

NC NEWS

NISHIDAI CLINIC NEWS

西台クリニック 画像診断センター 会報

第5号

デザイン・リニューアル！

巻頭特集

健康の秘訣は定期的な 三大疾患の総チェック！

人気コースを徹底チェック！～グランドコース

がんの い・ろ・は を知る。

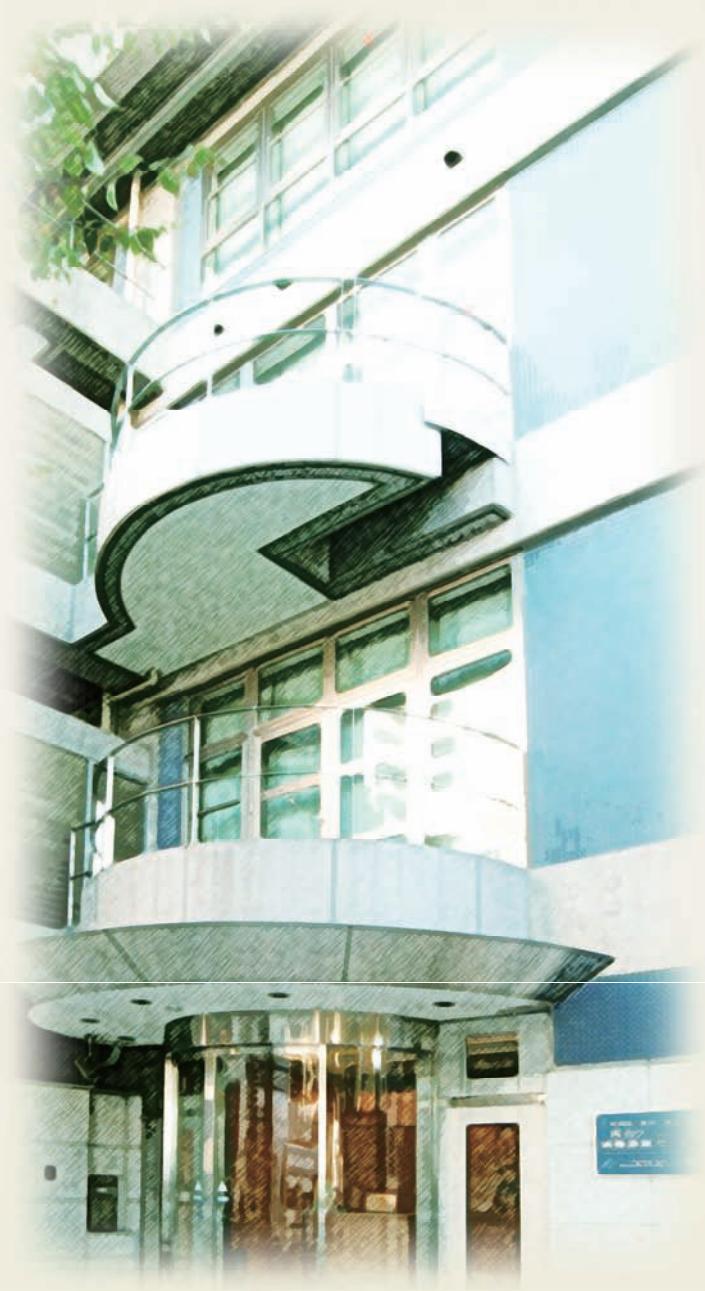
- ・〔第1回〕 乳がん

がんを予防する
ジュース生活はじめよう。

- ・レモンとグレープフルーツのジュース
- ・食事療法指導のご案内

Topics

- ・西台健康倶楽部 新春ディナーセミナー
- ・かまくら健康セミナー
- ・ホームページリニューアルのお知らせ
- ・書籍のご案内



健康の秘訣は定期的な 三大疾患の総チェック!

がん、脳卒中、心筋梗塞など、中高年になると、大きな病気が気になりだすものです。まずはきちんと一般健診を受診することが大切。その上で詳細な総合検診を定期的に受診すれば、より大きな安心が得られます。

自 治体や健保組合などで行われる一般健診は、安価に主要な基礎疾患をチェックできるのが魅力です。毎年欠かさず受けことで、生活習慣病の兆候をつかむことができるので、これを利用しない手はありません。

しかしながら、これらの検査だけでは、どうしてもカバーできない部分があるのも事実。そこで西台クリニックでは、より詳細な全身チェックを目的に、**グランドコース**の定期的な受診をおすすめしています。

グランドコースは、**全身のがん**を詳しく調べる「がん総合コース」と、**くも膜下出血や脳梗塞**の病変を調べる「脳ドックコース」を組み合わせた最上位の検診コースです。

全身のがん検診については、がん細胞の動きをとらえるPET検査と臓器のかたちや病変をとらえるCT検査が同時にできるPET/CTを使用。さらにMRI、超音波検査を併用し、肺がん、乳がん、大腸がん、子宮がんといったメ



ジャーながんは言うまでもなく、頭頸部がん、食道がん、肝臓がん、すい臓がん、前立腺がん、卵巣がんなど、**一般健診では調べない部位のがんも詳細にチェック**します。一般健診でのがん発見率は0.5%程度ですが、当院のがん検診は2.1%と高い発見率を誇っています。

また一般健診ではチェックしない脳疾患については、MRIや超音波診断装置を使用し、血管の状態まで詳しく調べます。

心筋梗塞など心臓病が気になる方には、別途**心臓スクリーニング検査**をおすすめしています。これは心電図、心臓超音波検査に加えて、脈波測定、血流観測、心不全マーカーを行うもの。2時間半の検査で詳しく心臓の健康を調べることができます。

定期的な一般健診に加えて、数年に一度は当院の検診で、より大きな安心を手に入れませんか。

一般検診と西台クリニックの検診の違い

部位	一般健診	西台クリニック
がん	<ul style="list-style-type: none"> ・胸部エックス線 ・胃バリウム検査 ・血液検査・尿検査 ・便潜血検査(検便) ・子宮細胞診等 	<ul style="list-style-type: none"> ・PET/CT検査 ・MRI検査 ・超音波検査 ・血液検査・尿検査 ・便潜血検査(検便) ・腫瘍マーカー検査
脳	<ul style="list-style-type: none"> ・検査項目なし 	<ul style="list-style-type: none"> ・MRI検査・MRA検査 ・超音波検査・血液検査 ・腫瘍マーカー検査
心臓	<ul style="list-style-type: none"> ・血液検査 ・心電図 ・血圧測定 	<ul style="list-style-type: none"> ・心臓超音波検査 ・心電図・脈波検査 ・血流観測 ・心臓マーカー検査 ・血液検査

都道府県別受診者数

東京都	3746	栃木県	58	70歳以上	23%
埼玉県	1457	静岡県	53	60~69歳	34%
千葉県	550	愛知県	44	50~59歳	23%
神奈川県	424	大阪府	43	40~49歳	14%
茨城県	163	長野県	40	39歳以下	6%
群馬県	62	兵庫県	26		(2008年11月~2011年5月)

その他 地方別受診者数

北海道	25	近畿	36
東北	59	中国・四国	57
北陸・甲信越	73	九州・沖縄	42
中部	26	外国人・在留邦人	101

合計 7085人

(2011年5月末現在)

人気コースを徹底チェック!● グランドコース

チェック1

PET/CT 検査

PET検査では小さながん病変を描出することができます。早期発見に優れているほか、がん病変が悪性か良性かを診断することも可能です。また、CT機能が一体化されているため、病変が臓器のどの部位にあるのかがよくわかり、治療方法や治療範囲を判断する上でも大変有用です。痛みや不快感がなく、撮影時間は25分程度で終了します。



看護部 谷本です。
私がご案内します。



チェック2

MRI・MRA 検査



臓器が密集したところが得意なMRI。がんの診断では、主に腹部を調べ、大腸、膀胱、子宮・卵巣などの病変発見に威力を発揮します。脳の検査では、脳全体の撮影だけでなく、脳血管だけを映し出し血管狭窄や動脈瘤などがないかを調べるMRA検査も実施します。

チェック3

超音波検査



別名エコーと呼ばれる超音波検査。がん検診では、腎臓、肝臓、すい臓といった腹部臓器のほか、女性の乳房を調べます。脳ドックでは、脳梗塞の原因となる頸動脈の動脈硬化について詳細にチェックします。

チェック5

当日面談

画像診断の結果は検査終了50分後にご説明します。画像チェックは日本核医学学会認定の核医学専門医が行うので安心。気になる点がありましたら、医師にお気軽にご相談ください。なお、血液検査結果なども含めた総合所見は14日前後でご自宅にお送りします。



チェック4

血液・生化学検査

血液・生化学検査の豊富さは当クリニックの魅力のひとつです。尿・便の検査に加え、血液検査(男性63項目・女性64項目)、PSA・CEA・CA19-9、 α フェトプロテインなどの腫瘍マーカー検査(男性7項目・女性8項目)を実施します。

Staff Message

看護部では、検診ゲスト、患者の皆様が、気持ち良く検査を受けて、お帰りいただけるよう、感謝の気持ちを大切に、温かみのあるおもてなしを心がけております。皆様のご要望にできる限りお応えできるよう取り組んでまいりますので、お気づきのことなどありましたら、どしどしお申し付けください。



がんの い・ろ・は を知る。

●第1回 乳がん

今 年4月、女優の田中好子さんが、乳がんでお亡くなりになりました。突然の悲報に日本中が驚きましたが、闘病生活は実に19年に及んだそうです。逆算すれば36歳で乳がんが発覚したことになります。自治体の乳がん検診の多くは40代からとなっていますが、30代になったら普段から異常がないか気にかけておく必要があることが分かります。

がんの統計によると日本で**乳がんになる女性は20人に1人**。女性のがんの第1位で、その数も**年々増え続けています**。しかしながら、乳がんは**早期に発見できれば比較的治癒しやすいがん**であると言われています。例えば、がんが発生部位に止まっている第1ステージの5年生存率は、肺がんであれば約78%ですが、乳がんは約98%*です。早期発見には日々の自己検診と、定期的な乳がん検診の受診が大切です。

乳がん検診といえばマンモグラフィが主流です。ただし検査時に痛みがあり、若干ですがエックス線による被ばくも伴います。そこで出産経験のない若い女性には、乳房超音波検査をおすすめするクリニックもあります。超音波検査は体にまったく害がなく、痛みもありません。

当院でもこの乳房超音波検査と、PET/CT検査、さらに

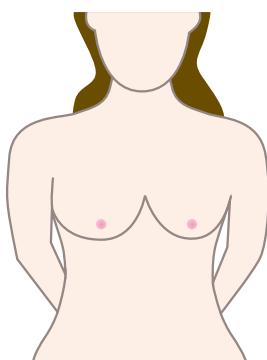


は乳がんに反応する腫瘍マーカー検査を組み合わせて診断を行っています。単独の方法で行うよりも発見率も高くなり、PET/CTを使用することでリンパ節に広がったがんも発見できます。

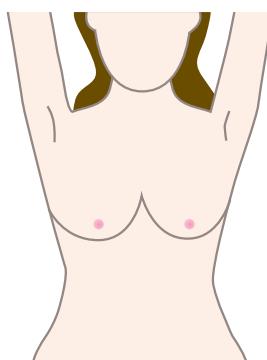
様々な検査があり、早く発見できれば治癒の確率も高い乳がんですが、残念なことにわが国の**乳がん検診の受診率は20%程度**と高くありません。自分は大丈夫という根拠のない楽観的な態度がもっとも危険です。女性の皆さん、自分のために、大切な人のために、ぜひ検診を受けましょう。

*全がん協部位別臨床病期別5年相対生存率（1997年 - 2000年：初回入院治療症例）

自宅でできる乳がん自己検診法



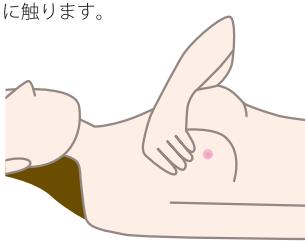
リラックスした姿勢で、鏡に乳房を映し、乳房や乳頭の状態を観察します。



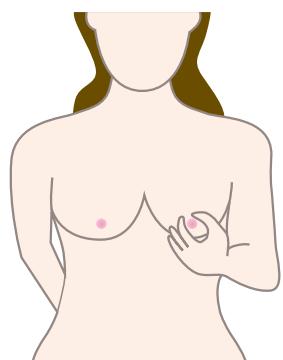
両腕をあげて、正面、側面、斜めなど、いろいろな角度からチェックします。



仰向けに寝て、右腕を頭の方にあげ、左手指の腹で乳房の内側をていねいに触ります。



右腕をさげ、乳房の外側を触り、最後にわきの下に手を入れ、しこりがないか調べます。左胸も同様に行います。



左右の乳頭を軽くつまんでみましょう。血液の混ざった分泌物などが出ないかチェックします。

がんを予防する ジュース生活 はじめよう。

かんたん・おいしい!

体質の改善、がんの予防につながる、生ジュースのレシピを毎号ご紹介します。
ジュースを作るのが難しいという人は、市販の野菜ジュースなどでもOK。
野菜や果物のチカラで、美味しくがんを予防しましょう。



レシピ #01

済陽院長いちばんのおすすめ
レモンとグレープフルーツのジュース

材料(約200ml分)

レモン	110g(2個)
グレープフルーツ	400g(約2個)
オレンジ	150g(1個)
リンゴ	130g(1/2個)
ハチミツ	大さじ2

作り方

- ① レモン、グレープフルーツ、オレンジは皮をむいてくし形に切る。リンゴは皮をむかず芯と種を取り除き、くし形に切る。
- ② 1をジューサーにかけ、グラスにそそぐ。
- ③ ハチミツを入れてまぜる。

クッキーパン

- ・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

がん体質を改善する、食事療法指導を行っています。

西台クリニックでは、がん治療中の患者様、ご家族様のために、院長による「がん食事療法指導」を行っております。
ご希望の方は、下記の予約番号からお申込みください。

◎食事療法指導の詳細はホームページをご覧ください。
<http://www.ncdic.jp/food>

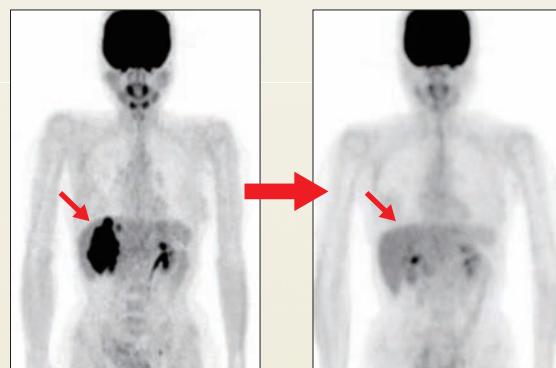
【予約申し込み】 03-5922-0704

受付／火～土曜日 9:00～16:00

※ 主治医による治療と併用で行います。

※ 受診予約前に診療情報提供書をお送りいただきます。

当院での改善例



2009年12月

2010年2月

■乳がん肝転移 (38歳／女性)

右乳がん切除手術を行うも、術後3年半で巨大肝転移が発覚。食事療法とマイルドな化学療法の併用にて、約3ヶ月で転移したがんが消失、全快した。

がん食事療法の効果

- 栄養状態の改善
- 代謝(体内での物質の変化や入れ替わり)の促進
- 免疫力(病原体やがん細胞を打ち負かす働き)の向上

西台健康倶楽部 新春ディナーセミナー開催!

2011年2月8日、池袋・ホテルメトロポリタンにて「西台健康倶楽部 新春ディナーセミナー」が開催。済陽院長がPET/CTによるがん診断について講演を行うほか、東京女子医大心臓内科・新井先生が心臓スクリーニング検診について解説しました。

済陽院長の著書が合計16巻70万部を突破したことを記念して開催された今回のディナーセミナー。会場には西台健康倶楽部の会員はもちろん、PET検査の受診経験がない方なども含め、全国から約90人のお客様がお見えになり、健康に対する関心の高さが窺えました。セミナーは西台クリニックの紹介ムービーを皮切りに、院長によるPET/CT検査による早期診断、東京女子医大心臓内科の新井先生による心臓スクリーニング検診、患者さんの体験談などの講演が行われ、来場客は頷いたり、メモをとったりと、誰もが真剣に聴き入っていました。

第二部の懇親会では、院長監修のディナーコースが



振る舞われ、その場で済陽式食事療法に基づいた野菜ジュースとスープづくりも実演。来場客はアルコール一切なしのヘルシーディナーに舌鼓を打ちながら、院長やドクターとの歓談のひとときを心ゆくまで楽しみました。

鎌倉宮にて済陽院長が食事療法について講演!

2011年5月8日から3日間、大根料理の鎌倉福来鳥(ふくどり)が運営するかまくら健康美術館にて、特別企画“生きる”が開催。「21世紀の健康・長寿」というテーマで済陽院長が食事の大切さを講演しました。

今回のイベントは、第一部にがんでお亡くなりになった画家・石塚健氏の絵画展、第二部が済陽院長の講演という二部構成で行われました。済陽院長は、生活習慣病であるがんの予防・治療には、日々の食事が重要であることと、免疫力を高める食事療法の素晴らしい効果について語り、さらに院長夫人が済陽家の日課となっているスペシャルジュースの作り方を実演し、皆に振る舞いました。

続いては発売中のDVD『観て!聞いてわかる!専門医が提唱する済陽式「ガンの食事療法」』のダイジェスト版が上映され、映像プロデューサー兼ディレクターの寺田聰氏と済陽院長が対談。寺田氏は2009年に



肝臓がんが発覚し、余命半年と宣告されましたが、済陽式食事療法によって5cmのがんが半分に縮小。現在も抗がん剤と食事療法を併用した治療に取り組まれています。参加者には、がんを患っている方や、患者さんの身内の方も多く、講演終了後も歓談が続くなど、イベントは盛況のうちに終了しました。

西台クリニックのホームページがリニューアル!

西台クリニックのホームページが全面リニューアルされました。

各コースの特徴はもちろん、講演会情報、提携医療機関、がん食事指導の紹介など内容がさらに充実。検診のインターネット予約もより簡単に行えるようになりました。

新しくなったホームページは、青と白を基調とした爽やかなデザインとなり、使いやすさも向上。検診コースは詳細な説明のほか全コース一覧が追加され、違いも分かりやすくなりました。各コースのページからはインターネット予約のページにダイレクトに飛ぶことができ、24時間どこからでも予約が可能です。また万一がんや病気が発見された場合の提携医療機関リストも公開されているので安心して受診できます。

そのほか、がん患者様を対象とした「がん食事指導」に関する情報や、済陽院長の講演会情報なども充実。トップページのQRコードから携帯端末でも簡単にアクセスできます。ぜひ一度アクセスしてみてください。

ホームページアドレス ▶ <http://www.ncdic.jp>



がん食事指導ページ

書籍のご案内

済陽院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。

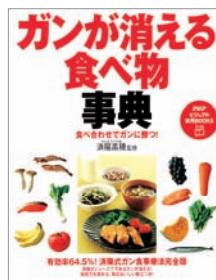
全国の多くの読者から奨励や感謝の声がたくさん届けられています。



がんにならない
毎日の食習慣

祥伝社黄金文庫刊
(2010年7月)
定価580円

院長がはじめて書いた一般向けの「がん予防法」。



がんが消える
食べ物事典

PHP研究所刊
(2011年5月)
定価1,365円

食事療法を美味しく楽しく実践するためのレシピ集。



がんが消え、
万病を治す
奇跡の食事

KKベストセラーズ刊
(2011年6月)
定価1,200円

済陽式食事療法の効果を数々の体験談で紹介。



がんが消える!
食事の8原則

かんき出版刊
(2011年6月)
定価1,365円

免疫力を高め、がんを治癒する食の8原則を解説。



済陽式
「がんの食事療法」

スタジオ・オス発行
(2011年6月)
定価2,100円

余命半年から改善した映像作家のドキュメント。

©2011年7月現在、済陽院長の著書はここで紹介したものを受け、各出版社より計25冊発行されています。

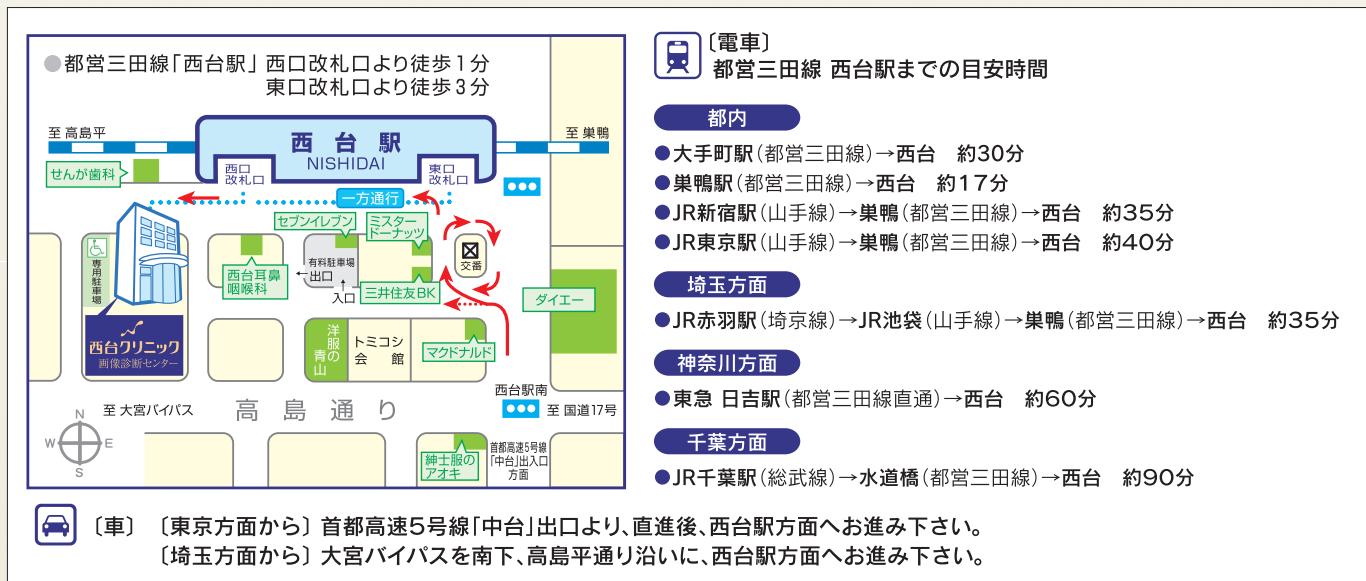
検診コース(完全予約制)

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

グランドコース (がん総合+脳ドック)	がん総合コースと脳ドックコースを組み合わせた検査を同日で行います。遠方から来られる方、多忙な方々におすすめのコースです。 PET/CT MRI(骨盤・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	249,000円 (約 5.5 時間)
がん総合コース	細胞の働き具合と臓器の形態を同時に調べるPET/CT検査に、MRI、超音波、血液生化学検査を併用し、全身のがんを総合的に検査します。 PET/CT MRI(骨盤) 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)	面談有 183,000円 (約 4.5 時間) 面談無 173,000円 (約 3.5 時間)
PET/CTコース	PET/CTのみのコース。当日、画像診断を基にした面談を行います。定期的に人間ドックを受診している方におすすめのコースです。 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	128,000円 (約 3.5 時間)
脳ドックコース	くも膜下出血の原因となる動脈瘤の有無や脳梗塞の原因となる頸動脈の動脈硬化の進行度をMRI-MRA、頸動脈超音波、血液生化学により検査します。 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	59,000円 (約 3 時間)
心臓スクリーニング	心肥大、弁膜症(弁の異常)、心臓のポンプ機能などの心疾患を、心臓超音波検査、心電図、脈波測定、血液検査を用いて検査します。 超音波(心臓) 生化学(血液) 心電図 脈波測定 血流観測器 心不全マーカー検査	30,000円 (約 2.5 時間)
オプション	●食生活改善指導 5,000円 ●内臓脂肪検査 5,000円 ●血液サラサラ検査 3,000円	

◎その他、乳がんPETコース(143,000円)、ベーシック脳ドックコース(44,000円)もございます。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



●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 9:00～17:00)

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。