

検診コース（完全予約制）

料金は税別です。別途消費税10%が加算されます。

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

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 (頭・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】 面談ありー約 3.5 時間 面談なしー約 2.5 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 (有・無)	面談あり 145,000円 面談なし 135,000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 ●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 ●女性ホルモン検査 5,000円 ●骨代謝マーカー検査 5,000円 ●関節リウマチ検査 3,000円 ●喀痰細胞診検査 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、PET/CT+USレディースコース(165,000円)、シンプル脳ドックコース(45,000円)などがございます。詳しくはホームページをご覧ください。

2019年10月以降消費税率改正により、消費税は10%になりました。

企業・団体様向けの法定検診、役員検診なども承っています。
(TEL.03-5922-0700までお問い合わせください)

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 巢鴨

西台駅 NISHIDAI

西台クリニック 画像診断センター
三井住友BK

セブンイレブン ミスタードンキホーテ

西台耳鼻咽喉科

洋服青山 トミコソウ 会館

ダイエー

高島通り

至 大宮バイパス 至 国道17号

至 首都高速5号線「中台」出入口方面

至 神土坂のアオキ

【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。

西台クリニック会報

NISHIDAI CLINIC NEWS

33

2020年
4月1日発行

理事長室より

一陽来復

受診件数報告

くらしき作陽大学にて 済陽理事長が特別講義を開講

知らず知らずのうちに進行する 肺がんにご用心

中国の医師団が西台クリニックを視察 女性セブンに済陽理事長がコメント 書籍のご紹介

特製ジュースでがん予防

症例レポート

～胸部食道癌から左頸部リンパ節転移が寛解

内臓脂肪を調べてみませんか？

はっさく

夏の果物のイメージがあるが旬は春頃。豊富なビタミンCのほか、疲労回復に役立つクエン酸、抗酸化作用をもつナリンギンも含まれている。



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。

一陽来復

万物蘇る春の訪れを迎えました。若葉が芽吹き、草木が力強く成長する輝かしい季節です。

一方近年の大規模災害や世界規模の災厄の経験は、それに立ち向かう私達の気力や体力がいかに不可欠で大切なものかを物語っています。

人体には、常日頃の健康を維持するために『自然治癒力』が備わっています。すなわち脈拍、体温などを常に一定に保つ恒常性、怪我の出血や風邪の症状が程なく治る自己修復力、そして細菌やウイルスまたがん細胞などに対してリンパ球やキラー細胞がそれらを攻撃して克服する免疫力です。

これらの人体が本来的に供えている『自然治癒力』を損なうことの無いよう、食事や運動、休養・睡眠など生活習慣に配慮することが大変重要です。そして身体の異常をいち早く診断する、血液検査とPET検診は早期の治療を可能にする手立てです。

どなた様も定期的健診により、健やかで明るい日々を送られるよう願っております。



令和2年 陽春
医療法人社団 高千穂会 西台クリニック
理事長 済陽 高穂

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 — 23,803	茨城県 — 612	愛知県 — 194
埼玉県 — 7,555	群馬県 — 263	大阪府 — 168
千葉県 — 2,393	栃木県 — 237	長野県 — 181
神奈川県 — 1,600	静岡県 — 245	

その他 地方別受診者数

北海道 — 87	近畿 — 330	不明 — 117
東北 — 311	中国・四国 — 255	
北陸・甲信越 — 376	九州・沖縄 — 194	
東海 — 32	外国人・在留邦人・他 — 1,915	

合計 **40,868人**
(2020年1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 — 105	
国立がんセンター — 144	
他・地区がんセンター — 197	
全国大学病院 — 1,840	
合計 2,286人	(2020年1月末現在)

日大病院等 — 1,066	東京医大病院 — 52
慶応大病院 — 73	東京女子医大 — 47
慈恵大病院 — 59	東大、京大、千葉大、その他 — 543

くらしき作陽大学 食文化学部 (岡山県倉敷市) にて
済陽理事長が「特別講義」を開講！

岡山県倉敷市にある「くらしき作陽大学 食文化学部」で、済陽理事長による特別集中講義が行われました。
第二回目のテーマは「人生百歳時代の食生活」。
健康や食生活に関心の高い多くの方に参加していただきました。

去る令和2年1月29日水曜日、くらしき作陽大学の聖徳殿で、食文化学部の学生・一般市民を対象とした済陽理事長による特別集中講義が行われました。済陽理事長は昨年同大学の食文化学部の特任教授に任命されており、昨年1月に引き続き第二回目の講義を開催する運びとなりました。

今回のテーマは「人生百歳時代の食生活」で、当院の非常勤講師である高橋豊先生、千葉大学前教授・鈴木信夫先生のご協力も賜り共同で講義を行いました。当日は総勢250名をこえる方々が来場し、人生100歳まで元気に生きるための食生活の秘訣を、「①健康をめざした栄養学」「②食事の工夫による生活習慣病予防」「③健康食に関して日本とアメリカの取り組み」などの観点から紹介しました。一般の方でもわかりやすい内容とあって、多くの参加者が真剣に耳を傾けていました。

くらしき作陽大学の皆様には、特別集中講義の時間を設けて頂きまして心より感謝申し上げます。

■くらしき作陽大学 食文化学部 ホームページ

https://www.ksu.ac.jp/food_culture



左から作陽大学 宮本拓 学部長、作陽大学 松田 理事長、済陽夫人、済陽理事長、高橋先生、鈴木先生

伝統的日本人食が健康食である理由

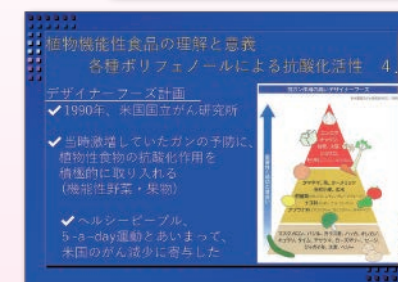
1. 米や雑穀、イモ類を主食にする
2. 野菜やキノコを豊富に食べる
3. 肉食や油脂の摂取が少ない
4. 魚介類を豊富に食べる
5. 豆類、海藻類を豊富に食べる
6. 発酵食品（しょうゆ、味噌、納豆、漬物）が多い
7. 塩分の過剰が抑制

(高血圧、脳卒中、胃がんの要因)

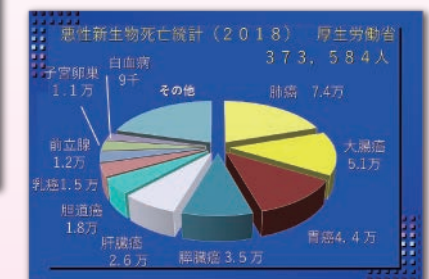
日本の100才人

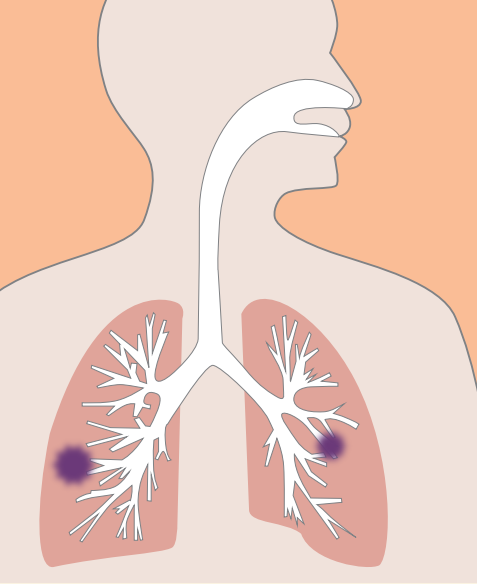
(令和元年9月)
数： 71,274人
性： 8,499人
性： 62,775人
(88%)

(約8割が要介護、歩行困難)



一般の方々にわかりやすい
テーマで特別講義を実施





知らず知らずのうちに進行する

Lung Cancer

肺がんにご用心！

肺がんは日本人が多く罹患するがんのひとつです。
2019年の罹患数予測は12万2,300人で全てのがんの中で第3位※。
死亡数予測においては7万6,600人で第1位※となっています。

肺がんによる死を未然に防ぐために
知っておくべき基礎的な知識をまとめました。

※2019年 全がん罹患数予測…101万7,200人 全がん死亡数予測…38万300人

肺の役割と肺がんのリスク

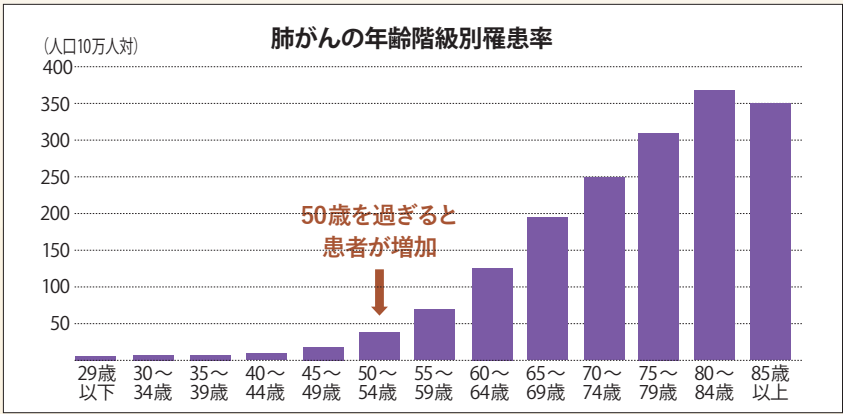
肺は人間にとってなくてはならない器官です。呼吸を通じて取り入れた酸素と、全身を巡る血液に含まれる二酸化炭素を交換する働きをしています。そして、肺の気管や気管支、ガス交換を行う肺胞などの細胞が、何らかの原因

でがん化したのが「肺がん」です。肺がんは最初は肺の中だけに存在しますが、進行すると肺に集まる血液やリンパの流れにのって、他の臓器に転移します。発見が遅れ、転移してしまうと完治が困難になります。

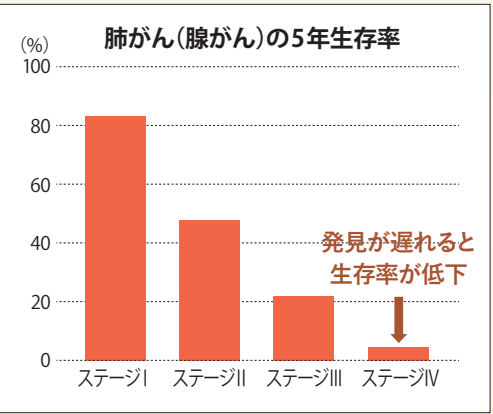
肺がんの種類

	組織型	できやすい場所	特 徴
非小細胞肺がん	腺がん	肺野	・肺がんの中で最も多い ・症状が出にくい
	扁平上皮がん	肺門	・咳や血たんなどの症状が現れやすい ・喫煙との関連が大きい
	大細胞がん	肺野	・増殖が速い ・小細胞がんと同様の性質を示すものがある
小細胞肺がん	小細胞がん	肺門・肺野	・増殖が速い ・転移しやすい ・喫煙との関連が大きい

肺がんは非小細胞肺がんと小細胞肺がんに分かれ、4つの組織型があります。
患者数は50歳以降増加し、高齢になるほど罹患率が高まります。生存率はステージが高まると低下するため、早期発見、早期治療が重要です。



出典：国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」



出典：全国がんセンター協議会の生存率共同調査

肺がんの症状



肺がんは初期の段階では、自覚症状がほとんど現れません。進行すると咳や痰、痰に血が混じる、発熱、息苦しさ、動悸、胸痛などの症状が出てきますが、いずれも肺がん以外の呼吸器の病気にもみられる症状です。複数の症状がでたり、長引くことがあったら早めに医療機関で受診しましょう。また定期的に検診を受けることも大切です。

肺がんチェック

① 発症のリスクチェック

☐ 両親または父母のどちらかが肺がんになった
☐ タバコを吸い始めたのは20歳未満
☐ タバコを1日1箱以上、15年以上吸っている
☐ 夫または妻が10年以上のヘビースモーカーで家でよく吸う
☐ 間質性肺炎、COPD、塵肺を患っている
☐ アスベストに接したことがある

② 疑わしい症状チェック

☐ 息苦しい
☐ 声がかすれてきた
☐ 胸が痛い
☐ 空ぜきやたんが長期に続いている
☐ 血たんが出る

肺がんチェック①②とも0個

今のところ、あなたの肺は健康です。このままの状態を保ちましょう。空気の悪い場所や副流煙には要注意です。

肺がんチェック①②とも2個未満

肺が少し弱くなっている可能性があります。自覚症状がなくても検査を受けましょう。喫煙者の方は禁煙に挑戦を。

肺がんチェック①②とも2個以上

肺がんの可能性があります。喫煙者はタバコをやめて専門医の診断を受けましょう。非喫煙者も念のために検査受診を。

COPD(タバコ病)チェック

COPD……「慢性閉塞性肺疾患」のことで、慢性気管支炎や肺気腫と呼ばれてきた病気の総称

①あなたは何歳ですか？	70歳以上 50～59歳	10pt 4pt	60～69歳 49歳以下	8pt 0pt
②タバコを1日に何本吸いますか。 (禁煙した人は以前吸っていた本数) 今まで合計で何年間くらい吸っていましたか？ ※本数または年数で、多い方のポイントを加算してください。	50本以上 25～49本 15～24本 0～14本	50年以上 25～49年 15～24年 0～14年	7pt 3pt 2pt 0pt	
③あなたの肥満度は？(BMIで) BMI値＝体重[kg]÷(身長[m]×身長[m])	29.8以上 25.4未満	5pt 0pt	25.4～29.7	1pt
④天候によりせきがひどくなることがありますか？	ある せきは出ない	3pt 0pt	天候には関係しない	0pt
⑤風邪をひいていないのに、たんがからむことがありますか？	ある	3pt	ない	0pt
⑥朝起きてすぐにたんがからむことがありますか？	ある	3pt	ない	0pt
⑦喘鳴(ゼーゼー・ヒューヒュー)がよくありますか？	時々ある、よくある	4pt	ない	0pt
⑧今現在(もしくは今まで)アレルギー症状はありますか？	ある	3pt	ない	0pt

合計17pt未満

現状はCOPDの危険性は低いですが50歳以上の人や、タバコの本数が多い人は今後COPDになる可能性があります。

合計17～18pt

COPDの疑いがあります。せき、たんの症状が出ていたら専門医の診察を。医師指導のもとで禁煙を進めましょう。

合計19pt以上

COPDの危険性が高いです。すぐに禁煙外来を受診しましょう。放置すると在宅酸素が必要になったり、肺がんのリスクも。

引用：『がん』のことがまるごとわかる本『健康の仕組み図鑑』をもとに作成

日常的な予防と有効な肺がん検査

肺がんを未然に防ぐには、日常的な予防と有効な肺がん検査が大切です。

予防のためのチェックポイント

- 禁煙！
- たんぱく質を摂ろう！
- 緑黄色野菜を食べよう！
- 意識的に呼吸をしよう！
- 自分に合った運動を継続しよう！

有効な肺がん検査

- ① 胸部エックス線検査
- ② 喀痰細胞診検査<オプション追加可能>
- ③ 腫瘍マーカー(血液検査)
- ④ PET/CT検査(胸部CT検査を含む)
- ⑤ 骨シンチグラフィ(骨への転移の有無を調べるため)

西台クリニックでは、肺がんの早期発見を目的に、②～④の検査を実施しております。

中国の女性医師団が当クリニックを視察

昨年12月27日、中国の全土より選抜された女性医師団10名が、日本の最先端の検診施設を視察する目的で、西台クリニック画像診断センターに来院されました。

医師団は戸田中央総合健康管理センターの医学博士・龔先生の引率で当クリニック内を見学。済陽理事長からは西台クリニックの紹介、検診施設としての役割やPET/CTをはじめとする検査機器の説明を行いました。最後の質疑応答では活発な意見が飛び交い、がん検診に対する関心の高さがうかがえました。



女性セブンの記事に済陽理事長がコメント

今年2月13日発売の『女性セブン』にて「花粉症を予防緩和する最強食品20」と題した特集が掲載され、第1位にヨーグルトが選ばれました。記事の中で済陽理事長は、ヨーグルトが花粉症に良い理由として「乳酸菌には血液中のリンパ球を増やす効果もあり、花粉のアレルゲンが減少する」とコメントしました。



書籍のご紹介

Recommended books



100日でがんを勝つジュース&スープ(新書版)

70,000部超のロングセラーが新書版で登場しました！
済陽式食事療法の解説をはじめ、代謝を正常化させ、免疫力を高めるジュース&スープのレシピが満載です。

新星出版社／定価：[本体1,150円+税]

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

特製ジュースでがん予防

がん予防に欠かせない栄養素を
サラダ感覚で毎日おいしく♪

レシピ#27 きんかん&ヨーグルト

●材料(約1人分)

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

●作り方

- ① きんかんはよく洗い、皮ごと横半分に切り種をのぞく。
- ② 材料をすべてミキサーに入れて攪拌する。

・果物、野菜は農薬を取り除くために水につけておく ・果物、野菜はミキサーにかけ直前に切る



症例レポート

CASE REPORT

58歳男性 頸部リンパ節再発転移改善例

胸部食道癌から左頸部リンパ節転移が化学療法と食事療法で寛解

既往歴：2017年10月食道がん(扁平上皮癌)と診断。2018年1月縦隔リンパ節転移。

2018年3月、胸部食道癌根治術。2019年4月(13日)左頸部リンパ節転移・径1.5cm。PET-CT検査所見にてFDG薬剤取り込み明瞭な再発。抗がん剤効果、40～50%の見込み。

約半年の化学療法と徹底した食事療法との併用で、寛解その後半年間経過根治する。



2019年4月13日
左頸部リンパ節に薬剤の集積



腎臓内薬剤

膀胱内薬剤

がんや生活習慣病を予防するために「内臓脂肪」を調べてみませんか？

「肥満」はがんや生活習慣病の原因となります。しかし、肥満には、**皮膚の下に脂肪が多い「皮下脂肪型肥満(洋なし型)」と、内臓のまわりに脂肪が多い「内臓脂肪型肥満(リンゴ型)」**の二種類があるのでご存知でしょうか？

自分が肥満かどうかを判断するには、**BMI値を知る**ことが大切です。BMI値は右の計算式で求められ、25を超える人は肥満と診断されます。しかし、この数値だけでは、どちらのタイプの肥満であるかは判定できません。

がんや生活習慣病の引き金になるのは内臓脂肪型肥満だと言われています。そこで西台クリニックでは、**最新のPET/CTを使用して腹部の断面画像を撮影し、体脂肪面積を計算する「内臓脂肪検査オプション」**を行っています。体内の脂肪のつき具合が画像化されるため、「皮下脂肪型肥満(洋なし型)」なのか、「内臓脂肪型肥満(リンゴ型)」なのかも、一目でわかります。



行っています。体内の脂肪のつき具合が画像化されるため、「皮下脂肪型肥満(洋なし型)」なのか、「内臓脂肪型肥満(リンゴ型)」なのかも、一目でわかります。

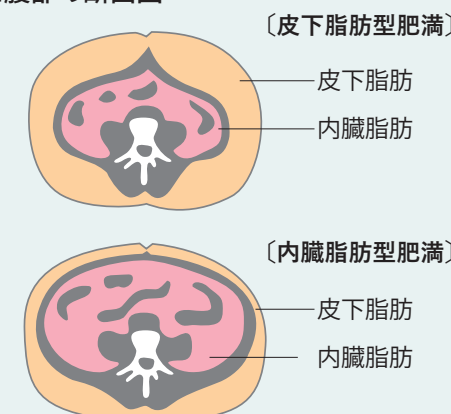
BMI値が高い、運動不足、脂っこい食事が好きという方に、ぜひおすすめしたいオプションです。

■BMI値の計算式

BMI=体重(kg)÷(身長(m)×身長(m))

18.5未満	低体重
18.5～25未満	標準
25～30未満	肥満(1度)
30～35未満	肥満(2度)
35～40未満	肥満(3度)
40以上	肥満(4度)

■腹部の断面図



「内臓脂肪検査オプション」を5,000円(税別)で実施しております。ぜひご利用ください！