松山赤十字病院 健康管理センター

2014年4月1日

Vol. 2

THE STATE OF THE S



機能評価認定施設



健診を通じて、地域の皆さまの健康増進に寄与します。

- 地域の皆さまが安心して、検診を受けられる健康管理センターを目指します。
- ② 地域の医療機関と連携を密にし、予防医学の発展に努めます。③ 質の高い健診ときめ細やかなサービスを提供いたします。
- ₫ 受診者さまの人権を尊重し、個人情報の保護に万全の体制で取り組みます。

胃ABC検診 (ピロリ菌検診) の勧め

松山赤十字病院 胃腸センター(消化器内科) 蔵原晃-

はじめに

当院人間ドックでは平成25年度から胃 ABC 検診をオプション検査として導入しました。この胃 ABC 検診は単なる血液検査ですが、ピロリ菌がいるか否かがわかる、新しい「胃の健康診断」として注目されています。私は当院に勤務している消化器内科医ですが、胃 ABC 検診の選択を推奨いたします。実は、私自身、先日、年一回の人間ドックを受けましたが、胃 ABC 検診をオプション選択しました。この胃 ABC 検診は、ピロリ菌がいるか否かがわかるだけでなく、胃癌発症の危険性評価(胃癌を発症しやすいかどうか)も兼ねています。

以下に胃 ABC 検診について説明します。

胃 ABC 検診とは?

近年の医学の進歩により、ピロリ菌と胃癌との関連が明らかになり、胃癌はピロリ菌が棲みついている胃にのみ発症することが判明しました。ピロリ菌は5歳までの乳幼児期に感染しますが、一旦感染すると一生涯、胃内に棲みつきます。ピロリ菌が棲みついた胃には慢性胃炎が引き起こされ、徐々に胃粘膜萎縮と呼ばれる老化現象がすすむことにより、時間とともに胃癌発症の危険性が高まります。逆にピロリ菌を駆除(除菌)すると胃粘膜萎縮が改善傾向となり胃癌発症の危険性が低減することもわかつてきました。そのため、平成25年度より、ピロリ菌感染による慢性胃炎に対してピロリ菌除菌療法が保険適応となりました。

胃 ABC 検診は単なる血液検査で、胃カメラやバリウム検査を必要としません。血液検査でピロリ菌感染の有無(血液中のピロリ抗体を測定)と萎縮の有無(血液中のペプシノゲンを測定)を調べる検査です。この2項目の組み合わせにより、以下の3 タイプに分類されます。

A タイプ: ピロリ菌感染がなく萎縮のない健康的な胃です。 胃の病気になる危険性は低いと考えられます。 **B タイプ**: ピロリ菌検査陽性ですがペプシノゲン検査陰性。消化性潰瘍などの胃疾患や胃癌が発生する危険性があります。

C タイプ: ピロリ菌検査陽性で、ペプシノゲン検査陽性。胃 粘膜萎縮があり胃癌発症の危険性が高いタイプです。

この中で、BタイプとCタイプに分類された方は、胃にピロリ菌が棲みついていることになり、ピロリ菌除菌療法の適応となる方がほとんどですので、精密検査のため消化器内科受診を要します。

よくある質問

Q. 胃 ABC 検診の検査はどのような流れで行うのですか? 人間ドックのほかの血液検査と同時に、一度の採血で行います。改めて採血する必要はありません。

Q. 胃 ABC 検診は胃カメラやバリウム検査の代わりになり ますか?

胃疾患の発見を目的とする胃カメラやバリウム検査の代わりではありません。

あくまでもオプション検査の扱いであり、ピロリ菌検診と 考えてください。

Q. 胃 ABC 検診に適さない人はいますか?

ピロリ菌除菌療法を受けたことのある方と胃切除後の方は適応外です。

Q. 毎年、再検査する必要はありますか?

5年に1回の検査でよいとされています。毎年、再検査する必要はありません。

終わりに

ピロリ菌の有無を調べるチャンスです。是非、ピロリ菌検診として、一度はこの胃 ABC 検診を選択されることを推奨します。

オプション選択をご検討ください。

ミニレクチャーを 実施しています

1日ドックでは、検査や診察の待ち時間を利用して看護師による 15分程度のミニレクチャーを開催しています。

内容は、「減塩」、「野菜のとり方」、「運動」など生活習慣病予防に役立つ情報をスライドを使ってわかりやすくお話しています。

希望する方へは健康に関する個別指導も実施しています。

個別指導の 様子 毎日30分 歩いています。

ミニレクチャー

今日は 運動について お話しします。



背中で手と手を 合わせてください。





続けてくださいね。

内臓脂肪を 測ってみませんか 平成25年9月から、当人間ドックでは内臓脂肪が測定できるようになりました。 検査は簡単。 ベッドに5分程度寝ているだけで終了します。

X線を用いないので、安全でしかも X線 CT と同様の正確さで何度でも測定できます。

内臓脂肪が蓄積すると高血圧や糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病を発症 しやすかったり、動脈硬化が進行したりします。

ぜひ一度、ご自身の内臓脂肪をチェックしてみましょう!

』 測定風景





花本には「内容からださ」と「はておからださ」であります。内容が目的できるは、あちゃの内容のないにおかりまをデッツの名です。それられてはずからかませる。まであるが、たまできるます。 だされるのでデラインでは、サインのは、内容があるが、他に「はよれば内容からださった。 だされるのでデラインでは、サインのは、内容があるが、他に「はよれば内容からださった。 内容を持ちませるして、名称できる。現代と思考を持たしままでありませるにしたりてくない ます。それてもっても知るためのはつかまり、心を含てはサイベントとかになったものなか。 かでするマンタで、

内臓脂肪検査 結果レポート

検査結果レポートには 内臓脂肪面積腹部断面 イメージ等が表示 されます。

内臓脂肪面積の変化

(2回目からの検査結果レポート) 値がグラフ化され、努力の成果が見られます。

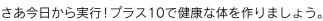


看護師からの 健康情報 ~運動について~ 運動は苦手、時間がない、一人では始めにくいなど、なかなかきつかけをつかめない方が多いですね。でも普段から元気に体を動かすことで糖尿病、心臓病、脳卒中、がん、口コモティブシンドローム、うつや認知症などになるリスクを下げることができます。

厚生労働省は「健康づくりのための身体活動指針(アクティブガイド)」 (2013年)で、今より10分多く体を動かすことを提唱しています。体を動かす ことなら、ウォーキング、筋トレ、そうじ、買い物や自転車などどんな動きでも OKです。

まずは、ご自分の生活を振り返って見ましょう。 毎日の生活の中で10分間身体を動かす時間を探 してみてください。

そして次は、どこで?何をする?を考えてみましょう。難しく考えないで、気楽な気持ちで始めてみてください。





プラス10で アクティブライフを!

※ロコモ;運動器症候群:ロコモティブシンドローム(locomotive syndrome)とは、「運動器の障害」により「要介護になる」リスクの高い状態になることです。

Dr.村上の 725338 D か P 3 1 2 3

生活習慣病の 最近の話題

新しい脂質異常症の指標:non HDL-C

現在、空腹時採血での脂質異常症の指標(目安)として TC (総コレステロール) LDL-C (悪玉コレステロール)、HDL-C (善玉コレステロール)、トリグリセライド (中性脂肪) などがよく用いられています。LDL-C、トリグリセライドなどが増加したり、逆にHDL-Cが減少したりすると、動脈硬化の進行から発症する心筋梗塞や脳梗塞が起こりやすくなります。最近、これらに加えてnon HDL-C (ノン エイチディーエル コレステロール) という種類のコレステロールが心筋梗塞などの発症を予測するのに有用であることが報告されています。non HDL-C の値は健診の結果から簡単に知ることができます。TC の値から HDL-C の値を引くだけです。non HDL-C の値は大体 LDL-C の値に 30 を足した値になります。例えば、脂質異常症の診断基準は LDL-C では140 以上ですが、non HDL-C では170 が基準となります。non HDL-C が病気の発症の予測に有用な理由としては、この中には LDL-C に含まれていないような、より"悪玉の"コレステロールが含まれているなどが挙げられています。

松山赤十字病院 健康管理センター センター長 村上 一雄

1日 ドック料金のご案内

一般37,800m生活習慣病健診43,200m

通	院	66,960円
宿	泊	74,520円

オプション検査・料金

		検 査 項 目	料金	一般	特別	2日
上腹	部超音波	胆嚢・肝臓・膵臓・腎臓・脾臓等を超音波により画像として映し出し異常の有無を 診断いたします	5,400円	•	含	含
前立腺超音波		前立腺肥大や前立腺がんなど泌尿器科の医師が超音波により画像として映し出し 異常の有無を診断いたします	5,400円			•
骨密度検査		微量のX線によりベッドにやすんでいただくだけで骨粗鬆症の有無を診断いたします	4,320円	•		•
乳 がん 触 診			1,080円		•	含
マンモグラフィー		乳房X線撮影で異常の有無を診断いたします	3,240円			•
子宮がん検査		子宮頸がん検査を細胞診検査で行います	2,160円			含
	PSA (男性のみ)	前立腺初期がんを発見するための「ふるい分け検査」として有効な手段です	3,240円			含
採	AFP	肝細胞がんのふるい分け、治療効果の判定などに用いられます	2,160円	含		含
1本	CEA	大腸がん、胃がん等の消化器がんをはじめ、肺がん、甲状腺がん等で高値を示します	2,160円			含
血	CA19-9	膵臓がん、胆嚢・胆管がんで特に高値を示しますが、胃・唾液腺・気管支等のがんでも高値を示すことがあります	2,160円	•	•	•
10	CA125 (女性のみ)	卵巣がん・子宮がん等で高値を示しますが、膵臓がん等でも高値を示す場合があります	2,160円			
検	甲状腺機能	甲状腺機能亢進症や甲状腺機能低下症の発見に有用です	4,320円			含
査	BNP	心不全やその予備軍を発見することができます また、すでに心臓病がある方には心不全の重症度に応じて高値となるため、症状の把握 にも有用です	2,700円			•
	胃ABC検診 (ピロリ菌検診)	ヘリコバクター・ピロリ菌の抗体価検査と胃粘膜萎縮の程度を調べるペプシノゲン 検査を組み合わせて、「ピロリ菌」の有無と「胃がん」になりやすい状態かどうか を4群 (ABCD) に分類する簡便な血液検査です。	4,320円			•
歯	科診察	歯のレントゲン撮影と診察をいたします	4,320円		•	•
胸 部 C T 検 査 より精度の高い診断のためにコンピューター断層撮影 (マルチスライスCT) をいたします		12,960円	☆	☆	•	
頚動脈超音波 超音波によって頸動脈の壁の厚さを測定し、動脈硬化進行の評価が可能です		5,400円				
血	圧 脈 波	下肢などの動脈の硬さや狭窄・閉塞の評価が可能です	3,240円			
内	臓 脂 肪	X線CTを用いることなく、安全に短時間で内臓脂肪面積を測定できます (心臓にペースメーカーなど体内に金属が入っている方や妊娠の可能性のある方は お勧めしておりません)	2,160円	•	•	•
(完:	P 門 検 査 全予約制) MRA·頭部CT	2日コースは曜日指定がございます	42,120円	*	*	•

含…コースに含まれております。 ☆…人数制限がありますのでお問合せください。

平成26年度からの消費税8%に対応した料金となっております。



ぜひ「いいね!」をよろしくお願いします。



^{※…}脳専門検査を1日コースでご希望の場合、結果説明のため受診日とは別に後日指定日に来院していただきます。また1日1名の人数制限がございますのでご希望の方はお早めにご連絡ください。 詳細についてはご連絡時にご説明させていただきます。