

検診コース(完全予約制)

料金は税別です。別途消費税8%が加算されます。

頸=頸動脈 甲=甲状腺 腹=腹部 前=前立腺 乳=乳房 頭=頭部 骨=骨盤部 心=心臓

心臓・グランド (がん総合+脳ドック +心臓MR)	【所要時間】約8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—約4.5時間 面談なし—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(頸) 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5.5時間 MRI(心) 超音波(心・頸) 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) 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	30,000円
オプション	●アレルギー検査 15,000円 ●内臓脂肪検査 5,000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

●都営三田線「西台駅」西口改札口より徒歩1分
東口改札口より徒歩3分



至高島平 至東横

至大宮バイパス 高島通り 西台駅南 至国道17号

【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

埼玉方面

- 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

神奈川方面

- 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。

●検診のご予約・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

20

2016年
8月15日発行

院長室より

健康・長寿への心がけ

西台クリニックの理念/受診件数報告

人間ドックを受診する シニア層が増加中

NHK『cool japan』が西台クリニックを紹介

継続的な乳がん検診を

健康の秘訣は縄文食にあり

書籍のご案内

誕生日受診特典のご紹介

がんのい・ろ・はを知る。

[第16回]腎細胞がん

症例レポート

西台健康倶楽部ランチセミナー報告

ベトナム出張報告

女性誌が院長の食事指導を紹介



すいか

βカロテンやビタミンB6、カリウムなどの栄養素のほか、抗酸化作用を持つリコピンはトマトの約1.5倍も豊富。90%が水分なので夏の水分補給にも最適。

健康・長寿への心がけ

本年5月27日、伊勢志摩G7サミット閉幕の翌日、オバマ米国大統領が原爆被災地・広島を訪問して歴史的演説を行いました。

これは単に原爆投下への反省のみでなく太平洋戦争終結への努力、またそれに引き続く戦争の回避、平和の維持継続への軌跡も示したもので、具体的には『核廃絶』と『世界平和』を、現代為政者のトップである、米国大統領として推進する決意の表明であったのです。



高齢化社会を迎え、西台クリニックの使命は、皆さんの健康をお預かりし、その維持・継続により豊かな老後を送っていただくことであり、その責任を医療の観点からはたすべく、職員一同努力を重ねる所存です。

今後とも西台クリニックへのご愛顧をお願いする次第です。

平成28年 盛夏 院長 濟陽 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			全国大学病院・がんセンターからの紹介	
東京都 — 14,441	茨城県 — 464	愛知県 — 151	癌研病院 — 84	合計 2,055 人 (2016年7月末現在)
埼玉県 — 4,978	群馬県 — 195	大阪府 — 134	国立がんセンター — 118	
千葉県 — 1,678	栃木県 — 187	長野県 — 116	他・地区がんセンター — 158	
神奈川県 — 1,194	静岡県 — 183	全国大学病院 — 1,695		
その他 地方別受診者数			日大病院等 — 1,065	東京医大病院 — 43
北海道 — 68	近畿 — 275	不明 — 33	慶応大病院 — 67	東京女子医大 — 39
東北 — 228	中国・四国 — 183	合計 25,433 人 (2016年7月末現在)	慈恵大病院 — 55	東大、京大、千葉大、その他 — 426
北陸・甲信越 — 259	九州・沖縄 — 143			
東海 — 24	外国人・在留邦人・他 — 499			

人間ドックを受診するシニア層が増加中!

MEDIA TOPICS

NHK BS1『cool japan』が日本の元気なシニアと西台クリニックを紹介!

6月5日(日)のNHK BS1『cool japan』において日本のシニア層がクローズアップされ、人間ドックを受診する高齢者が大幅に増えていることが伝えられました。その中で西台クリニックは、全身をすみずみまで調べてくれる人間ドック専門のクリニックとして紹介されました。



Looking at the breakdown of patients by age group, 44% are senior citizens over 60

かっこいい日本を外国人の視点で紹介する同番組。今回のテーマは日本の元気なシニア層で、アイドルとして活躍するシニアグループ、シニア向けの便利グッズ、長寿のための食改善活動など、さまざまな事例が紹介されました。その中のひとつがシニア層の健康を支える日本の人間ドック。西台クリニックは受診者の44%が60歳を超える、国内外のシニア層に人気のクリニックとして、検査の様子などが詳しくレポートされました。

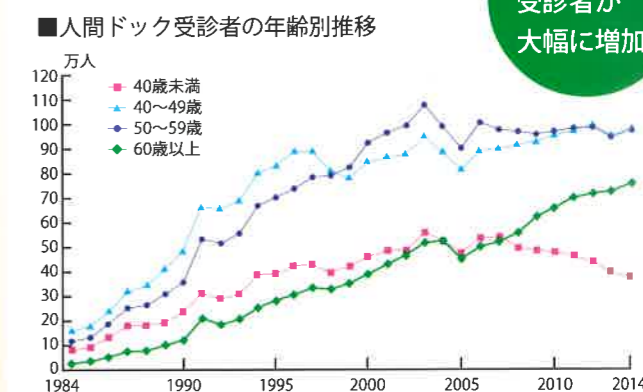


日本人間ドック学会がまとめた「2014年人間ドックの現況」によると、60歳以上の人間ドック受診者は2005年と比べて1.7倍も増加するなど、他の年代より急速に増加してきています。

現代の日本のシニア層は若い頃より健康診断に慣れ親しんでおり、健康に対する高い意識は、パネラーの外国人たちにはとても新鮮に映ったようでした。



60歳以上の受診者が大幅に増加



60代でも高リスク 乳がん検診は 継続的に受けましょう

近年メディアで若い女性の乳がんが話題になっています。
しかし乳がんのリスクは60代以降も低くはないのです。

60代になっても油断は禁物

近頃テレビで女性著名人の乳がんが頻繁に話題になっています。乳がんは40～50代がピークといわれますが、その後は安心なのでしょうか？

右のグラフをみると60代以上の乳がん発見も決して少なくないのがわかります。近年は日本でも欧米に多い「閉経後の乳がん」が増えているといわれており、ピーク年齢を過ぎたといっても安心はできないのです。

肥満の人は要注意

乳がんのリスク要因は女性ホルモン「エストロゲン」に関わるものがほとんどですが、閉経後は「肥満」が罹患リスクを高めることが指摘されています。BMIが30kg/m²以上のグループは、19kg/m²未満のグループより2.3倍も高いリスクであることが研究からわかりました*。

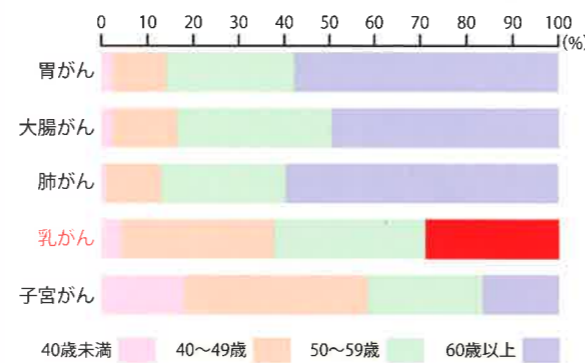
乳がんのリスク要因

- ・ 家族に乳がん経験者
- ・ 初経年齢が早い
- ・ 閉経年齢が遅い
- ・ 出産歴がない
- ・ 初産年齢が遅い
- ・ 授乳歴がない
- ・ 閉経後の肥満 など

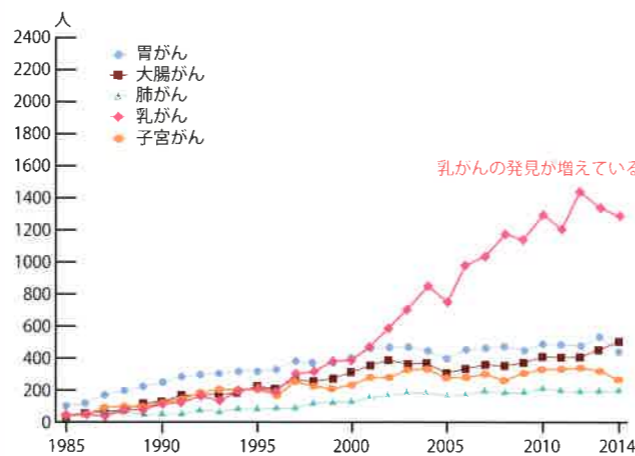
肥満に注意すると同時に、乳がんのピークは過ぎたと勝手に判断せず、定期的な乳がん検診を必ず受けることが大切です。次回の検診では乳房の精密な検査をぜひご検討ください。



■ 主要臓器別がんの性別・年齢別の比率



■ 人間ドックで発見した臓器別がん人数の推移



出典：公益社団法人日本人間ドック学会 2014年「人間ドックの概況」
* Body size and risk for breast cancer in relation to estrogen and progesterone receptor status in Japan.

健康の秘訣は縄文食にあり

縄文時代にどんなイメージをお持ちですか？

実は縄文人は現代人より栄養バランスに富んだ食生活をしていたのです。

近年、日本人の栄養バランスが大きく崩れてきています。欧米スタイルの食事が広がってきたことにより脂質の摂取が増える一方で、野菜の摂取が減少傾向にあります。その結果、肥満、糖尿病、がんなどの生活習慣病が増加しているのは周知の通りです。日本人に最適な食事とは、どのようなものなのでしょうか？

日本人の体質を形作ってきたもの。それは1万年以上続いたといわれる縄文時代の食生活です。その中身は55種を超える木の実や山菜、ヒエやアワなどの雑穀、350種以上の貝、70種以上の魚、60種以上の動物肉と非常に多彩で、フグまで食べていたというから驚きです。しかも貝塚や人骨などの調査から、摂取カロリーの8割近くは植物類で、残り2割が魚や草食動物※1と、理想的であったこともわかっています。そもそも日本人を含むアジア人は欧米人に比べて遺伝的にインスリンを分泌する能力が低く、高脂肪な食事はすい臓に負担が大きいといわれています。縄文人はきちんと日本人の体質にあった食生活を送っていたわけですから。

世界的に健康志向が高まるなか、ヘルシーな日本食が注目を集めています。そして日本食の原点こそ、縄文時代の食事といえるかもしれません。現代日本は医療技術こそ大きく進歩しましたが、食の習慣についてはご先祖様を見習う必要がありそうですね。

■ 縄文人の食生活※2



※1 参考：佐々木高明著『集英社版：日本の歴史①』 ※2 参考：小林達男著『縄文人の世界』

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。

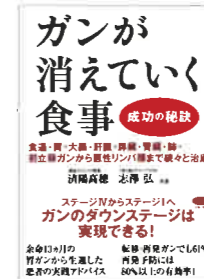


日めくりカレンダー方式で 長寿を実現する食生活を！

『じゃこ』ひとつつまみで、1日元気モリモリ！
『がんこな便秘は、「キウイ」でドカン！』『しみ・しわ対策には、「最強の若返り食」鮭！』など、太らない・老けない・病気になる体をつくる31の済陽式健康メソッド。

日めくりまいにち、 太らない！老けない！食べ方

三笠書房(2016年4月)
定価1,188円



ガンが消えていく食事 成功の秘訣

済陽院長とその食事療法によって生還したジャーナリストの共著

マキノ出版(2016年7月)
定価1,458円



今あるがんを消す ジュースとスープ

2015年版日本食品成分表に対応した最新レシピを満載

英和出版社(2016年6月)
定価1,296円

< 誕生日 受診特典 >

SPECIAL PRESENT

お誕生日に受診いただいた方にはもれなく！

『日めくりまいにち、太らない！老けない！食べ方』をプレゼント！

腎 細胞がんは腎臓がんの一種です。あまり馴染みがないように思われますが、インターネットで検索してみると腎細胞がんを患った著名人のニュースが出てきます。他のがん同様に誰でも患う可能性があるわけです。

腎細胞がんの説明をする前に腎臓の役割をおさらいしましょう。腎臓は体内の老廃物をろ過し、尿として排泄する臓器ですが、それだけではありません。血圧を調節したり、赤血球をつくるホルモンを分泌したり、体内の体液量やイオンバランスを整えたりもします。さらには骨の発育を促すビタミンをつくるなど、体を正常な状態に保つ重要な役割を担っています。

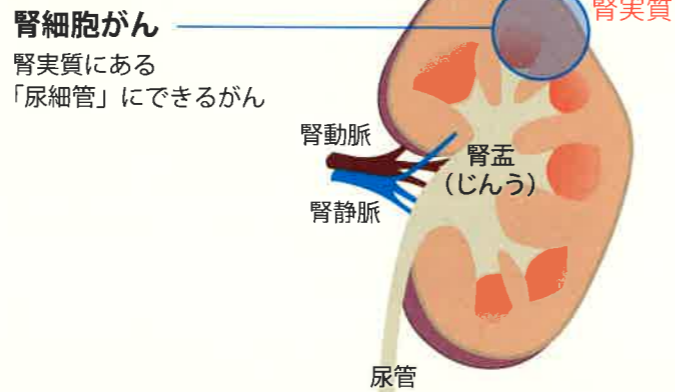
さて、腎細胞がんとは、腎臓の中で尿を作る腎実質といわれる部分にある「尿管」にできるがんを指します。一方、作られた尿を集める「腎盂(じんう)」にできるがんは腎盂がんと呼ばれ、腎細胞がんとは性質が異なります。腎臓のがんで死亡する人の7割は腎細胞がん、50歳代以降に罹患する人が増加し、男性に多い傾向があります。2010年の腎細胞がんによる死亡数は男性が2,700人、女性1,300人で、がん死亡数全体の1%を占めます。

腎臓は肝臓とともに「沈黙の臓器」と言われ、病気が進行していても自覚症状が乏しく、発見時は病状がかなり進行し

ていることも珍しくありません。特徴的な症状としては血尿、腹部のしこり、わき腹の痛みがあり、食欲不振、体重減少、貧血、発熱などが起こることもあります。また腎細胞がんがつくる物質によって、赤血球増多症、高血圧や高カルシウム血症が引き起こされることがあります。

腎細胞がんの発症リスクを高めるのは肥満、高血圧、喫煙です。また人工透析を受けている方は罹患率が高いと考えられています。特定の遺伝性疾患をもつ患者とその血縁者になりやすいとも言われています。

腹部の超音波検査やCT検査によって早期に発見されるようになってきましたので、50歳代になったら定期的に腎臓のチェックも行っておきましょう。



Topics

西台健康倶楽部ランチセミナー『がん予防と健診』を開催

6月12日(日)、恒例の西台健康倶楽部ランチセミナーが、池袋メトロポリタンホテルにて開催され、110名が参加。済陽院長による「健診と健康」をテーマにした講演が行われました。

また、がん患者体験談として、大野範子さんが、「がん克服体験」を発表され、「がん治療で入院時、6人部屋でしたが、がんの食事療法をしていた自分だけががんを克服した」という話が印象的でした。

メトロポリタンホテルのシェフの配慮で、旬の食材を使用したヘルシーなランチコースを堪能しました。豪華な賞品が当たる抽選会などを楽しみました。



症例レポート

CASE REPORT

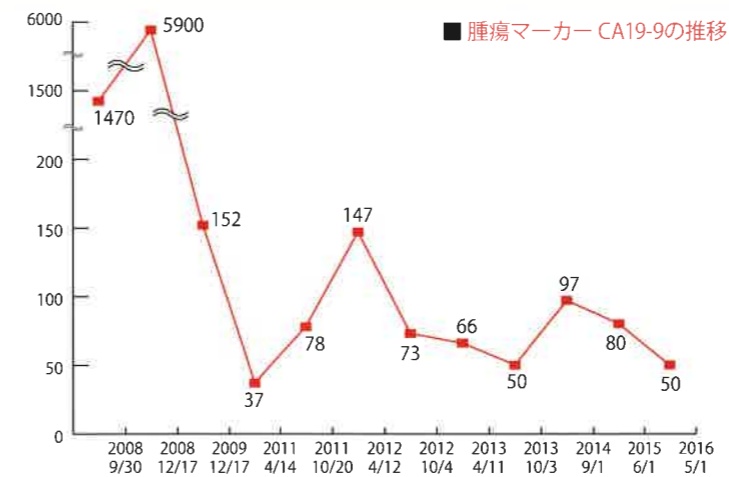
巨大肝嚢胞腺がん改善例 64歳・女性

手術困難とされた肝嚢胞腺がんが食事療法のみで消失。

2005年、胃がんに対し胃切除術を受ける。

2008年9月、腫瘍マーカーであるCA19-9値が1470Uと上昇(正常値は37U以下)。精査にて胃がん再発・肝転移あるいは、原発性肝嚢胞腺がんが疑われた。その後も高値を来し、がん専門病院では根治治療困難とされて、生検なども未実施のまま食事療法および経過観察目的に当科紹介受診。

患者の希望により食事療法のみの方針とし、徹底した指導を開始、半年後腫瘍マーカーの激減、1年半後にはほぼ正常化し、嚢胞壁の腺がん腫瘍成分も縮小し、8年後の現在ほとんど消失している。



国際部・綾部部長がベトナムを訪問

当院の国際部・綾部泰之部長は、認定NPO日本国際がん患者支援センターの理事の一人として、ベトナムの医療政策、特に、がんの予防と治療に関わっており、6月5日～9日までベトナム出張に行ってきました。

ベトナムでは、首相、人民委員委員長に挨拶した後、保健省大臣および科学技術省大臣と医療政策に関して、それぞれ2時間前後の意見交換を行いました。また、ベトナム国立がんセンター、ベトナム国立科学技術アカデミーを視察し、具体的な施策の議論も行いました。



女性自身が済陽院長の食事指導を紹介

女性の乳がん予防がクローズアップされている中で、週刊誌「女性自身(6月28日号)」が「乳がん防ぐ食ルール8」と題して、済陽食事療法の8つの原則を取り上げました。乳がんを未然に防ぐために、済陽院長は食生活の改善とあわせて、月に1回の触診、超音波による乳がん検診の重要性も解説しました。

