

N C NEWS

西台クリニック会報

NISHIDAI CLINIC NEWS

第6号

巻頭メッセージ

高精度で総合的な がん検診が健康長寿を守る。

人気コースを徹底チェック! ●がん総合コース

がんのいろ・はを知る。

・〔第2回〕大腸がん

オプション検査のご紹介

がん予防の
『ジュース生活』を始めよう。

- ・グレープフルーツとニンジンのジュース
- ・食事療法指導のご案内

Topics

- ・西台健康倶楽部 一泊セミナー開催
- ・西台健康倶楽部 ランチセミナー開催
- ・日本がんコンベンション 院長講演
- ・書籍のご案内



高精度で総合的な がん検診が健康長寿を守る。



西台クリニック院長 済陽 高穂

新生・西台クリニックもおかげさまで3周年。
これからも皆様の健康を力強くサポートしてまいります。

新生・西台クリニックはこのたび3周年を迎えました。当院は過去10年に日本全国から4万人を超える受診者を数え、ここ3年では8,000人以上の方々に受診いただいております。PET診断センターのパイオニアとして永い経験の中で培った高い診断技術と治療ネットワークとにより、新しい予防医学の理念のもとにがんの早期診断ならびに診療指導を行ってまいりました。

私は5,000人に及ぶ多くのがん患者の方々に診療してきましたが、三大療法(外科手術・放射線治療・化学療法)治療後に再発する方も多く、「がんは生活習慣病である」との世界的観点から十数年の研究を基に、食事の改善を皆様にお勧めしております。

当院は、単なる画像診断センターのみではなく、受診いただいた皆様の健康長寿を末永くお守りするクリニックとして、予防医学の更なる推進にも尽力してまいります。

都道府県別受診者数

東京都 — 4,442	茨城県 — 187	愛知県 — 53
埼玉県 — 1,677	群馬県 — 75	大阪府 — 52
千葉県 — 632	栃木県 — 71	長野県 — 44
神奈川県 — 482	静岡県 — 65	

その他 地方別受診者数

北海道 — 29	近畿 — 114	合計 8,267人 (2011年10月末現在)
東北 — 70	中国・四国 — 70	
北陸・甲信越 — 80	九州・沖縄 — 47	
東海 — 9	外国人・在留邦人・他 — 68	

全国大学病院・がんセンターからの紹介

癌研病院 — 56	合計 928人 (2011年10月末現在)
国立がんセンター — 27	
他・地区がんセンター — 47	
全国大学病院 — 798	

日本大学病院 — 515	東京医大病院 — 20
日大光が丘病院 — 135	東京女子医大 — 19
慶応大病院 — 52	東大、京大、千葉大、その他 — 102
慈恵大病院 — 30	

人気コースを徹底チェック! ●がん総合コース

健康長寿の秘訣は、日本人の死因の3割を占めるがんを隅々までチェックすること。がん総合コースなら、肺がん、大腸がん、胃がん、乳がんといった代表的ながんはもちろん、頭頸部がんや前立腺がん、卵巣がん、悪性リンパ腫など、通常健康診断では対象とならないがん疾患まで、高精度にチェックします。

① 頭頸部がん

鼻、口、あご、耳、喉などの部分のがんを総称して頭頸部がんといいます。咽頭(上中下)がん、喉頭がん、上顎洞がん、舌がん、唾液腺がん、甲状腺がんなど多種多様ながんがあります。

✓以下の検査で詳しくチェック!

- PET/CT
- 腫瘍マーカー(CEA、SCC抗原)
- 内分泌検査(サイログロブリン)

② 食道がん

40歳代から増加するがんで、罹患率、死亡率とも男性が高いがんです。特に喫煙し、お酒を飲む男性は注意を要します。

✓以下の検査で詳しくチェック!

- PET/CT
- 腫瘍マーカー(SCC抗原、抗p53抗体)

③ 肺がん

男女合わせて死亡数が最も多いがん。他のがんと比べて5年目の生存率が低く、早期の発見・治療が何よりも重要です。

✔以下の検査で詳しくチェック！

■PET/CT ■腫瘍マーカー(CEA、SCC抗原、CA15-3〔女性〕)

④ 乳がん

女性のがんの第1位を占めます。死亡数も女性のがんの中では第5位で、30代を過ぎると定期的な検査が欠かせません。

✔以下の検査で詳しくチェック！

■PET/CT ■超音波
■腫瘍マーカー(CEA、抗p53抗体、CA15-3〔女性〕)

⑤ 胃がん

日本人では肺がんに次いで死亡数の多いがんで年間に5万人近い人が亡くなります。早期発見が何よりも重要です。

✔以下の検査で詳しくチェック！

■超音波 ■腫瘍マーカー(CEA、 α -フェトプロテイン、CA19-9)
■胃炎・胃潰瘍検査(H.ピロリIgG抗体、ペプシノーゲン)

⑥ 膵臓がん

完治の難しいがんで、死亡数では女性のがんの上位に位置しています。60代から罹患が増えます。

✔以下の検査で詳しくチェック！

■PET/CT ■超音波 ■腫瘍マーカー(CEA、 α -フェトプロテイン、CA19-9、エラスターゼ1)
■肝臓胆嚢機能検査 ■膵臓唾液腺機能検査

※腫瘍マーカー、内分泌検査、胃炎・胃潰瘍検査、肝炎ウイルス検査、肝臓胆嚢機能検査、膵臓唾液腺機能検査は、生化学検査(血液検査)にて行われます。

⑦ 前立腺がん

男性だけが患うがんで、男性のがんの中では9.4%を占めます。65歳頃から罹患率が上昇します。

✔以下の検査で詳しくチェック！

■PET/CT ■MRI ■腫瘍マーカー(PSA)

⑧ 子宮頸がん・子宮体がん

頸がんは20代後半、体がんは40代から罹患が増えます。両方をあわせると、女性のがん罹患では第5位を占めています。

✔以下の検査で詳しくチェック！

■PET/CT ■MRI
■腫瘍マーカー(CEA、CA125、SCC抗原〔子宮頸がん〕)

⑨ 大腸がん

直腸がんと結腸がんを合わせ、男女ともに死亡・罹患数が上位のがんです。食の欧米化により罹患率も増えています。

✔以下の検査で詳しくチェック！

■PET/CT ■MRI ■腫瘍マーカー(CEA、 α -フェトプロテイン、抗p53抗体) ■便潜血反応検査

⑩ 肝臓がん

男性は40代、女性は50代から増えるがんです。B型、C型肝炎ウイルスの感染が主たる原因です。

✔以下の検査で詳しくチェック！

■PET/CT ■超音波 ■腫瘍マーカー(CEA、 α -フェトプロテイン、CA19-9) ■肝炎ウイルス検査 ■肝臓胆嚢機能検査

⑪ 胆嚢がん・胆管がん

胆嚢や胆管にできるがんで、男女ともに50歳代以降に罹患が増えます。

✔以下の検査で詳しくチェック！

■PET/CT ■超音波 ■腫瘍マーカー(CEA、 α -フェトプロテイン、CA19-9) ■肝臓胆嚢機能検査

⑫ その他の尿路系のがん

腎臓がん、膀胱がん、腎盂・尿管がん、男性には精巣腫瘍、陰茎がんなどがあります。

✔以下の検査で詳しくチェック！

■PET/CT ■超音波 ■MRI ■腫瘍マーカー(CEA)

⑬ 卵巣がん

自覚症状に乏しく、転移してから発見されることも多いがんです。他のがん同様40歳代から罹患率が高まります。

✔以下の検査で詳しくチェック！

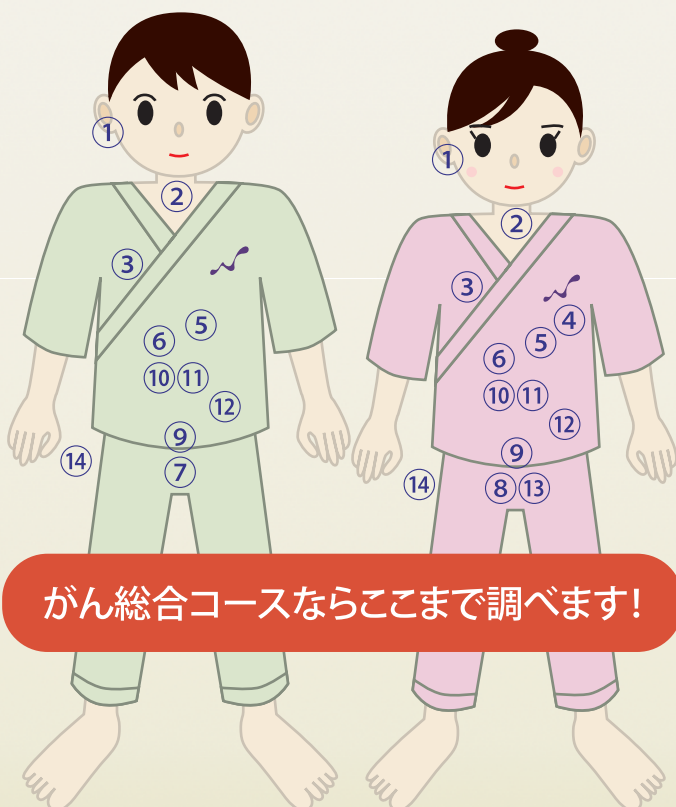
■PET/CT ■MRI ■腫瘍マーカー(CA125、CA15-3)

⑭ 悪性リンパ腫

リンパ系組織のがんで、全身で発生する可能性があります。ホジキンリンパ腫と非ホジキンリンパ腫に大別されます。

✔以下の検査で詳しくチェック！

■PET/CT ■MRI



がん総合コースならここまで調べます！

がんの い・ろ・は を知る。

●第2回 大腸がん

脂 肪に富む食事や肉類が好き、日頃運動不足、お酒を飲む、煙草を吸う、家族に大腸がん経験者がいる…。これは自分のことだと思い当たる人は、大腸がんのリスクが高いかもしれません。

大腸は盲腸を起点に、上行結腸、横行結腸、下行結腸、S状結腸、直腸、肛門管と続く、長さ2mに及ぶ消化管です。ここにできるがんを大腸がんと呼びますが、正確には結腸がんと直腸がんに分類されます。

大腸がんは**罹患者数で男女とも2位、死亡者数は男性では3位、女性では1位**という、日本人が患う代表的ながんです。統計によると罹患者数は年々増え、1986年頃では結腸がんが25,371人、直腸がんが17,258人だったのに対し、2006年には結腸がんが69,901人、直腸がんが37,914人となるなど、**20年間で実に2～3倍***にも膨れ上がっています。

年間に10万人もの患者が発生している一方で、**死亡者数は罹患者数の約3分の1**と、早期発見できれば必ず治せるがんと言えます。リスクが上昇する40代からは必ず検診を受けることが大切です。大腸がん検診といえば、まずは便潜血反応検査(いわゆる検便)です。ただ、痔や腸の炎症などでも反応することがあり、この検査だけで大

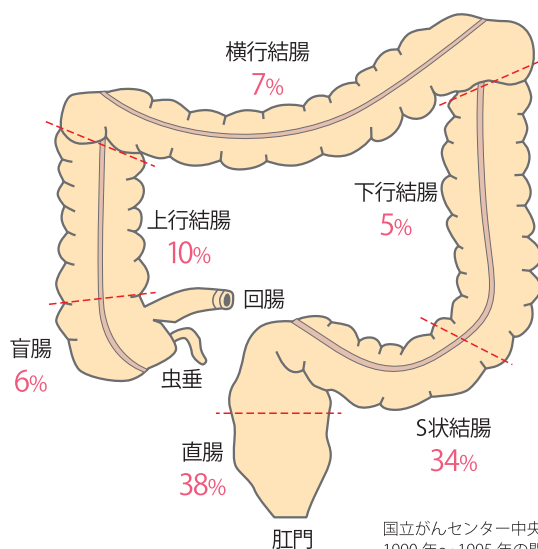


腸がんを確定することはできません。早期発見には直接大腸の中を見る大腸内視鏡検査が最も確実ですが、検査前に大量の腸管洗浄液で前処置を必要とするほか、多少の苦痛を伴うこともあるため、苦痛がない検査を希望するなら、MRI、PET/CTなどの画像診断が適しています。

当院では便潜血反応検査と、PET/CTやMRIなどの画像診断、さらにがんの血液検査である腫瘍マーカー検査を組み合わせ、大腸がんの早期発見に努めています。また、がんを予防するための食生活指導も行っていますので是非ご活用ください。

*国立がん研究センターがん対策情報センター
「地域がん登録全国推計によるがん罹患データ (1975年～2006年)」

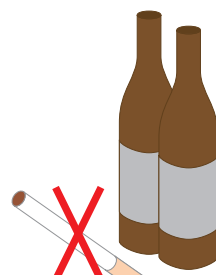
大腸各部位のがん発生率と予防ポイント



日頃から
運動を心がける



野菜・果物を
よく摂る



タバコはやめ、
お酒はほどほどに



定期的な大腸がん検診

国立がんセンター中央病院(現国立がん研究センター中央病院)で
1990年～1995年の間に切除された1,409例の大腸がんの発生部位と頻度



コースにプラスで色々わかる!

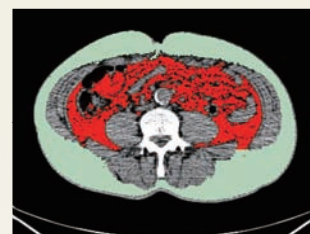
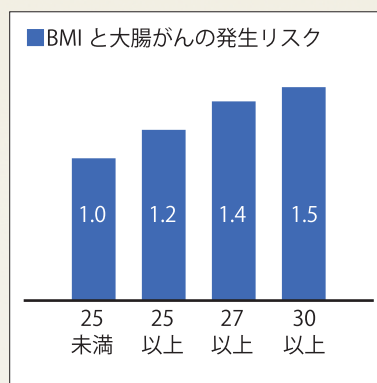
オプション検査のご紹介

内臓脂肪検査 5,000 円 ※PET/CT 検査が含まれるコースで受診可能です。

大 腸がんリスクを上昇させる大きな原因である肥満。その目安は、**腹囲(男性85cm以上、女性90cm以上)**と**BMI値(体重(kg)÷[身長(m)の2乗])**です。BMI値が25を超える人は、大腸がん発生リスクが大幅に高まります。がんの予防には、まずは自分の腹囲とBMI値を把握しておくことが大切です。

しかし、これらの数値だけでは、皮膚の下に脂肪が多い「皮下脂肪肥満(洋なし型)」なのか、内臓のまわりに脂肪が多い「内臓脂肪型肥満(リンゴ型)」なのか、判定できません。がんや様々な疾患の引き金になるのは内臓脂肪型肥満ですので、当院ではCTを使用して腹部の断面画像を撮影し、体脂肪面積と体脂肪率を計算する「**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一目でわかりますので、BMI値が高い、運動不足、脂っこい食事が好きという方にお勧めです。



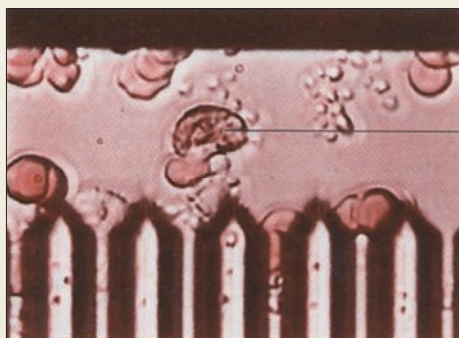
■内臓脂肪 CT 写真
赤い部分が内臓脂肪で、薄緑の部分は皮下脂肪。

血液サラサラ検査 3,000 円 ※当日面談(画像結果説明)を行うコースで受診可能です。

が んに続いて死亡原因の上位に位置する心疾患と脳疾患。それらを引き起こす原因に、血液の粘度が高まり、流れが悪くなるドロドロ血液があります。健康な血液はサラサラと滞ることなく全身を巡ります。しかし、高血圧、高血糖、高脂血症といった生活習慣病を慢性的に患うと、血液の各成分に変化が生じ、血液がドロドロになってきます。その状態が恒常化すると、毛細血管での血液の流れが悪くなり、酸素や栄養成分、

老廃物などの運搬がうまく機能しなくなるほか、血管自体が傷つき動脈硬化や、脳梗塞や心筋梗塞といった命に関わる病気につながりかねません。

当院では、毛細血管を疑似的に再現した血流観測器で血液の粘度を調べる「**血液サラサラ検査**」を実施しています。当日面談の中でご自身の血流をモニターでリアルタイムにご覧いただけます。心疾患、脳疾患、生活習慣病のチェックに、活用してみたいはいかがでしょうか。



■血流動態写真(4,000倍)
中央の茶色っぽく変色して粘着しているのが不良化した赤血球。そのまわりにくっついてるのが血小板。

Staff Message 〔総務部〕

明るい笑顔と挨拶で皆様をお迎えいたします。

クリニックを訪れる皆様をお出迎えするのが、我々総務部職員です。検診受診者の方々、患者様・ご家族様の不安を少しでも取り除けるよう、常に笑顔で一人一人の立場に立った対応を心掛けております。また、さらなるサービスの向上を目指し、受付・会計の待ち時間の短縮にも取り組んでおります。これからもクリニックの顔として、多くの方々が安心して医療サービスを受けられるようサポートしてまいります。



健康の
レシピ

がん予防の

「ジュース生活」を始めよう。

かんたん・おいしい!

今号も野菜や果物のチカラで、美味しくがんを予防できるレシピをご紹介します。
寒さが増してくるこれからの季節は、風邪予防にもなること間違いなし。
毎日飲んで、ウインターシーズンを病気知らずで過ごしましょう!



レシピ #02

ビタミンたっぷりで元気も倍増!

グレープフルーツとニンジンのジュース

材料(約200ml分)

ルビーグレープフルーツ	100g(約1/3個)
ミカン	100g(1~1.5個)
ニンジン	150g(約1本)

作り方

- ① ルビーグレープフルーツは皮をむいてくし形に切る。ニンジンは縦長に切る。ミカンは皮をむいて小分けにする。
- ② 1をジューサーにかけ、グラスにそそぐ。

ワンポイント

- ・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

済陽式 健康野菜ジュース「万葉効草」

<西台クリニック/株式会社 AIGエム 共同開発>

桑の葉、柿の葉、大麦若葉、ルイボス、甘藷若葉など、健康に良い7つの成分を、無農薬・遠赤外線焙煎濃縮・低温乾燥・フリーズドライ製法で粉末化しました。



好評発売中!

7,980円(30包/税込)

[購入・お問い合わせ]
サプリメントダイレクト
www.supplement-direct.co.jp/

☎ 0120-172-321

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

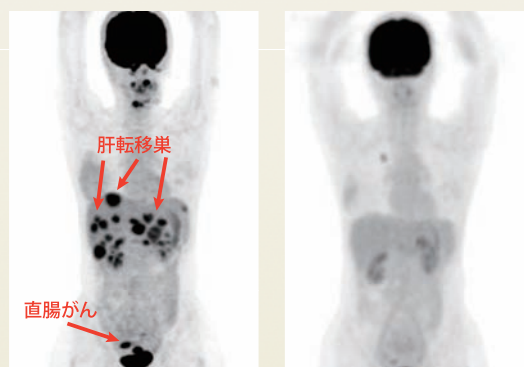
※ 主治医による治療と併用で行います。

※ 受診予約前に診療情報提供書をお送りいただきます。

がん食事療法の効果

1. 栄養状態の改善
2. 代謝の促進
3. 免疫力の向上

当院での改善例



2010年10月

2011年8月

■直腸がん・肝多発転移(38歳/女性)

根治切除不能との診断の後、当院を受診。約10ヵ月間、抗がん剤+食事療法を実施した結果、原発巣はもとより、20箇所にも及ぶ転移巣も消失、完治した。

西台健康倶楽部 一泊セミナー開催!

心も体も健康になれる、大自然の中の一泊セミナーを開催しました。

美味しい料理、観光、ゴルフ大会と、秋深まる軽井沢を誰もが心ゆくまで楽しみました。



去る10月9日～10日、第1回一泊セミナー(西台健康倶楽部主催: 会長 中山昭八氏)が秋たけなわの軽井沢で行われました。1日目夕方は済陽院長の講演とディナーパーティー、2日目は軽井沢観光やゴルフ大会も楽しむもので、ゴルフには15名の参加者があり、爽やかな高原の秋を満喫しました。次回は新緑の候の企画を考えております。どうぞご期待ください。



西台健康倶楽部 ランチセミナー開催!

11月13日、池袋・ホテルメトロポリタンにて第5回西台健康倶楽部・健康ランチセミナー『がんもよくなる奇跡の食事』が開催。お客様は済陽院長監修のスペシャルランチを楽しみながら、食事療法に関する院長講演、患者様の体験談、特製ジュース&スープの調理実演など、充実のプログラムを楽しみました。



日本がんコンベンションにて 済陽院長が講演

毎年、がんの代替・統合療法について多彩なプログラムが行われる「日本がんコンベンション」が、10月22日・23日の2日間、秋葉原コンベンションホールにて開催されました。17回目を迎える今回は13名の講師が研究成果を発表。済陽院長は「がんが良くなる奇跡の食事」という演題で、食事療法の素晴らしい成果について講演しました。



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。



がんが消える 済陽式
最新バランス献立

世界文化社
(2011年10月)
定価1,500円

おいしいから続けられる
118のレシピを掲載。



「朝ジュース」で
免疫力を高める

大和書房
(2011年1月)
定価648円

腸管免疫力がみるみる
上がる生ジュースを満載。



がんが消える食べ方
がんを防ぐ生き方

静山社文庫
(2011年2月)
定価648円

済陽式食事療法の特徴
を分かりやすく解説。

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)	面談あり 183,000円 (約 4.5 時間) 面談なし 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。

<2012年2月11日(土)、3月20日(火)の両祝日は検査を実施いたします。どうぞ、ご利用ください。>

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

〔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 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。