

SHISEI

第68号 2022年6月

一般社団法人 至誠会第二病院 〒157-8550 東京都世田谷区上祖師谷5-19-1 TEL: 03-3300-0366(代表) FAX: 03-3307-6731(代表)
編集: 地域医療連携室(内線211/395) FAX: 03-3307-0013(直通) URL: <http://www.shiseikai-daini-hosp.jp/>

新・脳ドックのご紹介

脳神経外科 医長 比嘉 綾香



この三月に退職された女子医大理事・川島医師から脳ドックを引き継ぎ担当させていただくことになりました。当院の脳ドックは平成17年より開始しました。

脳ドックの目的は、今なお予後不良であるくも膜下出血の原因となる脳動脈瘤や、隠れ脳梗塞などの虚血性変化、気づいていない脳腫瘍の有無など脳の病気を調べ、治療につなげることにあります。有名人がくも膜下出血で治療を受けた報道などにより、世間的にもくも膜下出血はより知られるようになりました。一方で、アルツハイマー病に代表される認知機能低下を来す病気の中には、脳の慢性虚血性変化(隠れ脳梗塞、脳の血流低下による神経組織の脱落などである大脳白質病変)に起因するものがあり、その変化は40歳を過ぎると出うるものです。この虚血性変化が高度になると、今後脳梗塞や認知機能低下を呈するリスクとなります。

脳ドックの内容は、複数の条件で脳を断層写真化したMRIと、脳の主な血管を描出したMRA、血液検査、尿検査、心電図、眼底検査、頸動脈超音波検査になります。MRIでは、脳腫瘍、慢性虚血性変化、微小脳出血、MRAでは脳動脈瘤や動脈硬化性変化、血管奇形の有無などを調べることができます。眼底検査では、MRAでは難しい動脈硬化性の早期変化を眼の血管で捉え、頸動脈超音波検査では、動脈硬化性変化の性状(壁の肥厚の程度、プラークの有無など)を知ることができます。脳梗塞の発症や脳動脈瘤の破裂予防には、高血圧をはじめとする生活習慣病の管理が重要であり、血液検査や尿検査、心電図の結果から、生活習慣の見直しと、治療が必要であると判断された場合は介入させていただくことができます。

今年度の脳ドックから採血検査の項目に脳性(B型)ナトリウム利尿ペプチドであるBNPを追加しました。一般的に、BNPは心臓の病気を抱えていると高くなり、最近では人間ドックで調べられていることもあります。心臓の病気の中には脳梗塞を起こす原因となるものがあります。日本循環器学会と日本脳卒中学会の両学会は2016年に「脳卒中と循環器病克服第二次五ヵ年計画」を策定・公表し、健康寿命の延伸のために連携とっていることに表れているように、脳と心臓は密接に関係しています。脳ドックで脳を脅かす心臓病が隠れていないか、それを調べることを

基本理念 「至誠と愛」の心を持って、医療を誠実に、地域、社会に貢献いたします

- 基本方針**
1. 全職員のチームワークにより、患者さま中心の医療を提供いたします。
 2. 安全で質の高い医療を提供いたします。
 3. 地域医療への貢献と連携の推進を行います。
 4. 医療の進展に沿うべく、絶えず努力をいたします。
 5. 情報を開示し、医療の透明性に努めます。
 6. 健全で安定した医療経営に努めます。



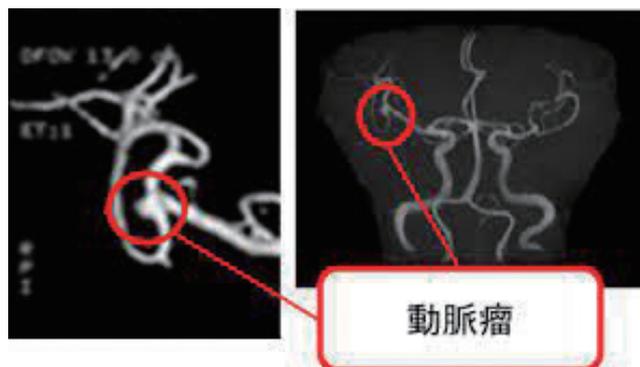
目的としました。

当院では地域医療連携室で脳ドックの予約を受け付けております。脳ドックの結果は、MRI/Aの画像を取り込んだCD-ROMと其々の結果を書面にしたものを、後日郵送させていただいております。ご希望の方は対面で結果をご説明いたしますので、お手数ですが改めてご予約をお取りください。

私は30代後半に脳MRIを撮った時に、ポツンとですが大脳白質病変があり、とてもショックを受けました。健診で悪玉コレステロール値も3桁になっていたのも、勤め先の病院の管理栄養士に勧められて豆乳を飲み、適宜ジョギングをし、今は2桁で異常値の赤字からは脱出しています。生活を建て直すのはなかなか大変ですが、まずは調べてみないと始まりません。当院のドックが地域の皆様の健康管理のお役立てになれば幸いです。



MRI



■ プロフィール ■

ひがあやか
比嘉綾香

東京都出身 東京女子医科大学 2011年卒
日本脳神経外科学会・専門医
日本脳卒中学会 日本リハビリテーション学会
学生の頃は水泳部とワンダーフォーゲル部に所属し、自称水陸両用。
現在は2児（2歳と3歳）の子育て奮闘中。

至誠会第二病院の人間ドック・脳ドック

| コースの種類 | 金額(税込) | 特長 | |
|--------|---------------------|--|--|
| 脳ドック | 47,300円 | くも膜下出血の原因となる動脈瘤を見つけたり、主要な脳動脈の変化の有無や、自覚症状のない小さな脳梗塞や脳出血の有無を調べ、脳疾患の予防を図ります。人間ドック半日コース・レディースコース・プライダルチェックコースに同日付加した場合は、オプション料金適用の40,700円となります。 | |
| 人間ドック | 半日コース | 79,200円 | 基本のコース。胃内視鏡、腫瘍マーカー、子宮がん、肺がん(胸部CT)、骨密度の検査が含まれている充実のコースです。 |
| | レディースコース | 84,150円 | 女性のための検査を充実させたコース。半日コースから一部の検査を省略し、マンモグラフィーと女性ホルモン検査を加えました。幅広い年齢層の女性におすすめです。 |
| | プライダルチェックコース | 31,900円 | これから妊娠・出産を迎えられる女性に適した検査項目を厳選したコースです。 |
| | 低線量肺がんCT健診 | 15,400円 | レントゲン検査ではみつけにくい早期肺がんの発見に役立ちます。 |
| | アミノインデックスリスクスクリーニング | 26,400円 | 1回の採血で、現在「がん」である可能性等のリスクを評価します。半日・レディース・プライダルチェックコースに同日付加した場合は、オプション料金適用の24,200円となります。 |

※各コースの検査項目、オプション検査等の詳細は、当院ホームページ又はパンフレットをご覧ください。

ご予約：人間ドック担当室 03-3300-0384

新任医師のご紹介 (常勤) 😊 よろしくおねがいします 😊

★一問一答★ ①医師を目指した理由・きっかけ ②マイブーム・趣味 ③座右の銘・信条・心がけていること ④患者さまへのメッセージ

内科 **志賀 洋史**

福島県立医科大学 2005年卒 神奈川県出身
①やりがい、曾祖父の影響 ②ラグビー、日向ぼっこ
④宜しくお願ひします。

整形外科 **飛松 晴貴**

岩手医科大学 2014年卒 東京都出身
④お困りのときは相談して下さい。宜しくお願ひします。

整形外科 **奥田 伶美子**

東京女子医科大学卒 愛知県出身
④患者様に安心安全な医療を提供できるよう努めていきます。

産婦人科 **藏本 吾郎**

東京医科大学 2006年卒 神奈川県出身
①医学研究を行いたいから ②バスケットボール
④お気軽にご相談下さい。

産婦人科 **清水 拓哉**

杏林大学医学部 2012年卒 東京都出身
③人の一生は重荷を負うて遠き道を行くが如し。
急ぐべからず。不自由を常と思へば不足なし。
④婦人科疾患の診断から治療に至るまで、納得する診療が行えるように丁寧に説明したいと思ひます。

みんなの栄養学

～お口にも起きるフレイル「オーラルフレイル」とは～



栄養管理室 飯塚 祐子

「オーラルフレイル」とは、お口の機能低下や食事の偏りを含む、からだの衰え(フレイル)の1つです。この「オーラルフレイル」は、健康と機能障害の中間状態を意味し、可逆的(元の機能に戻すことができる)ことが特徴であるため、早めに気づき適切な対応をとることが重要です。

ここで、オーラルフレイルのチェックテストを紹介します！(出典:東京大学高齢社会総合研究機構 田中友規,飯島勝矢)

| 質問項目 | はい | いいえ |
|------------------------|----|-----|
| 半年前と比べ、硬いものが食べにくくなった | 2 | 0 |
| お茶や汁物でむせることがある | 2 | 0 |
| 義歯を使用している | 2 | 0 |
| 口の乾きが気になる | 1 | 0 |
| 半年前と比べ、外出の頻度が減った | 1 | 0 |
| さきいか・たくあん程度の固さの食べ物が噛める | 0 | 1 |
| 1日2回以上は歯を磨く | 0 | 1 |
| 1年に1回以上は歯科医院を受診している | 0 | 1 |

オーラルフレイルの危険性

<0～2点>
危険性は低い

<3点>
危険性あり

<4点以上>
危険性が高い

このような症状に1つでも該当する場合、食べづらくなっているサインです。栄養不足となる原因にもなるため、食べやすい食事や調理の工夫、お口のトレーニングでしっかり食べることができるお口を目指しましょう。

【いつもの食事をちょっと工夫】

様々な食品を食べることは、口をよく動かすことにつながるため、普段の食事に噛みごたえのある食品を1品加えるようにしてみましょう。そうすることで、食べる力を鍛えることができます！

| 肉類 | 噛むことを意識すると… |
|------|---|
| 魚介類 | 練り物(ちくわ、はんぺん等)などの加工品だけでなく、干物やいかなども |
| 卵 | 温泉卵<卵焼き<ゆで卵 調理方法も色々変えてみましょう |
| 肉類 | ひき肉やこま切れだけでなく、豚カツなどの塊肉も食べてみましょう |
| 大豆製品 | 豆腐<納豆、厚揚げ 豆腐も種類を変えてみましょう |
| 野菜 | 繊維質の多い乾物(切り干し大根等)や生野菜を積極的に食べるようにしましょう |
| いも | サラダ、煮物も良いですが、ふかしいもなど、素材の味を楽しむ調理法も試してみましょう |
| 果物 | りんごや柿、梨など、果物の中でも歯ごたえのあるものも取り入れてみましょう |

「噛めない」→
「やわらかいものを食べる」→
「噛む機能の低下」
の悪循環から、食欲低下や低栄養に至ることもあります！
日々の食事で、オーラルフレイル予防をしてみませんか？



看護部長就任のご挨拶

看護部 看護部長 松山 紀子 まつやま のりこ



この度、看護部長に就任いたしました松山と申します。長きにわたり当院で働いて参りましたが、一層の緊張感と責務を感じているところであります。どうぞ宜しくお願い致します。

当院の看護部をご紹介します。助産師・看護師・看護助手・クラーク合わせて170人ほどの部門です。併設している至誠会看護専門学校からの卒業生たちが多く活躍しており、顔と名前がわかる関係性があるので、部署を超えて協力しあえる風土があります。まさにこの2年間の新型コロナウイルス感染症においては、「爆発的增加」と職員やその家族の罹患で「勤務に出られない」というWパンチでしたが、チームワークが強みとなり乗り越えて参りました。

この危機を乗り越えて来られたもう一つの要因は、地域の皆さまからの温かいご支援があったからです。この場をお借りし御礼申し上げます。マスクが足りなかったコロナの始まりのころ、きっとやっとのことで手に入れたであろう不織布マスクを郵送して下さった方、夜勤者のお弁当を届け続けて下さった飲食店の方、温かい励ましのメッセージカードの数々、受診の帰りに「頑張ってください」とお言葉を下さる患者さん、医療者の癒しにとお花を送って下さった生花店さん、、、皆様から医療者である私たちが支えられていると感じました。本当にありがとうございました。

まだまだ油断のできないコロナ感染症なので、今後も医療者として貢献できるよう努力して参ります。そして地域の皆様と職員から愛される病院として発展できるよう、「至誠と愛」の理念に沿って看護部も成長していきたいと思っております。



コロナのご支援に頂いた蘭の花。職員更衣室に向かう通路に置かせて頂いた蘭が、『お疲れ様』と言ってくれているようでした。

◆診療科

- 内科
- 呼吸器内科
- 消化器内科
- 循環器内科
- 神経内科
- 糖尿病内科
- 外科
- 整形外科
- 人工関節センター(整形外科)
- 足の外科センター(整形外科)
- 泌尿器科
- 眼科
- 脳神経外科
- 産婦人科
- 放射線科
- 麻酔科(ペインクリニック)

月初めご来院時には
保険証の確認をさせて
いただいております。

病院専用バス時刻表

- 土曜日は午前中のみ運行します。
- 日曜祭日は休診につき運休です。
- 印は土曜日の最終便です。

H30.4.1付

| 時間 | 京王線 仙川駅 | |
|-----|-----------|------------|
| | 病院 発 | 仙川駅 発 |
| 8時 | 20 40 | 3 30 45 |
| 9時 | 5 25 45 | 15 35 55 |
| 10時 | 5 25 45 | 15 35 55 |
| 11時 | 5 25 45 | 15 35 55 |
| 12時 | 5 25 45 | 15 35 55 |
| 13時 | 5 (25) 45 | (15) 35 55 |
| 14時 | 5 25 45 | 15 35 55 |
| 15時 | 5 25 45 | 15 35 55 |
| 16時 | 5 25 45 | 15 35 |

| 時間 | 小田急線 成城学園前駅 | |
|-----|-------------|----------|
| | 病院 発 | 成城学園前駅 発 |
| 8時 | 20 | 0 35 |
| 9時 | 10 40 | 20 50 |
| 10時 | 10 40 | 20 50 |
| 11時 | 10 40 | 20 50 |
| 12時 | 10 40 | 20 50 |
| 13時 | 10 (40) | (20) 50 |
| 14時 | 10 40 | 20 50 |
| 15時 | 10 40 | 20 50 |
| 16時 | 10 40 | 20 |

