午後) 担当:小川 健 股関節外来 (第2・4月曜日午後) 担当:菅谷 久 脊椎外来 (第1・2・4・5木曜日午前) 担当:酒井 晋介
●小 児 科	元気な子外来 (火曜日午後・第4週を除く土曜日午後(第4土曜日休診)) 担当:芥 直子 ※元気な子外来では乳幼児健診・慢性疾患の経過観察・育児教育相談・うつらない病気等の診察を行います。 神経外来 (第3土曜日午前) 担当:広瀬宏之 内分泌外来 (第3土曜日午後) 担当:磯島 豪 予防接種 (月曜日～土曜日午後) ※土曜日午後の予防接種は原則小学生以上のお子様が対象です。 第4土曜日は元気な子外来休診のため、予防接種も休診となります。
●内 科	禁煙外来 (水曜日午後・土曜日午後) 担当:佐々木信和

2012年 キッコーマン総合病院カレンダー

2 February		3 March		4 April	
日	月	火	水	木	金
1	2	3	4	1	2
5	6	7	8	9	10
12	13	14	15	16	17
19	20	21	22	23	24
26	27	28	29	30	31
5 May		6 June		■は休診日	
日	月	火	水	木	金
1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11
13	14	15	16	17	18
20	21	22	23	24	25
27	28	29	30	31	
3	4	5	6	7	8
10	11	12	13	14	15
17	18	19	20	21	22
24	25	26	27	28	29
30					

おもな非常勤外来担当医師紹介

内 科

内科
(木曜日午後)
今村 隆明

専門分野 消化器内科

千葉大学1996年卒業
医学博士、日本内科学会認定内科専門医、米国内科学会正会員、米国消化器病学会正会員、日本消化器病学会専門医、日本肝臓学会専門医

生活習慣病内科
(水曜日午前)
土屋 天文

専門分野 糖尿病、内分泌代謝

群馬大学1995年卒業
医学博士、日本糖尿病学会専門医、日本内科学会認定医

生活習慣病内科
(木曜日午前)
塙越 乃亜

専門分野 糖尿病、内分泌代謝

獨協医科大学2000年卒業
日本内科学会認定医、日本糖尿病学会専門医

循環器内科
(木曜日午前)
久保田 健之

専門分野 循環器一般

東京慈恵会医科大学2000年卒業
日本循環器学会専門医、日本内科学会認定医

循環器内科
(土曜日午前)
木股 伸恒

専門分野 虚血性心疾患、末梢血管疾患

日本医科大学2003年卒業
日本内科学会認定医、日本循環器学会専門医、日本心血管インターベンション治療学会認定医

内 科

循環器内科
(水曜日午前)
山田 崇之

専門分野 虚血性心疾患

東京慈恵会医科大学2006年卒業
日本内科学会認定医

呼吸器内科
(木曜日午前・午後)
栗山 祥子

専門分野 呼吸器内科

順天堂大学2006年卒業
日本内科学会認定医

呼吸器内科
(金曜日午前・午後)
安藤 克利

専門分野 呼吸器内科

東京慈恵会医科大学2006年卒業
日本内科学会認定医

呼吸器内科
(水曜日午前)
小田島 岳人

専門分野 呼吸器内科

東京慈恵会医科大学2006年卒業
日本内科学会認定医

内 科

リウマチ・膠原病内科
(第2・4・土曜日午前)
高橋 令子

専門分野 膠原病・リウマチ内科

山形大学1997年卒業
日本内科学会認定医、日本リウマチ学会専門医、日本リウマチ病団登録医

リウマチ・膠原病内科
(水曜日午前)
萩谷 千裕

専門分野 膠原病一般

筑波大学2009年卒業

腎臓内科
(火曜日または土曜日)
太田 義章

専門分野 腎臓内科

千葉大学1978年卒業
医学博士、日本内科学会認定医、日本腎臓病学会専門医、日本医師会認定産業医



小児科

(第1・2・3・5木曜日午後)
赤木 智美男

専門分野 小児循環器病学、医学教育学

東京大学1979年卒業
医学博士、杏林大学医学教育学教授、日本小児科学会小児科専門医

(木曜日午前)
本村 あい

専門分野 小児血液腫瘍学

香川医科大学2000年卒業
日本小児科学会小児科専門医、東京大学小児科助教

外 科

腫瘍外科(セカンドオピニオン)外来
(第3土曜日午後)
山口 博紀

専門分野 消化器外科、乳腺外科

東京大学1993年卒業
医学博士、東京大学附属病院腫瘍外科・大腸肛門外科・血管外科学長、日本外科学会外科専門医・認定医、日本消化器外科学会消化器がん外科治療認定医、日本がん治療認定医機構暫定教育医・がん治療認定医、日本乳癌学会認定医、日本醫師会認定産業医

乳腺外来
(月2回不定期土曜日午後)
本郷 久美子

専門分野 乳腺外科、消化器外科

東京医科大学2002年卒業
日本外科学会専門医、マンモグラフィ検診精度管理中央委員会認定医、日本乳腺甲状腺超音波診断会議検査実施資格者

乳腺外来
(火曜日午後)
仁禮 貴子

専門分野 乳腺外科、消化器外科

信州大学2004年卒業
日本外科学会専門医、マンモグラフィ検診精度管理中央委員会認定医

整形外科

整形外科
(月曜日午前)
落合 直之

専門分野 上肢機能外科

東京大学1973年卒業
医学博士、筑波大学整形外科教授、日本整形外科学会代議員・専門医、日本リハビリーション医学会認定臨床医、日本手外科学会理事、日本臨床スポーツ医学会評議員、日本肘関節研究会監事、日本末梢神経学会理事、日本創外固定・骨延長学会幹事

脊椎外来
(第1・2・4・5週木曜日午前)
酒井 普介

専門分野 脊椎外科

筑波大学1997年卒業
医学博士、日本整形外科学会専門医、日本整形外科学会認定脊椎・脊髄病医

整形外科
(月曜日・金曜日午前)
竹内 亮子
(旧姓:阿部)

専門分野 小兒整形外科

琉球大学2001年卒業
日本整形外科学会専門医

整形外科、股関節外来
(土曜日午前、第2・4月曜日午後)
菅谷 久

専門分野 股関節外科

筑波大学2004年卒業

(木曜日午後)
篠田 啓

専門分野 網膜硝子体・視覚生理

慶應義塾大学1990年卒業
医学博士、日本眼科学会指導医・専門医

耳鼻咽喉科

(水曜日午前・午後)
谷口 雄一郎

専門分野 中耳疾患、鼻副鼻腔疾患

東京慈恵会医科大学1996年卒業
医学博士、日本耳鼻咽喉科学会専門医、日本睡眠学会認定医

(木曜日午前・午後)
林 雅敏

専門分野 更年期医学、生殖医学、悪性腫瘍学、周産期医学

東京医科歯科大学1975年卒業
医学博士、獨協医科大学医学部産婦人科副院長、産婦人科教授、日本母胎共生学会常務理事、日本妊娠高血圧学会会員、日本女性心身医学会理事、培養胚盤人科会員、日本婦人科腫瘍学会評議員、日本更年期医学会評議員、日本産婦人科・新生児血液学会評議員、日本臨床妊娠胎盤学会評議員、悪性腫瘍化学療法研究機構(JOGOG)会員、日本産婦人科学会専門医

(水曜日午前・午後)
加藤 理恵子

専門分野 産科婦人科学

信州大学1997年卒業

(第3土曜日午前・午後)
飯塚 真

専門分野 産科婦人科学

獨協医科大学2004年卒業

(火曜日午前・午後)
入江 太一

専門分野 産科婦人科学

東京医科大学2009年卒業

超音波(エコー)検査をご存知ですか?

臨床検査技師：小野塚 圭、金沢 真由美

超音波(エコー)検査とは？

超音波を体の中に発信し、臓器に当たった反射波を画像化するのが超音波検査の原理です。超音波検査では、各臓器（肝臓・脾臓・腎臓など）の腫瘍、形状の変化、位置異常、痛みの原因、血管の異常などの情報を得ることができます。CT検査・MRI検査と共に超音波検査は、現代医療に必要不可欠な検査となっています。しかし、この検査は術者の技量に依存する面があり、検査の精度を保つことが必要です。当院は千葉県で18施設しか認定されていない日本超音波医学会専門医研修施設に指定されており、検査レベルの向上に日々努めています。



超音波検査の特徴

超音波は、お腹の赤ちゃんにも使えるほど体に影響がなく、無害で痛みもありません。1回の検査で多くの臓器を観察することができます。また、超音波検査ではさまざまな角度から観察することが可能で、見たいところを絞って詳しく調べることもできます。超音波検査の利用範囲は広く、スクリーニングから精密検査、さらには緊急検査まで幅広く対応でき検査の結果がその場で得られます。

超音波検査の種類

1. 腹部超音波検査

肝臓・胆嚢・脾臓・腎臓などを検査します。超音波の伝わりを良くするためにお腹にゼリーを塗り、息を吸ったり吐いたりして見えにくい位置にある臓器を見やすい位置に移動させながら検査します。代表的な疾患として、肝硬変・肝臓腫瘍・脂肪肝・胆石・胆嚢ポリープ・脾臓や脾臓の腫瘍・腎結石・虫垂炎・憩室炎などが見つかります。

2. 甲状腺超音波検査

甲状腺の大きさや均一性を観察し、大きさの変化や腫瘍がないかを検査します。

3. 乳腺超音波検査

両側の乳房全体を観察し、腫瘍がないかを検査します。

4. 頸動脈超音波検査

首の外側から超音波を当て、血管壁の厚さや血栓の有無、血液の速度などを調べる検査で、この検査により全身の血管状態や動脈硬化の程度を予測できます。動脈硬化は脳血管障害や心臓病などいろいろな病気を引き起こす原因とも言われています。糖尿病、高脂血症、高血圧症と言われている方や、その疑いがある方は一度検査をお勧めします。

5. 心臓超音波検査

心臓の大きさ、心臓の壁の厚さ・動き、弁の状態、血液の流れに逆流や乱れがないかを検査します。心肥大、弁膜症、心筋梗塞などがわかります。

フィブロスキヤン(汎用超音波画像診断装置)とは？

わかりやすく言うと肝臓の硬さ（線維化）を見る検査です。測定方法は、超音波検査のような装置で探触子を脇腹に当てて、振動が肝臓を伝わる速度を測定します。今まで肝臓の線維化の程度を知るには、入院して「肝生検」と言われる直接肝臓に針を刺して組織を採取し顕微鏡で見る検査しかありませんでしたが、この装置により入院することなく肝臓の線維化の程度を知ることができます。現時点では、この検査ができるのは、千葉県内で当院のみとなっています。

日本では肥満の人が増えており、脂肪肝と診断される人が急増しています。ただの脂肪肝の段階であれば減量すれば元に戻りますが、脂肪肝の人の中には線維化が進み肝硬変や肝細胞癌になって亡くなる人がいます。このような病態を「非アルコール性脂肪肝炎(NASH)」と言い、アルコールを飲まない肥満などによるただの脂肪肝だと思っていたら肝炎となって線維化が進んでいくという恐ろしい病気です。NASHは通常の検査では分からず診断には肝生検が必要でしたが、今後は脂肪肝の人をフィブロスキヤンで定期的に検査することにより、NASHを早期診断できるようになるのではないかと期待されています。

大豆って、いいね！



栄養科 管理栄養士 猪瀬 凡穂

2月に入り立春を迎えると、暦の上ではもう春を迎えます。立春の前日は節分と呼ばれ、悪い事を追い払う意味で豆まきをするのが風習になっています。

地方によっては落花生をまく所もあるそうですが、一般的に豆まきといえば「乾燥大豆」。そこで今回は大豆の栄養について紹介します。

大豆は、「畑の肉」とも呼ばれるほどたんぱく質が豊富に含まれています。たんぱく質は人間の体に大切な栄養素なので、食事で摂る必要がありますが、たんぱく質を作る20種類のアミノ酸のうち「必須アミノ酸」と呼ばれる9種類のアミノ酸は、人間の体内で作り出すことができません。この必須アミノ酸をバランス良く豊富に含んでいる食材の1つが大豆です。肉や鶏卵を食べて良質なたんぱく質を補うことはできますが、食べる量が増える程気になってくるものがコレステロールです。大豆はコレステロールゼロの食品であり、大豆のたんぱく質にはコレステロールを下げる働きもあります。たんぱく質の他にも、腸内細菌のエネルギー源（えさ）になりお腹の調子を整えてくれる大豆オリゴ糖や、カルシウム・



マグネシウム・カリウム・鉄などのミネラルも豊富です。

乾燥大豆だけではなく、大豆には、豆腐や豆乳、納豆などの加工食品がたくさんあります。中でも豆乳は大豆を粉碎し、それを搾って作るために更に吸収が良くなっています。飲みやすいように味を付けた豆乳もたくさん販売されていますので、是非お試しください。

節分には年の数だけ豆を食べる風習もあります。節分の時だけではなく、普段から食事に大豆製品を取り入れて健康に過ごしましょう。

編集後記

昨年3月の震災から一年が経過しようとしています。振り返れば、3月11日は新病院建設の第一歩として、病院前の道路が閉鎖され新しく道路が開通された日でした。真新しいアスファルトの道路を病棟の窓から眺めていたあの朝のこととは、昨日のことのようです。あの時に更地だった新病院建設場所に今では新病院の建物が建ち、時の経過を実感します。地域の皆様に満足いただける病院を目指し、準備に励んでおります。

発行 キッコーマン総合病院広報委員会
〒278-0005 千葉県野田市宮崎100
TEL.04-7123-5911(代表)
FAX.04-7123-5920

看護部長 伊藤 郁江