

新生・西台クリニック4周年

百寿・十訓

- ・症例リポート
- ・受診件数報告

より優しく、より高性能に MRIシステムが一新

新しいMRIで
脳の健康チェックを

がんの い・ろ・は を知る。

[第5回]胃がん

特製ジュースで がん予防

Topics

- ・福岡市市民公開講座で済陽院長が講演
- ・浜松にて市民講座「健康・長寿の食事」を実施
- ・書籍のご案内



ニンジン

抗がん作用があるβカロテンとαカロテンが豊富。また活性酸素を抑制するビタミンC、E、カリウム、食物繊維などもたっぷり含んでいる。

新生・西台クリニックは、 おかげさまで4周年を迎えた。

健康長寿を推進するクリニックとして、これからも皆様の期待にお応えしてまいります。

新

生・西台クリニックはおかげさまで4周年を迎えることができました。受診者の皆様、検査をご依頼いただいた医療機関の先生方、取引先企業や地域の皆様に対し、心より御礼申し上げます。この度、**MRIシステムを一新**いたしました。最新鋭の機器で疾患の早期発見・診断に役立つものと思います。

さて、今年日本では満100歳を超える国民が51,376人と過去最高に達し、前年比で3,620人も増加しました。遂に**人生『100歳時代』**に突入したといえるでしょう。同時に生活習慣病の増加が見られ、医療上で予防医学が重視されています。

西台クリニックは、長年の実績を誇る高精度な画像診断を通して、今後も**三大疾患の早期発見、早期治療を目指し**、がんをはじめとする**生活習慣病の予**

防ならびに治療を目的とした食事指導や診療指導にも努めてまいります。

受診される皆様に「健康長寿」を実現していただくことが、クリニックの理想であり、私たちのゴールです。引き続きご愛顧を賜りますよう、スタッフ一同心よりお願い申し上げます。

平成24年 霜月 院長 済陽 高穂



健康長寿の実現は、毎日の生活習慣を変えることから

100歳を超えて長生きする人が増えている日本。ただ、長寿であっても寝たきりの方も多いのが現状です。何歳になっても健康な人生を手に入れるには、がんをはじめとする病気を未然に防ぐことはもちろん、毎日の生活習慣を正すことが重要です。健康・長寿を実現するための10のポイントを下記にまとめましたので、是非今日から実践してみてください。

百寿・十訓

- | | |
|-------------------|--------------------|
| 1 朝ジュース(ヨーグルト) | 6 趣味と生きがいの時間(社会貢献) |
| 2 朝日光浴・体操(散歩) | 7 入浴と排泄 |
| 3 朝刊を音読 | 8 電話と手紙(メール) |
| 4 長寿食:玄米・菜食(よく噛む) | 9 日記をつける |
| 5 塩抜き、油抜き、肉少々 | 10 早く寝る |



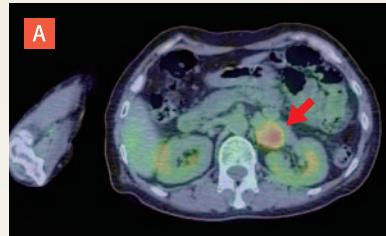
症例リポート

62歳・女性／左副腎腫瘍

**直径3.2cmの腫瘍をPET/CTで診断。
根治切除後、高血圧、糖尿病が治癒。**

当院で左副腎に直径3.2cm大の内分泌性腫瘍が診断された。大学病院を紹介、根治切除術を実施。なお、腫瘍発見時には、最高血圧が150mmHg、空腹時血糖値が143mg/dlと、高血圧および糖尿病を併発していたが、手術後、2ヶ月で血圧・血糖値ともに正常値に改善された。

- A PET/CT横断像で左腎臓の内側に腫瘍を診断。(矢印)
- B 全身PET像では、強く集積している。病理所見では、褐色細胞腫であった。(矢印)



受診件数報告

毎月、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	—6,052	茨城県	—256	愛知県	—70
埼玉県	—2,265	栃木県	—101	大阪府	—64
千葉県	—839	群馬県	—100	長野県	—62
神奈川県	—641	静岡県	—86		

その他 地方別受診者数

北海道	—37	近畿	—159
東北	—99	中国・四国	—91
北陸・甲信越	—112	九州・沖縄	—75
東海	—11	外国人・在留邦人・他	—91

合計 11,211人

全国大学病院・がんセンターからの紹介

癌研病院	—————	56
国立がんセンター	—————	33
他・地区がんセンター	—————	47
全国大学病院	—————	910

合計 1,046 人

(2012年3月末現在)

日大病院等	—749	東京医大病院	—————	21
慶應大病院	—57	東京女子医大	—————	20
慈恵大病院	—32	東大、京大、千葉大、その他	—————	31

西台クリニック特別顧問

小幡 裕 東京女子医科大学名誉教授

市川 平三郎 国立がんセンター名誉院長

より優しく、より高性能に、 当院のMRIシステムが 新しくなりました。



12月中旬より最新型1.5テスラの新しいMRIシステムが稼働いたします。従来のシステムに比べて、短時間でより精度の高い検査画像を得ることができるほか、開口部が広く、音も静かなため、リラックスして検査を受診していただけます。

新しいMRIシステムの特徴

○開口部が大きくゆったり

検査時に入っていただく空間を広く設計。体格が大きな方、閉所恐怖症などで狭い場所が苦手だった方、湾曲症の患者さんなども快適に検査を受けていただけます。



従来タイプより約11cm広い開口部

○機械の騒音を低減

検査時の騒音を従来のタイプより1/10まで下げています。検査時にヘッドフォンや耳栓を使用する必要はありません。

○スピーディに検査可能

1.5テスラという優れた解像度で体内の様子をスピーディに画像化します。これまでに比べて短時間で検査を終えることができます。(テスラは磁力の単位。1テスラは10000ガウス)

MR I 検査とは？

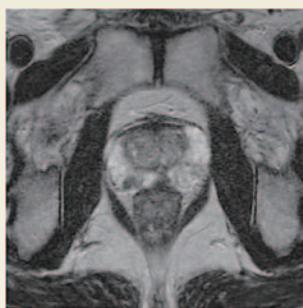
磁力をを利用して体内の臓器の状態を調べる検査です。姿勢を変えることなくあらゆる角度の断面像を撮影することができ、CTやPETのような放射線被ばくもありません。腹部や脳、頸部の検査に適しており、血管だけを映し出すこともできます。

MRI検査例

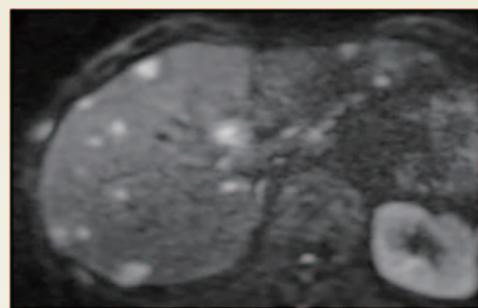
■ 脳動脈瘤



■ 前立腺



■ 腹部肝腫瘍



■ 非造影MRA(頸動脈・腎動脈・門脈)※



造影剤を使用することなく、動静脈の分離、見たい血管の選択的描出が可能。血行動態まで観察できます。

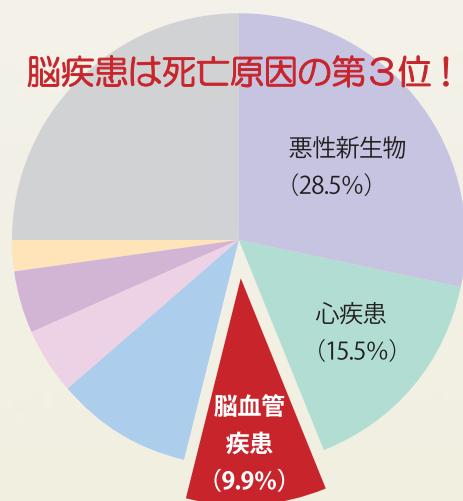
造影剤による副作用を気にすることなく、繰り返し検査が可能となります。 ※ 非造影MRAは今後オプションメニューとして準備の予定です。

新しいMRIで脳の健康チェックを。

西台クリニックではがんだけでなく、脳梗塞、脳腫瘍など脳疾患の早期発見にも力を入れています。新しくなったMRIシステムなら、短い時間で高精度に脳梗塞を起こす恐れのある血管の狭窄部分や早期の脳腫瘍を発見することができます。

脳疾患はがん、心疾患に続いて日本人の死亡原因の第3位に位置しています。がん同様に自覚症状に乏しいため、検査による早期発見が何よりの予防になります。次の検診時には、ぜひ脳の健康チェックを追加してみてはいかがでしょうか。

脳疾患は死因原因の第3位！



新しいMRIで脳疾患を検査するコース

がんも併せて詳しく調べるなら

手軽に脳疾患をチェックしたい

▼ グランドコース

PET/CTによる全身のがん検診と
脳ドックを併せて行うコースです。

▼ 脳ドックコース

MRI検査、MRA検査、超音波検査で
脳疾患を詳しく調べます。

検査の詳しい内容は裏表紙をご覧ください。

がんの

い・ろ・は

を知る。

●第5回 胃がん

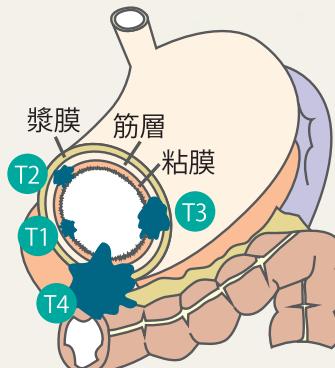
が

んの患者数が増え続けるなか、罹患数、死亡数ともに減少しているがんもあります。それは胃がんです。1975年と2007年の比較※では、罹患数で約4割、死亡数で6割以上も減少。**冷蔵庫の普及で塩蔵品の摂取が減ったことや、水道水の整備によって胃がんの原因のひとつであるピロリ菌の感染が減ったこと**などが理由とされています。また**検診・治療技術の進歩により早期発見、早期治療が可能となった**ことも大きな要因です。

しかしながら胃がんは**死亡数では第2位、罹患数では男性1位、女性2位**と、日本人の代表的ながんであることに変わりはありません。発見が遅れると根治が難しくなるのは

胃がんの進行

- T1… 粘膜にとどまっているがん
T2… 筋肉あるいは漿膜下層にまで進んでいるがんの表面には出でていないがん
T3… 胃の表面に出てきているがん
T4… 胃の表面に出てさらに他の内臓、組織に広がっているがん



※ 出典：国立がん研究センターがん対策情報センター 人口動態統計によるがん死亡データ（1958年～2010年）および地域がん登録全国推計によるがん罹患データ（1975年～2007年）から10万人当たりの罹患数と死亡数を比較

他のがんと同じです。

胃がんの発生には食生活が大きく関係しています。特に塩漬けの肉・魚、漬物など塩分の多い食材がリスクを高めます。焦げたものや熱いものも胃に負担をかけるので良くありません。食生活以外ではピロリ菌の感染の有無が発生リスクと考えられています。ピロリ菌は日本人の約半数が感染しているといわれ、胃炎や十二指腸潰瘍などの原因となる細菌です。

胃がんを早期発見するための検査には、**胃X線検査（バリウム検査）、胃内視鏡検査、血液から胃粘膜の老化を調べるペプシノゲン検査、ヘリコバクターピロリ抗体検査**などがあります。罹患率と死亡率は女性より男性が高く、40歳以降はその差が顕著になりますので定期的に検査を受けましょう。

なお、胃壁の中でがんが広がる「**スキルス性胃がん**」という特殊な胃がんがあります。胃の表面に現れないため早期発見が難しく、診断時には6割の患者に転移がみられる悪性度の高いがんです。検診だけでなく、胃がんにならない食生活を心掛けることが重要です。

特製ジュースでがん予防

寒い朝の一杯に。からだがポカポカあつたため、免疫力を高めてくれます。

レシピ #05

リンゴとショウガのジュース

材料(約200ml分)

- リンゴ 150g(約2/3個)
レモン 30g(約1/2個)
ショウガ 20g
キャベツ 70g(約1.5枚)

作り方

- ① ショウガは皮をむかず、縦長に切り水にさらす。
- ② リンゴも皮をむかず芯と種を取り除き、くし形に切る。キャベツをちぎっておく。
- ③ レモンは皮をむき、くし形に切る。
- ④ 材料をすべてジューサーにかける。

- ・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



福岡市・市民公開講座「百寿者と健康」にて済陽院長が講演



10

月13日、福岡市健康づくり財団主催の市民公開講座「百寿者と健康」が開催されました。

まず、「しいのみ学園」創設者で、三才児教育学会会長、福岡教育大学名誉教授である昇地三郎先生が、『3才児教育で世界を駆け巡る106歳』という演題で講演。昇地先生は106歳でありながら、精力的に世界中で独自の「習慣健康法」を提唱されている健康長寿マイスターです。続いて済陽院長が『野菜・果物ジュースの力～100歳までがんにならずに生きる』をテーマに講演。長寿の秘訣として食事が大切であることを、がんの発生と食事の関係、進行がんの治癒例などを交えながら解説し、毎日の生活の中で心がけたい「百寿・十訓」(P2をご参照)を紹介しました。

浜松にて市民公開講座 「健康・長寿の食事」を実施

11月4日、浜松市において第5回中部放射線医療技術学術大会が開催され、その中で済陽院長の講演会—市民公開講座「健康・長寿の食事」が実施されました。済陽食事療法の8原則やその治療成果などを、スライドを使い分かりやすく紹介しました。



書籍のご案内

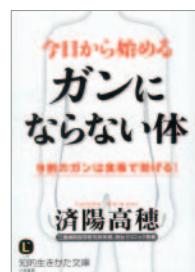
がん食事療法に関する様々な書籍が発行されています。全国の書店でお買い求めください。



ガンになる食べ方
消えていく食べ方

青春出版社
(2012年10月)
定価829円

がんになりやすい食材など
最新の済陽食事療法を紹介



今日から始める
ガンにならない体

三笠書房
(2012年10月)
定価571円
3ヶ月で免疫力をアップし
がんを防ぐ体をつくる



1日2杯のジュースで
がんは防げる

PHP研究所
(2012年10月)
定価619円

誰もが気軽に取り組める、
市販ジュースによるがん予防法

©2012年11月現在、済陽院長の著書はここで紹介したものを含め、各出版社より計40冊発行されています。

Staff Message [営業部・企画部]

予防医学の推進、医療連携の推進に全力を尽くします。

検診ならびに患者様の臨床検査の推進に取り組むのが営業部・企画部です。一般的の皆様には、疾病の早期発見と健康長寿を目的に、定期的な高精度検診の受診や食生活指導による代謝改善をご提案しております。がん患者様に対しては、正確な画像診断の下、適切な治療方針決定や効果判定を行えるよう、幅広い医療機関との提携を進めております。少人数のチームですが、当院の検査が多くの方々の健康増進や疾病治癒につながるよう努力してまいります。



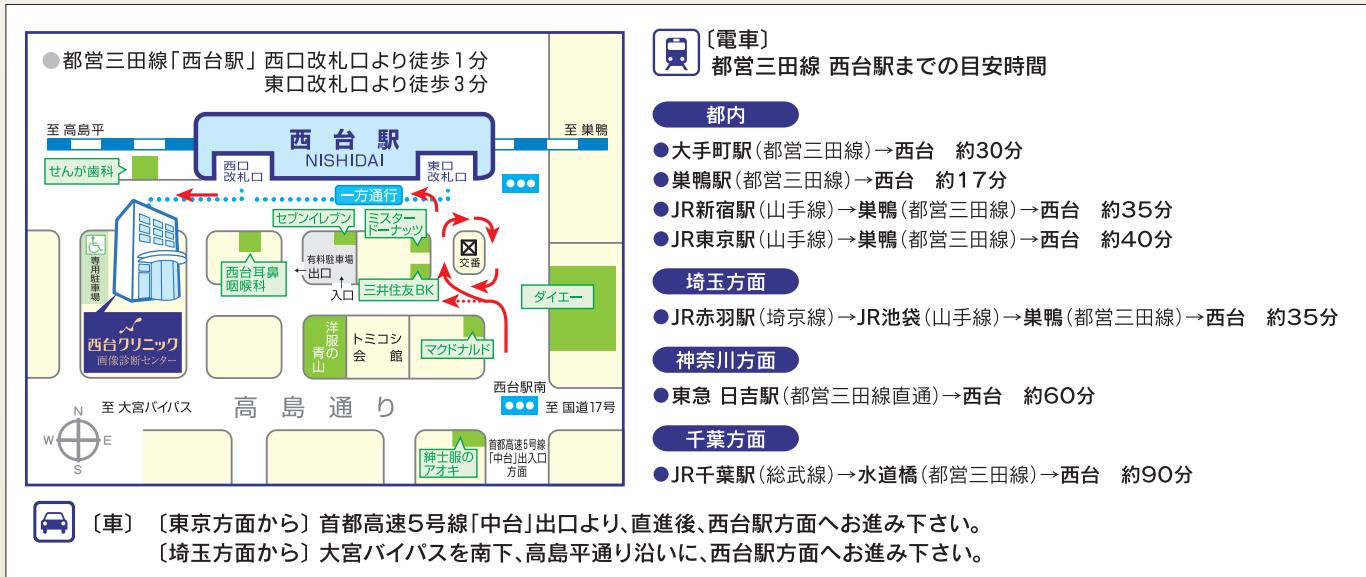
検診コース(完全予約制)

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。 	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。 	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。 	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。 	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。 	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。