

検診コース(完全予約制)

金額の表記は、すべて税込価格となります。
 頭=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

グランド	【所要時間】 面談あり—約 5.5 時間 面談なし—約 4 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(有・無) 面談あり 335,500円(税別305,000円) 面談なし 324,500円(税別295,000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 247,500円(税別225,000円) 面談なし 236,500円(税別215,000円)
PET/CT	【所要時間】 面談あり—約 3.5 時間 面談なし—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 170,500円(税別155,000円) 面談なし 159,500円(税別145,000円)
脳ドック	【所要時間】 面談あり—約 3 時間 面談なし—約 2 時間 MRI(頭) MRA 超音波(頸) 生化学(血液*) 脈波測定 画像結果説明(有・無) *腫瘍マーカー検査がなくなります。 面談あり 60,500円(税別55,000円) 面談なし 55,000円(税別50,000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 39,600円(税別36,000円)
オプション	●腫瘍マーカー 19,800円 ●アレルギー検査 18,150円 ●脳梗塞・心筋梗塞リスクマーカー 18,150円 ●内臓脂肪検査 6,050円 ●女性ホルモン検査 6,050円 ●骨代謝マーカー検査 6,050円 ●関節リウマチ検査 3,630円 ●喀痰細胞診検査 3,630円 ●MRCP(磁気共鳴胆膵管造影検査)〔各コースと別日で実施〕 42,350円

◎その他、PET/CT+USレディースコース(192,500円)、シンプル脳ドックコース(49,500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。

★面談(画像結果説明)は火曜・水曜・木曜・土曜の週4日実施いたします。

超音波(エコー)検査オプション 1部位 18,150円	対象部位： 頸動脈/甲状腺/乳房/腹部(肝臓・胆嚢・腎臓) 2部位まで追加可能(コースにより追加不可)
-----------------------------	--

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

【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

44

2023年
3月31日発行

理事長室より

自然治癒力で疾患予防を

西台クリニックの総受診件数が
95,000件を突破!

ストップ! 生活習慣病!
~COPD~

お酒・タバコ好きな男性は必見!

食道がんにご注意しよう。

健康長寿の道しるべ

症例レポート

~乳がん巨大肝転移・腹部広範播種・寛解症例~

Let's! 脳ストレッチ!

梅

果物の中でも豊富にカリウム、鉄、ビタミンEを含む。またクエン酸やリンゴ酸、シュウ酸などの有機酸は、疲労回復や食欲増進に効果を発揮する。



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。

自然治癒力で疾患予防を

2019年12月、中国武漢の海鮮市場から発症した原因不明の肺炎が、新型コロナウイルスによるものであり、その後全世界に蔓延してWHOからパンデミックの宣言を受け、現在6億7千万人の感染者と686万人の死者を数え、日本でも感染者3,320万人、死者7万1,800人に上り、人類社会と経済に甚大な影響を及ぼしています。

日本政府ならびに厚生労働省は、国民の生命と生活を守るため、マスク着用や手洗い、換気、『3密回避』などの施策を呼び掛けています。またワクチン接種による感染対策にも力を入れており、感染拡大が防がれています。約10年前の新型インフルエンザ流行に対しても的確な対策によりアウトブレイクが防止されました。危機に対する政府の指導、日本人の真面目な取り組みなどが奏功しているわけです。

どなた様も人体の自然治癒力を温存し、コロナ肺炎や各種のがん疾患などを予防して、健全な日々を送られるよう祈念しております。

本年度もよろしくお願ひ申し上げます。



令和5年 早春
医療法人社団 高千穂会 西台クリニック
理事長 濟陽 高穂

Let's prevent lifestyle-related diseases.

ストップ！生活習慣病！

第8回
COPD

生活習慣病を正しく理解して、大きな病気を未然に防ぎましょう。

COPDとは

日本での患者数は約530万人。
40歳以上で喫煙歴のある方は要注意。

COPDは日本語では「慢性閉塞性肺疾患」といいます。長年たばこなどに含まれる有害物質を吸い込むことで起こる病気で、以前は「慢性気管支炎」や「肺気腫」と呼ばれていました。主な症状は、階段の上り下りなどで息切れする、風邪でもないのに咳や痰が出る、呼吸の度にゼーゼー、ヒューヒューと喘鳴がする、などです。COPDの最大の原因は喫煙で、喫煙者の15~20%がCOPDを発症するといわれています。厚生労働省の統計によると2021年のCOPDによる死者数は16,384人で、男性では死亡原因の9位に位置しています。

COPD(慢性閉塞性肺疾患)判定基準



スパイロメーターという機械で検査を行いその結果で病気の進行度を判定します

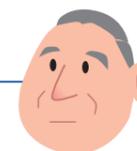
1秒量(FEV1)を努力肺活量(FVC)で割った1秒率(FEV1%)の値が70%未満

COPDと判定

1秒量(FEV1) —— 最初の1秒間で吐き出せる息の量
努力肺活量(FVC) —— 思い切り息を吸ってから強く吐き出したときの息の量

女性もCOPDに注意

COPDは喫煙する男性の病気というイメージが強いですが、欧米では女性の患者数も少なくないといわれています。また女性の方がCOPD発症リスクが高いという報告もあり喫煙者は特に注意が必要です。



健康な肺を失い、命に関わる病気につながることも。

COPDの怖さは、「最初は無症状」「ゆっくり進行する」「元通りに治らない」ところです。現代医学では壊れた肺胞を元に戻すことはできません。さらに進行すると、呼吸不全や肺がん、心不全など重い病気を引き起こす可能性もあります。

放置すると

改善するには

病気の進行度に応じて薬やワクチン、呼吸リハビリテーションなどで改善します。

まずは禁煙が何より重要です。それ以外では、気管支拡張薬などを使用した薬物療法、呼吸訓練や食事療法・運動療法などを行う呼吸リハビリテーションなどが実施されます。またインフルエンザワクチンや肺炎球菌ワクチンの接種はCOPDの増悪を防ぎ死亡率を下げるとされています。喘息、骨粗しょう症、心・血管疾患、消化器疾患、肺合併症などがある場合は、それらを考慮した治療が行われます。病気が進行し、肺機能が大幅に低下してしまった場合は、在宅酸素療法や肺の一部を切除する内視鏡手術・外科手術を検討する必要があります。

COPDの治療ポイント

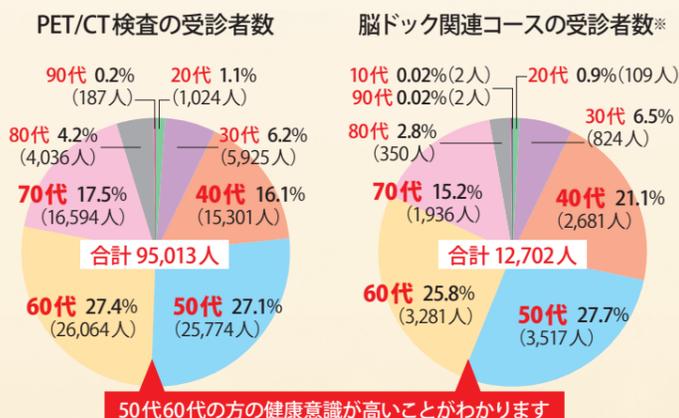
- 禁煙 ● 薬物療法
- 呼吸リハビリテーション
- インフルエンザワクチンや肺炎球菌ワクチンの接種
- 在宅酸素療法
- 内視鏡・外科手術



参考：一般社団法人 日本呼吸器学会 / 一般社団法人 GOLD日本委員会 COPD情報サイト

TOPICS 西台クリニックの総受診件数が95,000件を突破！

40~70代が受診者の中心。
がん検診とあわせて脳ドックを受診される方も増えています！



西台クリニックでは2023年2月17日に、クリニックが開設した2000年からのPET/CT検査の総受診者数が95,000件を越えました。年代別でみると、40代~70代が多く、特に50代と60代で全受診者の半数以上を占めました。脳ドック関連コースでも同様の割合となっており、がんだけでなく、脳血管疾患を心配されている方も少なくないことがわかります。がんや脳血管疾患は早期発見が大切です。PET/CT、MRI、超音波検査、腫瘍マーカーなどで、全身のがんを検査する「がん総合コース」や、さらに脳MRI・MRA検査と頸動脈の超音波検査を加え、がん検診と脳ドックが1日でできる「グランドコース」をご検討いただければと思います。

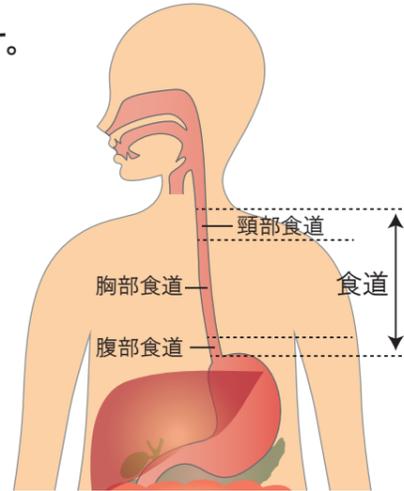
10歳未満 0.02%(21人)
10代 0.09%(87人)
※2008/11~2023/1の受診者数

お酒・タバコ好きな男性は必見！ 食道がんにご注意しよう。

食道がんは年間に2万5千件を超える方が罹患し、1万人以上の死亡者を出すがんです。
男女ともに40代後半から患者が増え始め、
お酒が好きな方、タバコを吸う人は特にリスクが高いとされています。

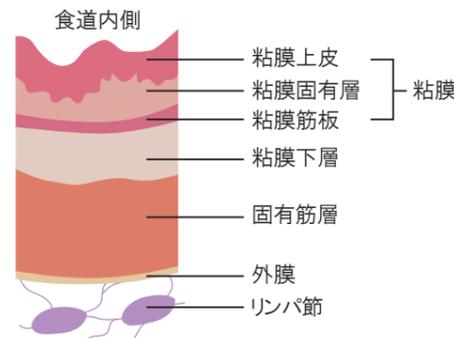
食道のはたらき

食道はのどと胃をつなぐ管状の臓器です。のどに近い場所は頸部食道、中間は胸部食道、胃の近くは腹部食道といい、全体の長さは約25cm、太さは2～3cmほどあります。食道は身体の子中心部にあり、気管、心臓、大動脈や肺、背骨などに囲まれています。また食道の周囲にはリンパ節があります。食道の厚さは4mmほどで、内側から粘膜(粘膜上皮・粘膜固有層・粘膜筋板)、粘膜下層、固有筋層、外膜に分かれます。食道の役割は食べた食物を胃に送ることで、食道自体に消化機能はありません。



食道がんの特徴

食道がんはどこにでもできる可能性があります、日本人では約半数が真ん中の胸部食道に、次に下部の腹部食道にできるといわれています。がんは食道内面の粘膜に発生し、複数のがんが同時にできることもあります。がんの進行度は、転移の状態とがんが粘膜からどの程度広がっているかで、ステージ0～ステージIVbまでに分類されます。前述の通り食道は周囲にリンパ節や重要な臓器があるため、ステージが進むと治療が難しくなります。



壁深達度

- T1a—がんが粘膜内にとどまる
- T1b—がんが粘膜下層にとどまる
- T2—がんが固有筋層にとどまる
- T3—がんが食道外膜に広がっている
- T4a—がんが食道周囲の組織まで広がっているが、切除できる(胸膜、心膜、横隔膜など)
- T4b—がんが食道周囲の組織まで広がっていて、切除できない(大動脈[大血管]、気管、気管支など)

■ 食道がんの病期(ステージ)分類 (日本食道学会による分類)

壁深達度 \ 転移	N0	N1	N2	N3	N4	M1
T0, T1a	0	II	II	III	IVa	IVb
T1b	I	II	II	III	IVa	IVb
T2	II	II	III	III	IVa	IVb
T3	II	III	III	III	IVa	IVb
T4a	III	III	III	III	IVa	IVb
T4b	IVa	IVa	IVa	IVa	IVa	IVb

病期分類には、上記の分類と国際的な分類(UICCによる分類)の2種類があり、国際的な分類が使われることもあります。

転移の状態

- N0—リンパ節転移がない
- N1—第1群リンパ節のみに転移がある
- N2—第2群リンパ節まで転移がある
- N3—第3群リンパ節まで転移がある
- N4—第4群リンパ節まで転移がある
- M1—遠隔転移がある

食道がんの危険因子とは

国立がんセンターによると、我が国の食道がんの発生状況は、2020年で罹患数が26,382例(男性21,719例、女性4,663例)、死亡数が10,981人(男性8,978人、女性2,003人)でした。数字から分かるように食道がんは男性に多いがんです。特に喫煙、飲酒が食道がんの発生に大きく関わっており、お酒を飲んで顔が赤くなる人は、そうでない人より5～10倍リスクが高いとされています。また食生活において栄養状態が低かったり、野菜や果物不足でビタミン、特にビタミンA、ビタミンC、ビタミンEが欠乏していたりすることも発生要因といわれています。

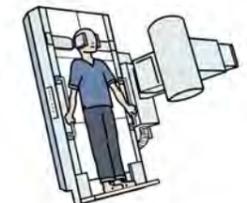


食道がんを発見し治療するには

食道がんは他のがん同様に自覚症状に乏しい病気です。がんが進行すると、飲食時に胸がチクチクするなどの違和感が起こる、飲食物がつかえる感じがする、体重が減少する、胸や背中に痛みを感じる、咳、声がかすれるといった症状が出てきます。

早期発見には定期的ながん検診が欠かせません。食道がんを見つけるには内視鏡検査や胃透視検査(バリウム検査)が有効です。特に内視鏡検査は、検査時にヨードを散布して食道粘膜を染めることで、通常では見えない小さながんを発見することができます。

また、食道がんの患者さんの約23%に、がん発見と同時にあるいは1年以上の間において他にもがんが見つかるといわれています。全身をチェックできるPET/CT検査や、MRI検査や超音波検査なども併せて行うとより安心です。



食道がんの治療

食道がんの治療法は、がんがどのステージ(病期)にあるかで決まります。内視鏡による切除、外科的手術、放射線治療、化学療法(薬物療法)があり、単独かまたは複数の治療法を組み合わせで行います。

0期にあたる粘膜内にとどまる早期がんには、内視鏡による切除術が推奨されています。

粘膜下層から筋層、外膜に浸潤(浸透)したがん(I期～II期)や、食道周辺組織まで広がったがん(III期)の場合は、手術が可能であれば外科的手術が第一選択となります。体力的に手術ができないと判断された場合や、手術を希望しない場合には、放射線治療や抗がん剤を投与する化学療法が選択されます。

他の臓器に転移したがん(IV期)には、化学療法や放射線治療が標準治療となります。またがんによる痛みや狭窄がある場合は、これらを緩和する治療が行われます。



いつまでも元気で充実した人生を送るために、身体だけでなく、精神的にも社会的にも満たされた「真の健康長寿」を目指しましょう。

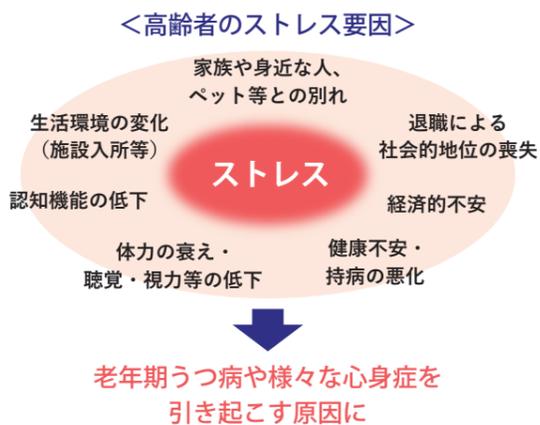
ストレスと健康長寿

ストレス社会と言われる現代では、高齢者も何らかのストレスを抱えて生活しています。高齢者がストレスを感じる要因には様々なものがありますが、ストレスが改善されないまま慢性化してしまうと、**こころや身体の病を引き起こす原因**になります。本人だけでなく、周囲も早くストレスに気づき、対処していく必要があります。



■ ストレスから起こる代表的な心身症

部位	主な症状
呼吸器系	気管支喘息、過換気症候群
循環器系	本態性高血圧症、冠動脈疾患(狭心症、心筋梗塞)
消化器系	胃・十二指腸潰瘍、過敏性腸症候群、潰瘍性大腸炎、心因性嘔吐
内分泌・代謝系	単純性肥満症、糖尿病
神経・筋肉系	筋収縮性頭痛、痙性斜頸、書痙
皮膚科領域	慢性蕁麻疹、アトピー性皮膚炎、円形脱毛症
整形外科領域	慢性関節リウマチ、腰痛症
泌尿・生殖器系	夜尿症、心因性インポテンス
眼科領域	眼精疲労、本態性眼瞼痙攣
耳鼻咽喉科領域	メニエール病
歯科・口腔外科領域	顎関節症



ストレスが招く病気とは

ストレスが原因で起こる病気のひとつに「**老年期うつ病**」があります。この病気は高齢者本人も周囲の家族も発症に気付かないことが多い上に、認知症とも間違われやすく注意が必要です。**日本では高齢者の約10%がうつ病**であるといわれています。

またストレスに関連して起こる身体の疾患のことを「**心身症**」といいます。心身症は身体の病気ですが、発症の原因がストレスにあるため、疾患の治療を行っただけでは改善されない可能性があります。

■ 老年期うつ病の特徴

- ・ 不安や焦燥感を訴えることが多い
- ・ 心気的な症状が多い
- ・ 身体の合併症が多い
- ・ 認知症との鑑別が難しい
- ・ 妄想を起こすことがある

ストレスを解消するには

身内との別れや体力の衰え、認知機能の低下などは、誰もが経験することであり、避けて通るのは難しいといえます。こころの健康を保ち、老年期うつ病や心身症を未然に防ぐためには、**自分なりのストレス解消法を持つ**ことが大切です。

内閣府が以前に調査を行った高齢者のストレス解消法によると、女性では「**友人に話を聞いてもらう**」「**配偶者に話を聞いてもらう**」という回答が多く、男性では「**配偶者に話を聞いてもらう**」「**スポーツなどをして身体を動かす**」という回答が上位に並びました。誰かに話を聞いてもらうことで、不安な気持ちを落ち着かせ、安心を得ることができます。ストレスを慢性化させないためにも、相談できる相手を持つことが大切です。

また最近の研究では「**笑うこと**」がストレスホルモンを低下させ、免疫力を上げる効果があるという結果があります。友達と談笑する、TVでお笑い番組を見るなど、日頃から笑うことを心がけてみるとよいでしょう。

参考：厚生労働省 こころの耳／公益財団法人長寿科学振興財団 健康長寿ネット

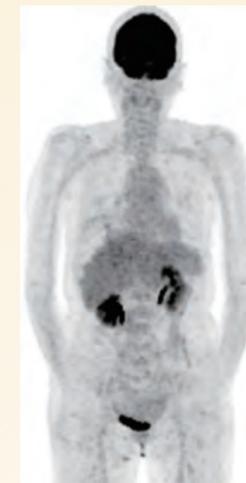
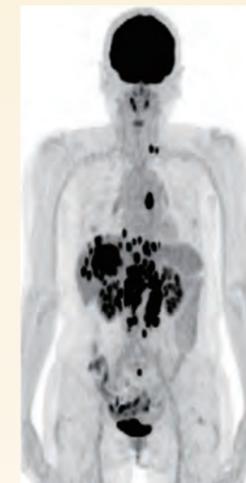
症例レポート

CASE REPORT

64歳女性 乳がん切除16年後再発、巨大肝転移・腹部広範播種・寛解症例

肝転移・骨盤骨転移した乳がんが、化学療法と食事療法で寛解

64歳、2006年左乳房切除、5年間ホルモン投与加療。2022年6月、広範肝転移、骨盤骨転移を来し近医で化学療法。CA19-9値：1054。同12月、当院受診、化療と並行してがん食事指導(ゲルソン療法に準拠)による玄米食、大量新鮮野菜生ジュース(900ml)飲用。2023年1月17日、PET/CT検査にて寛解状態となる。



【画像1】2022年11月18日
肝臓、腹部に薬剤の大量集積がみられる

【画像2】2023年1月17日
薬剤の集積がなくなり寛解状態となる

【画像1】

【画像2】

Let's! 脳ストレッチ!

クイズやパズルで、アタマのストレッチに挑戦しましょう!

アルファベットA~Gの文字を並べると?

あなたのGWは
□□□□□□□?

1	2		4	5	6	
						C
13			3			
14		7				
	15			16	10	
8			9			11
		12			18	
17				19		

<タテのキー>

1. 入社したての新人などにみられる「〇〇〇病」
2. 〇〇〇〇〇ができれば国際的なビジネスに役立つ
3. 〇〇の大木
4. 〇〇〇〇〇〇の安定供給が重要
5. 大型のサメの俗称。鱧と書く
6. 2月に亡くなったSF漫画の巨匠。松本〇〇〇
7. 中国の歴史で「元」の次の王朝
8. 近年また新しいものが発見された〇〇〇の地上絵
9. 床の一部に敷く厚手の敷物
10. 目の、鼻に近い方の端。〇〇〇〇が熱くなる
11. 物質の三態は液体、固体、〇〇〇
12. 蛍光色の派手なファッションとタメ口キャラで人気の女性芸人。〇〇ちゃん

<ヨコのキー>

1. 高齢者は気を付けたい食べ物の〇〇〇
3. 雲が広がり海のように見えること
4. インフレの反対は
8. 小学生の体育でやる〇〇飛び
9. 文化財などを汚す〇〇〇〇は犯罪です
12. 刺身はテッサ、鍋物はテッチリ
13. パリの名所といえば〇〇旋門
14. 結構難しい魚の〇〇〇〇〇
15. アウト(出る)の反対は
16. 晴れているのに雨が降るのは狐の〇〇入り
17. 端午の節句といえばこの和菓子〇〇もち
18. 閻魔様に〇〇を抜かれる
19. 物事の起源や今まで辿ってきた経緯

正解は西台クリニックのホームページでご確認ください! <https://www.ncdic.jp/question44>



クリニックからのお知らせ

西台クリニックでは令和5年5月9日より検査料金の改定を行います。新しい検査料金は裏表紙をご確認ください。ご理解の程、よろしくお願いたします。