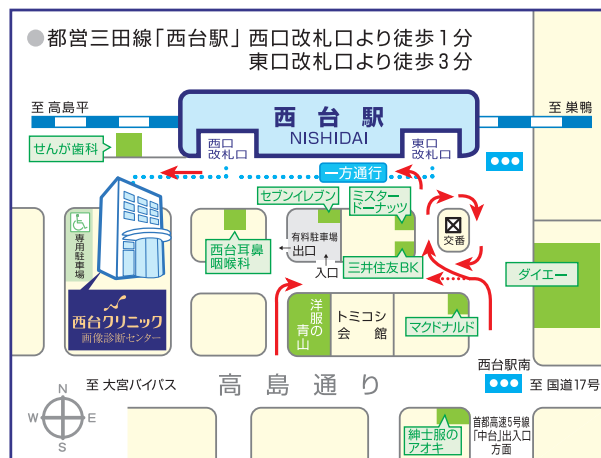


心臓・グランド (がん総合+脳ドック +心臓MR)	【所要時間】 約 7.5 時間 PET/CT MRI (骨・頭・心) MRA 超音波 (頸・甲・腹・前・乳・心) 生化学 (血液・便・尿・腫瘍マーカー) 脈波測定 心電図 画像結果説明	355,000 円
グランド (がん総合+脳ドック)	【所要時間】 約 5.5 時間 PET/CT MRI (骨・頭) MRA 超音波 (頸・甲・腹・前・乳) 生化学 (血液・便・尿・腫瘍マーカー) 脈波測定 画像結果説明	255,000 円
がん総合	【所要時間】 面談ありー約 4.5 時間 面談なしー約 3.5 時間 PET/CT MRI (骨) 超音波 (甲・腹・前・乳) 生化学 (血液・便・尿・腫瘍マーカー) 脈波測定 画像結果説明 (有・無)	面談あり 195,000 円 面談なし 185,000 円
PET/CT	【所要時間】 約 3.5 時間 PET/CT 生化学 (血液・便・尿・腫瘍マーカー) 脈波測定 画像結果説明	145,000 円
脳ドック	【所要時間】 約 3 時間 MRI (頭) MRA 超音波 (頭) 生化学 (血液・腫瘍マーカー) 脈波測定 画像結果説明	55,000 円
心臓MR	【所要時間】 約 5 時間 MRI (心臓) 超音波 (心臓・頸動脈) 心電図 生化学 (血液) 脈波測定 心不全マーカー検査 画像結果説明	110,000 円
心臓スクリーニング	【所要時間】 約 2.5 時間 超音波 (心臓) 心電図 生化学 (血液) 脈波測定 血液サラサラ 心不全マーカー検査 画像結果説明	30,000 円
オプション	●脳梗塞・心筋梗塞リスクマーカー 12,000 円 ●内臓脂肪検査 5,000 円 ●血液サラサラ検査 3,000 円	

※既受診者の方(過去に西台クリニックで受診された方)は、PET/CT検査を含むコースを一律20,000円引でご受診いただけます。

◎その他、乳がんPETコース(165,000円)、シンプル脳ドックコース(45,000円)や多彩なオプション検査がございます。詳しくはホームページをご覧ください。

西台クリニックへのアクセス



〔電車〕
都営三田線 西台駅までの目安時間

都内

- 大手町駅(都営三田線)→西台 約30分
- 巣鴨駅(都営三田線)→西台 約17分
- JR新宿駅(山手線)→巣鴨(都営三田線)→西台 約35分
- JR東京駅(山手線)→巣鴨(都営三田線)→西台 約40分

奇玉方面

- JR赤羽駅(埼京線)→JR池袋(山手線)→巣鴨(都営三田線)→西台 約35分

奈川方面

- 東急 日吉駅(都営三田線直通)→西台 約60分

千葉方面

- JR千葉駅(総武線)→水道橋(都営三田線)→西台 約90分

 **〔車〕** 〔東京方面から〕 首都高速5号線「中台」出口より、直進後、西台駅方面へお進み下さい。
〔埼玉方面から〕 大宮バイパスを南下、高島平通り沿いに、西台駅方面へお進み下さい。

- 検診ご予約・お問い合わせは
西台クリニック医療情報室
(受付／月～土曜日 8:30～17:30)

TEL.03-5922-0703
ホームページ <http://www.ncdic.jp>



左のQRコードから
当院のモバイルサイトに
アクセスできます。

西台クリニック会報

NISHIDAI CLINIC NEWS

2014 年
7 月 20 日発行

院長室より

精密検診と予防医学を目指して

西台クリニックの理念／受診件数報告

**いまこそ定期的ながん検診で
早期発見・早期治療を！**

濟陽式食事療法を

テレビ番組が紹介！

がん予防の食事とは

検査薬剤FDGができるまで

症例レポート

賢者の食事

がんの い・ろ・は を知る。

〔第10回〕卵巣がん

特製ジュースで がん予防

Topics

- ・西台健康倶楽部ランチセミナー報告
- ・宮崎日日新聞に済陽院長が執筆
- ・株式会社石井食品と提携
- ・書籍のご案内



きゅうり

カロテン、ビタミンC、カリウムなどの栄養成分が豊富。皮に含まれる苦み成分「ククルビタシン」は抗がん作用も期待できる。



精密検診と予防医学を目指して

新生西台クリニックは再開5周年が過ぎ、PET検診センターとして、またがん診療指導のパイオニアとして全国的な評価を得つつあります。これも偏に受診ゲストである皆様のお陰であるとともに、日本国中のがん治療に携わる熱心な紹介主治医の先生方のご努力の賜物と日々感謝いたしております。

国内の東日本大震災や原発事故被災からの復興が未だ充分とは言い難く、また対外的には経済再生相管轄のTPP協議が難航してきましたが、ようやく曙光の兆しを感じられる今日この頃です。医療分野でも日本の誇る国民皆保険制度、簡保など利潤追求型でない各種生命保険機構などとの整合性のとれたTPP実施を望むものです。

健康・長寿は誰もが望む遠大な目標ですが、夢物語ではなく、日々の食習慣を中心とした生活改善や地道ながん、脳、心臓の定期的健康診断によって手に入るものです。

そして単なる病気の診断や治療のみでなく、先進諸外国の如く検診と栄養・生活指導に重点を置いた予防医学のさらなる推進が重要と考えております。

高精度で充実した検診によってのみ、健康で豊かな老後が約束されるわけです。西台クリニックでの検診が皆様方のご期待に応え、さらにご満足いただけるよう一同鋭意努力いたす所存です。

今後とも皆様の末永いご愛顧をお願い申し上げます。

平成26年 7月 院長 済陽 高穂

西台クリニックの理念

高精度画像による
早期がん診断

新しい
予防医学の推進

総合的
がん診療への貢献



受診件数報告

全国から数多くの方に受診いただいております。また、癌研病院、がんセンター、全国の大学病院などより依頼を受け、がん患者様の臨床検査を実施しております。

都道府県別受診者数

東京都 — 9,898	茨城県 — 350	愛知県 — 115
埼玉県 — 3,604	群馬県 — 146	大阪府 — 105
千葉県 — 1,232	栃木県 — 143	長野県 — 87
神奈川県 — 921	静岡県 — 133	

その他 地方別受診者数

北海道 — 49	近畿 — 223
東北 — 182	中国・四国 — 145
北陸・甲信越 — 189	九州・沖縄 — 105
東海 — 19	外国人・在留邦人・他 — 151

合計 **17,797人**
(2014年6月末現在)

全国大学病院・がんセンターからの紹介

癌研病院 — 68	
国立がんセンター — 88	
他・地区がんセンター — 114	合計 1,623人
全国大学病院 — 1,353	(2014年6月末現在)

日大病院等 — 931	東京医大病院 — 31
慶応大病院 — 60	東京女子医大 — 29
慈恵大病院 — 45	東大、京大、千葉大、その他 — 257

いまこそ定期的ながん検診で 早期発見・早期治療を！

諸外国に比べ低い検診受診率

がんはもはや国民病です

働く世代のがん検診が急務

男性は5割超、女性は4割半が罹患。
他人事ではありません。

今年5月、1年間における日本人のがん罹患患者数が80万人を突破したと、国立がん研究センターが発表しました。これはなんと35年前の実に4倍にのぼる数字。そして試算によると生涯にがんにかかる割合は、男性が5割超、女性が4割半にもなるそうです。90～100歳の長寿が珍しくない時代、それに伴い、がんも急増が見られるのです。

働くがん患者32万人の衝撃。
「がん大国—日本」の現実。

さらに働きながらかん治療を受けている人が全国で32万5千人もいるという事実です。これは最早がんは高齢者だけの病気ではないことを表しています。

平成20年の調査では、新規がん登録患者80万人のうち、20歳から64歳は25万9千人で32%、69歳まで広げると46%に達します。特に女性の乳がんなどは発症年齢が低いため、定期的な検診が何より重要になってきます。

働きながらかん治療のため通院している人

男性

約14万4千人

32万5千人

女性

約18万1千人

60代	約6万1千人
50代	約3万4千人
70歳以上	約3万2千人

50代	約7万人
40代	約5万人
60代	約3万4千人

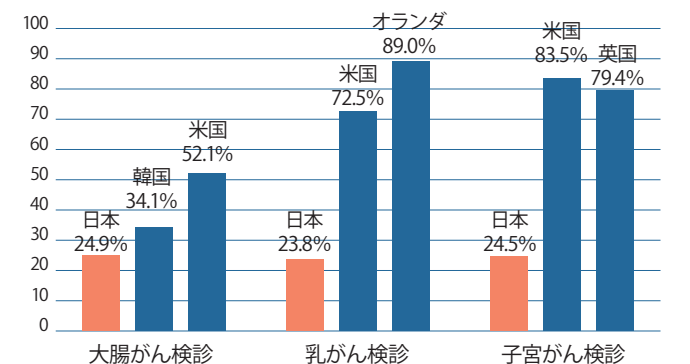
※厚労省「がん患者の就労や就労支援に関する現状」より

増える日本。減る欧米。
検診受診率の大きな差。

がんの早期発見には検診の受診が大切ですが、我が国の検診受診率は低いのが実状。なかでも乳がん検診、子宮頸がん検診は、OECD加盟国中で最低レベルで、それを一因としてか、世界の乳がん死亡率では、諸外国が減少しているにもかかわらず、日本だけは増加しているのです。

がん検診の国際比較

※国立がん研究センターがん対策情報センター「がんの統計2009」/ OECD HEALTH Date 2009



1～2年に1回の精密検診が
これからは常識に。

がんは目に見える大きさになるまで長い年月を要します。一回の検診で異常がなかったとしても、数年後には大きくなっていることも珍しくありません。確実に早期発見できるのは、定期的な検診受診だけです。1～2年に1回は精密検診を心がけていただきたいと思います。

がんは早期発見により治療が期待できる時代です。
西台クリニックの“高精度ながん検診”をご活用ください。

初めてがんの精密検診を受けるなら
がん総合コース

がん+脳の検査も受けたいなら
グランドコース

がん・脳・心臓の三大疾患をチェック
心臓・グランドコース

コースの詳細は裏表紙をご覧ください。以前受診された方は割引料金にてご受診いただけます。

済陽式食事療法をテレビ番組が紹介！

がん予防の食事とは

テレビ東京『主治医が見つかる診療所』の「助かるガンが増えてきた今！ガンを予防&早期発見するS P」において、当院・済陽院長が行う食事療法が取り上げられました。

番組ではまず6センチ大の悪性リンパ腫が見つかった患者さんが、抗がん剤治療と当院の食事療法を併用した結果、がんを完治させたことを紹介。進行したがんでも治療次第では治る事実を伝えました。続いて、ガンを予防する方法として、済陽院長自ら実践する食事をクローズアップ。ジュースによる大量の野菜・果物の摂取、調味料の工夫などを、実際の朝食風景と交えて解説すると、そのヘルシーでバラエティ豊かな献立に、スタジオゲストから驚きの声や賛同の声があがりました。そして済陽院長は、健康な人には「がん患者さんの半分程度の食事療法」が、がん予防につながると強調しました。



がんは予防できると語る院長



進行した悪性リンパ腫が半年で消滅



野菜ジュースのレシピも紹介



健康な人はがん患者さんの半分程度の食事療法を

ガンを予防する食事8原則とは？

番組でも解説されましたが、がんは生活習慣病であり、原因の3割は食事にあるといわれています。つまり毎日の食事を改善すれば、がんは予防できるのです。済陽式食事療法には8つの原則があり、大きなポイントは塩を減らすことと、野菜・果物を1日750g以上摂ることにあります。



- 1 塩分は限りなく無塩に
- 2 動物性たんぱく質と脂質を制限
- 3 新鮮な野菜と果物を大量に摂る
- 4 胚芽を含む穀物、豆類、芋類を摂る
- 5 ヨーグルト、きのこ、海藻類を摂る
- 6 レモン、はちみつ、ビール酵母を摂る
- 7 油はオリーブ油、ごま油、菜種油に
- 8 水は自然水を飲む

“TBS『健康カプセル！元気の時間』に済陽院長が出演。9月7日(日)午前7時～”

フルオロ・デオキシ・グルコース

検査薬剤 F D G ができるまで

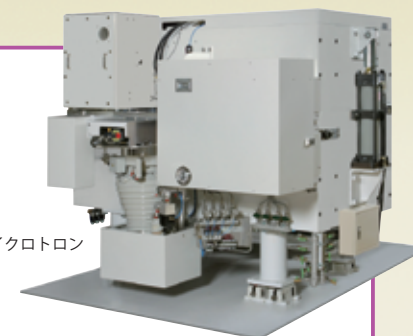
PET検査に使われる薬剤FDG(フルオロ・デオキシ・グルコース)がどこで、どうやって作られているか、ご存知ですか？
実は西台クリニックの地下にある設備で作られているのです。

FDGは毎朝、その日使用する量だけが製造されます。簡単に工程をご説明しましょう。

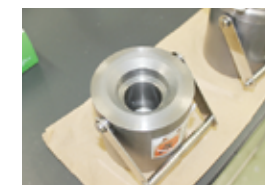
まずサイクロトロン内で加速した陽子を「 ^{18}O 」という特殊な水に当て、「 ^{18}F (放射線を出すフッ素)」を作ります。次にこの ^{18}F を自動合成装置に移し、糖合成用の試薬と反応させてFDGを完成させます。合成後は品質管理装置に移し、薬剤師が半減期(放射線量が半分になるまでの時間)、不純物の有無、pH値など、実際に投与して安全かどうかを厳しく検査。結果を見て合否判断をします。

こうして完成したFDGはタングステン製の容器に移され、薬剤を投与する部屋までエレベータで運搬。検査を受ける方に投与されるのです。なお、FDGの合成には約1時間を要して、すべての工程が完了するまでには約3時間掛かります。

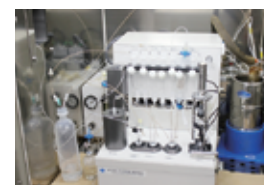
●サイクロトロン



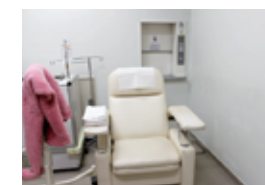
●自動合成装置と品質管理装置



●タングステン製の容器



●自動合成装置内部



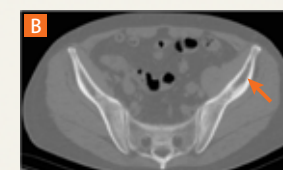
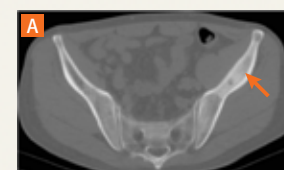
●薬剤投与室とエレベータ

症例レポート

60歳・男性／前立腺がん・多発骨転移

晩期の前立腺がんが、
約半年間で劇的に治癒。

前立腺腫瘍マーカーであるPSA値が550ng/mlと異常高値を示し、がん専門病院にて多発骨転移の診断。根治術不能のため、ホルモン療法を開始。同時に西台クリニックを受診して食事療法も開始。約3カ月半にて、PSA値が2.2ng/mlに激減(正常値以内)。治療開始半年後に骨転移も治癒、経過良好。



PSA値の推移



賢者の食事

食と病の関係を見出した、ガン食事療法の先駆者

1881年にドイツで生まれたマックス・ゲルソンは、様々なガン食事療法の原点とも言える「ゲルソン食事療法」を生み出した結核専門医だ。彼は学生時代から悩まされていた持病の偏頭痛を治そうと試行錯誤しているうちに、新鮮な野菜と果物が痛みの軽減につながることを発見。担当していた皮膚結核患者に試したところ次々と病気が完治し、ノーベル平和賞を受賞したシュバイツァー博士の夫人が患っていた末期の結核も完治させた。

Vol.4 マックス・ゲルソン

ゲルソンはその後アメリカに渡り、食事療法で心臓病、腎臓病、糖尿病、さらにはガン治療でも成功を収めるが、当時の医学界は彼の功績に対して否定的であった。しかし「ガンは全身の栄養障害・代謝障害がもたらす病気」としたゲルソンの信念は、「星野式ゲルソン療法」で自らの大腸ガンを克服した元福島県立医大の星野医師など、ガンと闘う多くの医師に受け継がれ、ガン食事療法を大きく進展させる原動力となり、今も世界中のガン患者に希望を与え続けている。



女 性のがんといえば乳がん、子宮がんが連想されますが、もうひとつ忘れてはならないのが卵巣がんです。

卵巣がんは、卵巣自体が母指頭大の大きさしかなく、腹腔内にあるため、がんが大きくなるまで気付かれることがありません。下腹部のしこり、圧迫感、尿が近くなるといった自覚症状が出た場合は既に進行していることが多く、それゆえに**サイレント・キラー**や**サイレント・ディーズ(静かなる病気)**などとも呼ばれています。

卵巣がんを患う日本人女性は増加傾向にあり、**年間約8千人が発症、約4千人が死亡**しています。高まるのは**40歳代からで、50歳代がピークとなり、80歳代でまた増加**に転じます。

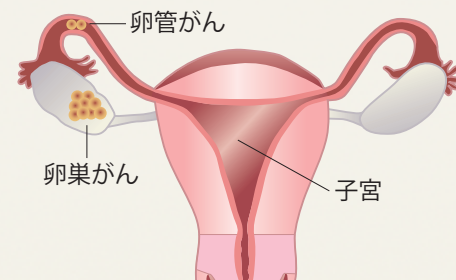
卵巣がんのリスク要因としては、**近親者に卵巣がん経験者がいること**のほか、**出産歴が少ない**、骨盤内炎症性疾患、多のう胞性卵巣症候群、子宮内膜症といった**婦人科疾患**、**喫煙**、**肥満**、**食生活**などがあります。なかでも出産歴の減少は、卵巣がんの増加に大きく関係しているといわれています。卵巣は排卵の度に傷つき修復を繰り返しますが、この過程で細胞が異常増殖し卵巣がんにつながると考えられているのです。以前は多産だった日本人も、今では平均出生率が1.39人(2011年)。妊娠回数が減り排卵回数

が増えているため、卵巣がんのリスクが高まっているというわけです。それを裏付けるように排卵を抑制する**ピル(経口避妊薬)**の使用が**卵巣がんのリスクを低下**させることがわかっています。

5年生存率では、がんが卵巣のみに留まっているステージIであれば89.1%ですが、がんが遠くの臓器に転移したIV期になると26.8%まで下がります*ので、早期の治療が重要です。しかし卵巣がんは早期発見が難しいがんです。検診方法としては膣内に検査器具を挿入して調べる**経膣超音波検査**や**腫瘍マーカー検査**などがありますが、一般の健診では行われませんので、婦人科や人間ドック等で卵巣がん検診を行う病院を調べて利用するとよいでしょう。

※全がん協部位別臨床病期別5年相対生存率(2001-2003年症例)

卵巣と卵巣がん



特製ジュースでがん予防

たまった疲れを吹き飛ばす、ビタミンC、Eやクエン酸を美味しく摂る

レシピ #10 キウイ&ヨーグルト

材料(約300ml分)

プレーンヨーグルト 150g
キウイ 100g
レモン 約1/2個(果汁大さじ1)
はちみつ 大さじ1

作り方

① キウイは皮をむいて一口大に切る。
② ミキサーに①とヨーグルト、レモンはちみつを入れて攪拌する。



- ・果物、野菜は農薬を取り除くために水につけておく
- ・果物、野菜はジューサーにかけると直前に切る
- ・ジューサーは栄養素が破壊されにくい低速タイプのものがおすすめ

Topics

第11回・西台健康倶楽部ランチセミナー報告。

第11回目を迎える西台健康倶楽部ランチセミナーが、4月27日(日)に池袋ホテルメトロポリタンにて開催されました。今回のテーマは『生活習慣病予防の食事と検診』。第一部ではテーマに沿った済陽院長の講演が行われ、続いて末期胃がんで余命13カ月を宣告されながらも、済陽式食事療法を正しく実践し、見事がんを克服された志澤様が、自らの闘病体験談を披露されました。

第二部の懇親会は、済陽院長監修のヘルシーランチを楽しみながら、しばし歓談。その後はいつもとは趣向を変え、西台健康倶楽部料理教室の沼田春美先生にご登場いただき、減塩料理のワンポイントアドバイスとして「だしを取り方」を実演していただきました。

見て、聞いて、食べて、美味しく健康になれる当セミナー。次回は11月9日(日)に予定されておりますので、ご興味のある方はぜひご参加ください。



宮崎日日新聞に済陽院長が執筆。

宮崎の地方紙『宮崎日日新聞』の「客論」コーナーに済陽院長が5回にわたり登場いたします。(4月～9月)

済陽院長の学生時代、研修医時代の思い出を綴った『過酷な外科医の修練』、食事の大切さを訴えた先人の教えを伝える『高木兼寛と二木謙三の教え』、TPPが日本の医療に与える影響を考える『医療の米国支配が心配』など、多彩なテーマで執筆しています。



株式会社石井食品と提携。

この度、厳選素材と無添加調理にこだわりのある食品メーカー・株式会社石井食品と提携いたしました。皆様に、済陽院長が推奨する手軽で良い商品を、提供できるようになりました。また、健康な皆様にも、がん患者さんにも推奨する商品を、済陽院長の監修のもと、共同開発する予定です。

書籍のご案内

がん食事療法に関する様々な書籍が発行されています。全国の書店でお買い求めください。



がんを消す食事
完全レシピ 166

主婦と生活社
(2014年1月)
定価 1,404円

がん患者さんのための
オリジナルレシピが166例。



「病気になる」「太らない」
食べ方の習慣

大和書房
(2014年7月)
定価 734円

病気が遠ざかる免疫力・
代謝力の上げ方を紹介。



今あるがんが消える
レモンにんじんりんご
ジュース

ナツメ社
(2012年10月)
定価 1,404円

毎日が楽しくなる
おいしいジュースが80種

©2014年7月現在、済陽院長の著書はここで紹介したものを含め、各出版社より計56冊発行されています。