

八王子消化器病院ニュース

おおるり

HACHIOJI DIGESTIVE DISEASE HOSPITAL NEWS

第55号

医療法人財団 中山会

八王子消化器病院

消化器病専門医療機関・東京女子医大関連病院

日本医療機能評価機構認定病院

〒192-0903 東京都八王子市万町 177-3

TEL : 042-626-5111

www.八王子消化器病院.com

制作 (株) 教育広報社



食と医

八王子消化器病院 病院長 小池 伸定

本格的な夏に向け、日増しに日差しも強くなってきました。今年の梅雨は雨が少なく加えて、猛暑が予想される中、水不足が懸念されます。また、夏痩せの言葉があるように食欲が落ち体力が低下しますので、しっかり食べて水分を十分に摂り、空調を含めた熱中症対策が必要です。

夏の食欲をそそる食べ物と言えば、今では絶滅危惧種に指定されている鰻があります。「土用丑の日」に鰻を食べる習慣は諸説ありますが、丑の日に「う」のつくものを食べると夏バテしないと江戸時代に平賀源内によつて広められたという説があります。蒲焼一串にはビタミンAとタンパク質が成人必要量の2日分があり、養生食となっていました。また、脚気(ビタミンB1欠乏)は江戸患いと言われ、白米を食べる富裕層が罹り、庶民は玄米(ビタミンB1含む)を食べるため罹らなかったのです。蕎麦(ビタミンB1含む)を食べると快方に向かうことから、関東ではうどんより蕎麦を食するようになったとも言われます。その後、鈴木梅太郎が1910年に玄米の米糠からビタミンB1を抽出し、脚気の予防となることを発見したのは興味深いですね。時代を下って現在の我々の食生活はどうで

しょう。日本人の死亡の主因である、がん、心疾患、脳血管障害なども食事の変化が関係していると言われ、特に糖尿病においては顕著です。日本の医療費40兆円の内、糖尿病関連で1兆円を占めます。3年の米留学経験のある私も肥満型の欧米人より日本人(東アジア圏)の糖尿病有病率が高いというのには確かに信じ難いですが、日本人は欧米人に比べインスリン分泌量が少ないと言われています。糖尿病発症にはインスリン抵抗性(インスリンが効かなくなる状態)が増大し、インスリン分泌量が下がってくる(50%低下)ことが関係します。日本人は欧米人よりインスリン抵抗性が強く、さらにインスリン分泌量が低下しやすいので軽度の肥満でも糖尿病を発症します。国立がんセンターの「がん情報サービスク」にも食生活とがんの記載があります。米国では食生活の改善でがんでの死亡を30%予防できるという論文発表もあります。がんは様々な要因で発症しますが、消化器癌でも食事との関連が明らかになっています。食道癌は男性に多く、そして地域では秋田、沖縄、鹿児島県が挙げられます。これはアルコールの消費量に正に相関しています。熱い物も食道粘膜を障害するため病因

になります。胃癌の罹患率では塩分摂取量の多い東北と日本海側が高く、塩分の少ないハワイ日系人の胃癌発症が日本の1/3のことから、このレベルまで発症予防が可能ではないかと推測されます。塩分制限(8g/日)と果物、野菜摂取が胃癌の予防となるかは現在研究中です。大腸癌については世界保健機構(WHO)の国際がん研究機関がソーセージ、ベーコンなどの加工肉をリスクファクターとして発表、日本でも同様の研究が8万人を対象に行われました。日本人が一般的に食べる量では、はつきりとした発症リスクは証明されませんでした。加工肉を多量に摂取する男性では結腸癌のリスクが上がることを否定できなかったのです。戦後日本人の大腸癌が増加したことを念頭に、国は過剰な肉の摂取に警鐘をならしています。胃癌は世界的にみると減少しています。これは冷蔵庫の普及で食品を保存できるようになり塩分摂取量が減り、野菜の摂取が増えたことと関係があります。食生活と病気の関連を特定するには何万人にのぼる追跡調査が必要で時間を要しますが、多くの研究成果で分かっていることもありますので、実感がなくても知れませんが、毎日の食事に注意を払うことが病気の予防になることを信じて実践なさってはいかがでしょうか？

《参考文献》
まるわかり江戸の医学…酒井シヅ著
国立がんセンター…がん情報サービスク
文藝春秋…食と薬の常識が変わった

もっと知りたい!
 身体 治療 病気のこト
 膵臓病講座 ◆ 第2回
 膵臓病の診察と主な検査法
 八王子消化器病院 顧問 今泉 俊秀

はじめに

前回は、膵臓の仕組みと働きについて解説いたしました。膵臓の3つの区分である「膵頭部」「膵尾部」「膵体部」や主な働きである「外分泌機能」「内分泌機能」を覚えていただきましたでしょうか。今回は、膵臓病の診断に際しての診察と主な検査法について解説いたします。

膵臓病の症状

膵臓病の主な症状は、上腹部痛・背部痛、腹部膨満感、悪心・嘔気、下痢、食欲不振、体重減少、黄疸等です。特に膵臓の痛みは、腹痛だけではなく背部左側(膵臓の位置)の痛みや身体を伸ばすと背中に違和感・叩打痛(こうだつう)・指等で軽く叩いた時に感じる痛み)がある、前屈みになると軽減する、食後に増強する等の特徴があります。また、以下の場合は膵臓病が疑われます。

- ・ 油ものを食べると痛む。
- ・ 辛いものを食べると痛む。
- ・ アルコールを飲むと痛む。
- ・ ストレスがかかると痛む。

膵臓病の診察 留意事項

膵臓病の診察は、「問診」と「触診」によって行います。

①問診 (臨床面接・病歴聴取)

膵臓病の診察に際しては、どのような

検査・治療を行うべきかを判断するために、以下の問診を行います。

- ・ 主訴と経過…どのような症状がいつ頃から、何がきっかけで生じたのか。
- ・ また、どのような経過を辿っているか。

- ・ 家族歴…家族や親族に「がん」「糖尿病」「膵炎」の方がいないか。
- ・ 既往歴…今までに「胃腸病」「胆石症」「糖尿病」を患ったことはないか。

- ・ また、手術歴や服薬歴等。
- ・ 嗜好…飲酒や喫煙、脂肪分の高い食事を好むか。

これらについて伺いますが、直ぐには答えられないことがありますので、日頃から手帳等にまとめておいてください。

また、医師への質問事項についても箇条書きにしておくとい便利です。

なお、これらに加えて紹介状(診療情報提供書)がある場合は、かかりつけ医師での治療経過(診察・検査結果・画像データや処方内容等)を参考にさせていただきます。

②触診 (打聴診・他覚的所見の把握)

次に、患者様の顔つきや目・口腔内・舌を拝見し、更に胸部聴診や腹部を触って膵臓病に繋がるサインの有無と血圧・脈拍・貧血・黄疸・脱水・発熱等に注意

を扱います。

膵臓病の検査法

膵臓病の検査法には、「機能的検査法」と「画像検査法」があり、通常は、これらを併せて行うことで病気の有無や進行度を調べていきます。

①機能的検査法

膵臓の働きに焦点を当てた検査法であり、主に以下の方法があります。

- ・ 血液生化学…尿検査法…膵・肝・胆道系酵素、糖尿病、貧血、腫瘍マーカーを調べます。
- ・ 便検査法…脂肪便(便中に脂肪が過剰に含まれている状態)の有無を調べます。

②画像検査法 (形態学的検査法)

膵臓の形状を仔細に観察する検査法であり、主に以下の方法があります。

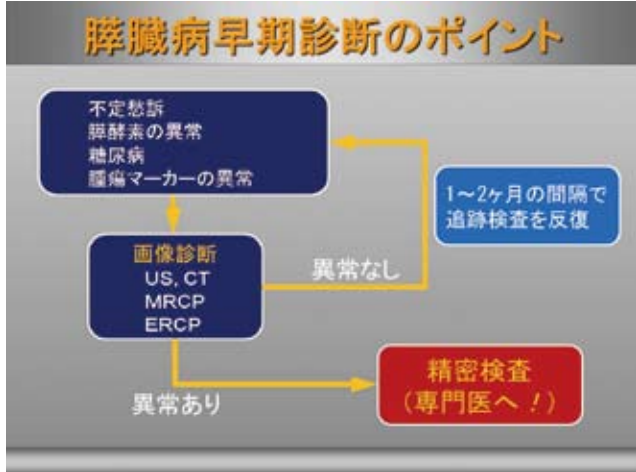
- ・ 超音波検査…腹部超音波検査、EUS (超音波内視鏡) 検査、IDUS (管内超音波内視鏡) 検査
- ・ X線検査…単純撮影、腹部造影CT 検査
- ・ MRI検査…腹部MRI検査、MRCP (MRI胆管膵管造影) 検査
- ・ PET検査…FDG-PET
- ・ 内視鏡検査…上部消化管内視鏡検査、ERCP (内視鏡的逆行性胆管膵管造影) 検査、膵管鏡・胆道鏡
- ・ 病理組織検査…細胞診、組織診、膵生検

腹部違和感等の不定な症状や軽症の場合、初めから膵臓病と診断できることは極めて稀です。膵臓病の診断に至るまで

まとめ

今回は、膵臓病の診察と主な検査法について解説いたしました。特に、診察に際しての留意事項は普段、皆様が病院を受診される時にもご活用ください。本稿が膵臓病の早期発見・治療に繋がりますれば幸いです。

診察から確定診断まで



には、まずは胃・十二指腸等の上腹部臓器に異常がないことを確認(除外診断)するため、上部内視鏡検査等を行う必要があります。また、1度の検査では異常がなくても、膵臓病が疑われる場合には慎重に経過観察し、数ヶ月後に再検査をする等の厳重管理が求められます。なお、症状に乏しく偶然に見つかった膵病変は、とりわけ慎重な取扱いが必要となります。

傘寿を迎えられ 大勢の方に感謝

八王子市大和町 在住

高橋 巍さん



◇欲張りが幸い

小池伸定医長(当時)さんから「今、私の前に座っていることが奇跡です。高橋さんは欲が強いから病気に勝てたのです」と言われ「私はそんなに欲張りですか」と返しました。先生は「退院したらあれをしたい、これをやりたいと毎回欲の話していましたね。それが良かったのです」と答えてくれました。考えてみると三途の川を半月ほど眺めました。ここでは今までに訪問した国、テレビで見ただけの景色がきれいに見え、更に若い美人の娘さんが私を手招きしていました。私は語学が出来るので近づいても話が出来ませんが、私には家族全員が揃っていました。皆な「どうかしたのか」と聞くと、それぞれが心配で見守っていて

くれたのです。

平成22年に八王子消化器病院に救急車で運び込まれた際には意識がなくなり、何処で何をしていたか解らない状態でした。その際に治療に当たってくれたのが、現在の病院長の小池先生と梶医長先生でした。原田病院長(当時)先生も毎日回診には付き添ってくれ色々アドバイスを頂戴しました。

度重なる手術にも先行きの不安は何もなく、小池先生が執刀してくださるので周囲の人が思うような不安はなく、『退院したら、まず何をしようか』を絶えず考えていました。創業した会社は50年以上の歳月が過ぎていましたし、長男が後を継いでいますので心配はなく、他の会社もそれぞれの社員が頑張ってくれていましたので心置き無く治療に専念

出来たのだと思います。

◇楽しい入院生活

3階、4階の食堂からは12月後半にはダイヤモンドヘッド富士が眺められ、日に日に変わる景色は入院患者ならではの特権です。クリスマスには先生を始め多くの職員の方々からハンドルの祝福を受け、楽しい入院生活を送らせていただきました。このような催しが早い退院につながるし、新しい人生を頂くことになると思います。原田理事長、小池病院長、梶医長さん、そして看護師さんをはじめ3階、4階の皆さんには感謝、感謝の気持ちでいっぱいです。

食事の際には食堂に行き、皆さんと顔なじみになり話をするのが楽しく、新入患者ともすぐに仲良くなり励まし合いをしていました。

私は「俺はもう駄目だ」というのが一番嫌いな言葉でしたので、そんなことを言う患者さんには背中をヒッパタイて励ましたものでした。

私の世代は、そこにある物は何でも食べなければなりません。幼少期を送りました。しかし、そのような状況にあっても「魅」だけは食べられませんでした。

何故なら魅に口の中の水分をとられるような気持ちになるため、これだけは避けて通りました。

消化器病院の食事は魅の料理が多いかなと感じましたが、食べないといけないと思ひ懸命に張り食しているうちに、こんなに美味しい物かと思えるようになります。最近ではすすんで食べるようになりました。その他にもヒラメや鱈の煮付けは、とても美味しく頂きました。

お陰様で毎回の食事が楽しかったです。これも早期に退院出来た一因と関係各位には感謝を申し上げます。

◇友の会とのご縁

このように消化器病院とのお付き合いが続いてきた訳ですが、或る時、私と同様に病院にお世話になつている人達の「会」があることを知りました。早速、病院に尋ねた処、丁寧な案内をいただき早速に入会を申し込みました。入会に際して紹介者を引き受けていただいたのは現八王子商工会議所の田辺会頭です。会員の多くの皆様に暖かく迎えていただきましたことに重ねて感謝を申し上げます。友の会の現会長の内野様には会議所の議員としても暖かいご指導を受け、微力ながら働かせていた

だいております。

◇抗がん剤治療

今までは良いこと尽くめの患者でしたが、最近、普通の患者並に苦勞もしております。近隣の先生に「最近、小便の出が悪く時間がかかります」と話した処、すぐに検査の手配をしてくれました。結果は前立腺に癌があることが判り、東海大学病院を紹介されました。そこでは女性ホルモン剤の投与、放射線の照射を受けました。以前、消化器病院で抗がん剤治療を受けた時も副作用に難儀しましたが今回はその時以上で、大変な苦勞をしました。幸いにも治療後の経過は良好で、今年は傘寿の祝いを迎えることができました。多くの方々の助けを受けられたことに心から御礼申し上げます。皆様様もご健勝で楽しい人生を送られますようお祈り申し上げます。



傘寿の記念品を持つ

八王子市健康診査のご案内

当院では、毎年 7 月に七夕飾りを行います。今年も「健康で充実した生活を送りたい」という願いを込めた短冊が数多く寄せられましたが、この「星に願いを」に併せて皆様もご自身の健康と生活習慣を積極的に振り返られてはいかがでしょうか。

食習慣、運動習慣、喫煙、飲酒等、日々の生活習慣の積み重ねによって引き起こされる生活習慣病は、我が国の死亡原因全体の約 6 割にも上ります。これを受け、八王子市では生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的として、*メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した特定健康診査および各種がん検診を毎年実施しています。今回は、その中から当院で実施している以下の健診内容について、ご説明いたします。

*メタボリックシンドローム：内臓脂肪の蓄積に加えて、高血圧、高血糖、脂質異常症（高中性脂肪または低 HDL コレステロール血症）等がある状態

① 特定健康診査等

内臓脂肪の蓄積に起因する生活習慣病（高血圧症、糖尿病、脂質異常症等）を早期に発見することを目的に実施する検査です。

受診費用	無料（下記③の対象者は、原則 2,000 円） ・受診には、八王子市発行の「受診券」が必要です。
検査内容	問診、理学的検査（視診・聴打診・触診）、身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査、心電図検査 胸部 X 線検査等 ※胸部 X 線検査は、今年度中に 65 歳以上となる方を対象に行います。
対象者	①八王子市国民健康保険に加入し、今年度中に 40 歳以上となる方 ②八王子市の後期高齢者医療制度に加入している方 ③* 18 歳から 39 歳で下記のいずれかに該当する方 ※昭和 53 年 4 月 1 日から平成 12 年 3 月 31 日に生まれた方 ・八王子市国民健康保険加入者 ・八王子市国民健康保険以外の健康保険の被扶養者 ・生活保護受給者 ただし、勤務先、学校等で同検査を受診する機会のある方は除きます。 ・健康保険組合、協会けんぽ、共済組合などの医療保険に加入されている方は、ご加入の医療保険者にお問い合わせください。
受診方法	事前に電話等にて予約のうえ、八王子市の「受診券」・健康保険証等をお持ちになって、ご来院ください。（要予約） ※上記③の対象者は、事前に市にお申し込みが必要です。

② 大腸がん検診

大腸がんを早期発見・診断するために実施する検査です。同検査結果が陽性であった場合、精密検査（大腸内視鏡検査等）を行います。

*精密検査は、保険診療となります。

受診費用	700 円 ・市の特定健診等と一緒に受診する場合「500 円」に割引されます。 ・八王子市の「大腸がん検診無料クーポン券」「共通無料受診通知書」もご利用いただけます。
検査内容	問診、便潜血検査（便中の血液の有無を調べる検査）
対象者	40 歳以上 ※昭和 53 年 3 月 31 日以前に生まれた方 ・八王子市に住民登録があり、ご自身や配偶者の勤務先、学校等で同検査を受診する機会がない方
受診方法	事前に電話等にて連絡のうえ、健康保険証等（八王子市の受診券は不要）をお持ちになってご来院ください。（予約不要） ※「大腸がん検診無料クーポン券」「共通無料受診通知書」をお持ちの方は、事前のご連絡は不要です。

③ 肝炎ウイルス検診

ウイルス性肝炎は、症状が現れにくく気付かないうちに病状が進行していることが多いため、早期に発見し治療に繋げることを目的に実施する検査です。

受診費用	無料 ・受診には、八王子市の「受診券」が必要です。 ・八王子市の「肝炎ウイルス検診無料クーポン券」もご利用いただけます。
検査内容	血液検査（B 型・C 型肝炎ウイルス検査）
対象者	八王子市に住民登録があり、下記の要件に該当する方 ・過去に B 型・C 型肝炎ウイルス検査を受診したことがない方 ・勤務先、学校等で同検査を受診する機会がない方
受診方法	事前に市にお申し込みのうえ、八王子市の「受診券」（健康保険証等は不要）をお持ちになって、ご来院ください。（予約不要）

健やかな生活を送るためには、ご自身の健康状態を定期的に確認し、健康づくりに繋げていくことが重要です。当院では、年に一度の特定健診等を受診されることをお勧めしています。

八王子市健康診査受診期間：平成 29 年 6 月 1 日から平成 30 年 1 月 31 日まで
（当院では本年度から健診枠を増やし、ご予約を取りやすくしました）

ご予約は、受付窓口または電話にてお受けいたします。

*電話番号 042-626-5111（代表）

*受付時間 平日 9:00～17:00 土曜日 9:00～12:00

想うこと

掌のひらの 小さな宇宙 蛍かな



6 月下旬、奥高尾に蛍狩りに行って来ました。夏を前にして 10 年来続けている私の大切な行事です。盃蘭盆に近いこと、また、幻想的な蛍の光をご先祖様に見たての私なりの仏事です。ひとしきり食事を楽しんだ後、庭内の灯りが一斉に消

され、辺り一帯漆黒の闇の中、浮かんでは消える蛍がご先祖様の御魂に思えて敬虔な気持ちになります。蛍が群舞する光景は見事で、運が良ければ室内に入り込んだ蛍を掌のひらに取ることもできます。地元ではよく知られたイベントで知る方も多のですが、未だしという方は是非一度ご覧になっては如何でしょうか。 理事 久野久夫