

Social medical corporation hokuto

★広報誌★

ほくと7

seven

108

VOL.

2022.11

<http://www.hokuto7.or.jp>

友だち募集中!



友だち追加は
こちらから!

大事なのは早期発見・早期治療

特集

脳ドック

その他 42.4%

高齢による衰弱 8.9%

脳卒中 24.7%

脳卒中
+
認知症

48.7%

認知症 24.0%

寝たきりになっている主な原因は、脳卒中・認知症です

～厚生労働省 令和元年〈国民生活基礎調査 介護度別「要介護5」〉より～



- 02 連載:plus⊕鍼灸
- 03 特集 脳ドック
- 06 HOKUTO NEWS
- 07 HOKUTO Information
- 08 肝腎カナメ!の腎臓話

+plus 鍼灸

プラス
shinkyu
vol.3

しつがいけん 左膝蓋腱のけがで手術、1年8カ月のリハビリ後復帰した十勝スカイアース中山天彦選手にお話を伺いました

◎現在のけがの状況は？

A サッカー元日本代表の内田篤人選手が引退まで苦しんだ膝のけがと一緒で、診断されたときは動揺を隠せませんでした。坂口さんをはじめ周りのサポートもあり復帰することができました。

膝の状態はまだ万全ではなく痛みが出ることもありますが、リハビリやメンテナンスを続けながら90分間、走り通せる状態を目指したいと思います。

◎ほくと鍼灸院(坂口さん)の存在は？

A けがの影響で身体のバランスが崩れたせいか、右脚など他の部位にも張りや痛みが出ることもありました。その都度、坂口さんに相談・施術をしていただき、本当にお世話になっています。

いまは坂口さんの針治療がないと身体がもちません(笑)。

◎今後の抱負を教えてください



A チームとしてはもちろんJリーグ参入、個人としてはプロになることです。そのためには自分の強みである192cmの長身を活かしたヘディング・ポストプレーでチームに貢献し、まずはJFL昇格に向けて日々頑張っています。北海道十勝スカイアースの応援、よろしくお願います！

9月11日の試合で2ゴールと復帰後初得点を決めた中山選手。家族やトレーナー、指導者など周りの支えがあって復帰できた。ゴールの瞬間はその方々への感謝の気持ちが一番に込み上げてきた、とお話されていました。

😊坂口鍼灸師

けがをしない事が一番ですが、アスリートにけがは付きもの。どう付き合うかが重要です。繰り返す痛みなど身体の違和感があればぜひご相談ください。小中高生の学生さんも、けがでお困りの方は電話またはWEBからお問い合わせくださいね。

※予約制です。お電話またはWebからお気軽にお問い合わせください

☎070-2009-4740



鍼灸師 坂口友亮

関節の痛み、筋肉の痛み、しびれ、頭痛、めまい、胃腸の症状、スポーツ疾患を得意としている



社会医療法人 北斗グループ
ほくと鍼灸院

帯広市西13条南41丁目2番地7

ほくと鍼灸院は十勝スカイアースのパートナーとして、選手の身体のサポートを行っています!

役立つ 脳ドック

日本有数の受診者数を誇る
～北斗28年の取り組み～



はつめい

近年、健康への関心が高まってきています。

一般診療と違い、ドックは健康保険のきかない自由診療です。自身でお金を払って受診されるのですから有意義なものにしていきましょう！
脳ドックの意義、詳細な内容、今後どう活かしていけば良いのかなど、お話しします。



脳ドックって受けた方が良いですか？

症状もなく、わざわざ自費で受診するので、それなりの意義、メリットがないと受ける気になりませんよね。皆さんが脳ドックに望む一番の目的は、「異常ないことを確認して安心したい」ということでしょう。そしてもう少し前向きな優等生の方(笑)は、ドック受診をきっかけに生活習慣の改善など今後に活かすことを考えます。いわゆる「未病」(病気になる前)の段階で病気が発症しないように予防したり、病気や悪いところを早期発見し、早期に治療介入ができれば、「健康長寿」につながり、とても意味のあることですし、日本全体にとっても最終的に医療費抑制につながるので、大変有

検診センター センター長
脳神経内科部長
北斗病院 副院長

金藤公人 医師

国立大阪大学医学部卒
日本脳卒中学会脳卒中専門医・指導医
日本脳神経血管内治療学会認定
血管内治療専門医
日本神経学会認定神経内科専門医・指導医
日本老年医学会認定老年科専門医・指導医
日本内科学会認定総合内科専門医・指導医
日本脳ドック学会評議員



受診後の結果説明を行う金藤医師

意義なことだと思いませんか？そのため、我々ができるだけ多くの方に受診してもらえようように費用を低減することで「受診ハードルを下げ」、安く内容の充実したドックを目指してきました！



Hokuto hospital YouTube channel
脳ドックの流れを動画でチェック!



北脳ドックの特徴は？いくらかかるの？ どんな検査をして何がわかるの？

脳ドックは脳腫瘍や脳動脈瘤（血管のコブ）の早期発見もさることながら、一番の目的は「動脈硬化」です。「動脈硬化」は将来、脳や心臓の血管にかかわる病気（脳梗塞、狭心症、心筋梗塞など）を引き起こす危険性がありますが、直接何かで表すことは難しいため、代わりになる指標（代替マーカー）で評価します。

我々は一般的な血液検査以外に、2009年から動脈硬化の指標の一つとして全例に「高感度CRP」を測定しています。CRPとは「炎症」を反映する項目で、感染など身体どこかに炎症が潜んでいる時に

上昇します。

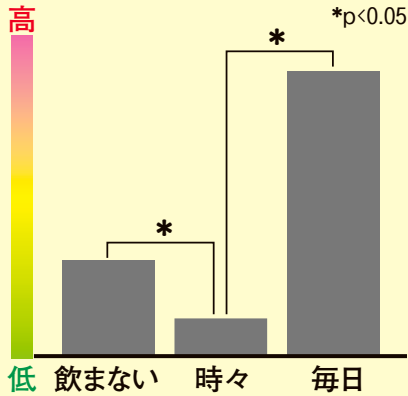
動脈硬化は「血管の慢性炎症」と考えられており、発熱もしていないのに、CRPが慢性的に高い（0.3mg/dL以上）方は動脈硬化の危険性大です。肥満や喫煙などの生活習慣改善や青魚などをすすめる食習慣の資料で注意を呼びかけています。

我々はこの高感度CRPを用いたさまざまな研究を行い、飲酒関連では「時々飲む」適度な飲酒習慣群で高感度CRPが最も低く、動脈硬化リスクが少ないこと等を明らかにしました。

※2013年脳ドック学会

〈動脈硬化リスクと飲酒頻度との関係〉

第24回日本老年医学会北海道地方会
第22回日本脳ドック学会総会(仙台)で発表

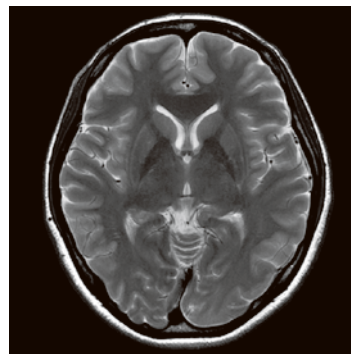


〈当院の脳ドック検査メニュー〉

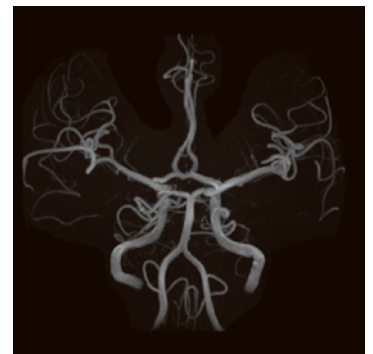
- MRI (T1、T2、FLAIR、T2^{スー})
- MRA
- 頸動脈エコー検査
- 心電図検査 ●眼底検査
- 高感度CRP含む血液/尿検査
- 動脈硬化検査(ABI/PWV)★
- 公認心理師による認知機能検査(MMSE)★
- 簡易認知機能検査★

★…60歳以上
★…60歳未満

〈脳ドックで撮影した画像の一例〉



MRI画像



MRA画像

その他、頸動脈の内膜の厚み（ブラーク）や血管の弾力性などを表す指標（ABI/PWV）、眼底検査なども動脈硬化の指標としています。

一方、MRIでは、気が付かないうちに起こっている脳梗塞や脳出血の痕跡はないか、脳の加齢変化、いわゆるシミのような「白質病変」の程度などもみています。

MRAでは脳の血管を精査し、破裂すると命にかかわるくも膜下出血を引き起こす「動脈瘤」がないか、高度の狭窄病変はないかなどをみています。



発症前に対応策を!

脳ドック

検査に関するご予約・お問い合わせ

北斗検診センター

☎0155-47-7777 予約対応時間 平日▶9:00~17:00

脳ドックでは60歳以上の方には公認心理師が直接行う認知機能検査(MMSE)を、60歳未満の方にはタッチパネル式の簡易認知機能検査(MSP)を用いて、現在の認知機能を評価しています。

それによってももの忘れの疑いありとされた方には、外来で脳の機能(血の巡り)の分布等、さらなる検査を勧めています。残念ながら認知症には、まだ特效薬はありませんが、喫煙や肥満、糖尿病などの危険因子を修正することで、2、3割のアルツハイマー型認知症は防げるとされています。



60歳未満の方に行う簡易認知機能検査



もの忘れ、認知症が心配です。 どうしたら良いでしょうか?



運転ドックの様子(ドライブシミュレーター)

います。それ以外にも認知症に良いとされることがありますので、クヨクヨせずに、朗らかに自分らしく楽しい長寿を目指しましょう。

また、最近社会問題になっている高齢者や認知症の方の事故ですが、ドライブシミュレーターや心理検査を用いて、楽しく評価を行う「運転ドック(+8800円)」もオプションで追加できます。



脳ドック後は、何に気を付けたら良い?

検査料金

※各種クレジットカードご利用可

60歳未満

25,300円

※認知機能検査(MSP)あり

60歳以上

29,700円

※動脈硬化検査あり
※認知機能検査(MMSE・CES-D)あり

※お住いの自治体により助成制度が適用される場合がございます。詳しくは各自自治体へお問い合わせください。

ご予約・お問い合わせ

直通TEL 0155-47-7777

「楽しく朗らかに健康に！長生きする！」ことをお忘れなく！

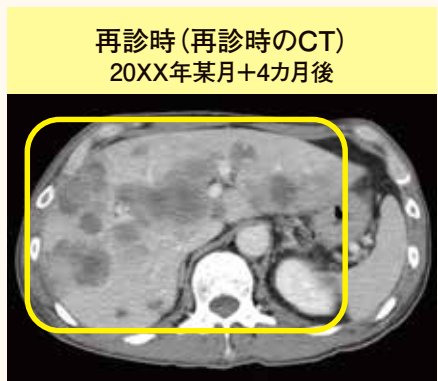
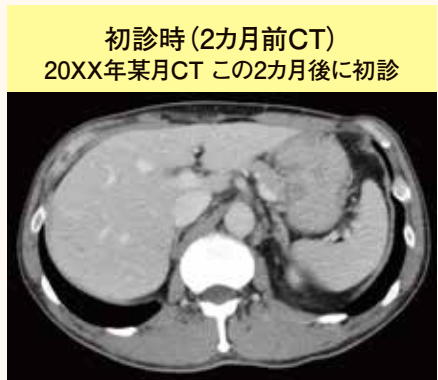
詳細な報告書とともに各自の背景に応じて、次回受診勧奨時期を知らせるなど細かなフォローアップを行っていますので、参考にしてください。



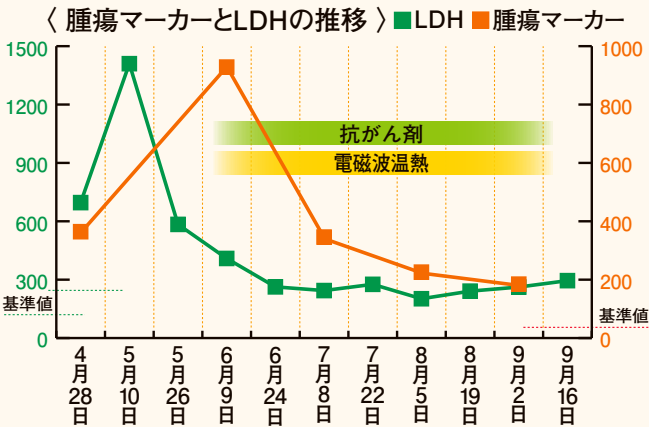
症例3
上行結腸がん
 60歳代男性(生来健康)

上行結腸がん T4aN1bM1c2 (H2,P3) StageIVcの診断を総合病院で受けた。原発巣病巣部のみ切除術施行。多発肝転移H2、腹膜播種P3あり。
 20XX年某月私のセカンドオピニオン外来受診。話をしたが、他医療機関で自由診療を受けないとのこと、そちらを受診することになった。免疫系の治療を受けられたようである。
 その約1カ月後に私の所に再度連絡あり。受診したいとのこととで初回セカンドオピニオン外来より約1カ月後に受診。この時明らかに全身状態が悪化しており、右季肋部痛が著明であっ

た。腫瘍マーカーも約1.5カ月の間にCEAは約5倍、CA19-9は10倍に著増していた。CTを撮像すると著明な増悪を認め、右胸水および腹水貯留。肝機能も1カ月持たずに肝不全に移行するのではと推察された。
 すぐに治療を受けたいとのこととで、CVポート留置施行後、全身状態を考慮し薬剤を減量して電磁波温熱療法を併用して施行開始。翌月には全身状態は著明に改善し、食事も普段通りとれるようになっていた。約3か月後には全身状態はほぼ病気前の状態に戻り、趣味も再開された。CT上肝臓の腫瘍を含めて著明な縮小を認めており、精神



著明な増悪後に受診、
 危機的状況を凌いだ結腸がんステージ4



的にも安定し治療を継続している。

ご相談ください **セカンドオピニオン外来**
 セカンドオピニオン外来にて、適応の可否を判断させていただきます。
 詳しくは患者サポートセンター地域医療連携室までお問い合わせください。
☎0155-47-3093 連携室直通
 (受付) ●月曜～金曜:10時～12時、14時～16時30分 ●土曜:10時～12時



日本医学放射線学会認定放射線科専門医
 放射線腫瘍学会認定放射線科専門医
 日本ハイパーサーミア学会指導医
 日本核医学会PET核医学認定医
 癌治療認定機構癌治療認定医

成定 宏之



Dr成定のコラムも読める!
 友だち登録はこちらから



新入職のご案内



New Face

2022年9月&10月

歯科・歯科口腔外科

奥村 拓真 Okumura Takuma

研修医

横地 裕太 Yokochi Yûta



Move towards the future of rehabilitation ～先進リハビリテーション推進室 開設～

リハビリテーションの世界ではノーマライゼーションからインクルージョンへという概念が注目されています。ノーマライゼーションとは障害のある人を特別扱いするのではなく平等に扱うことであり、インクルージョンとは更に一歩進んでその人にあった支援によって普通の生活が送ることができるようにすることです。そのためにはリハビリテーションを行い障害によって失った機能を回復させる必要があります。当院も開院以来この課題を持って患者と向き合ってきました。そのため常に最先端のリハビリテーションを患者に提供し最大限の機能の回復を目指しております。本年、最新の歩行のリハビリテーションロボットとしてTOYOTA社製の「ウェルウォーク2000」が導入されました。これにより上肢、手指、下肢の全ての障害に対応するロボットを有する道内唯一の施設となり、患者の障害別に最適のロボットを組み



TOYOTA Welwalk-2000

合わせる事が可能となりました。つまり患者ごとにテラーメイドのリハビリテーションを提供できることとなりました。またこれら機器を有効に活用するために「先進リハビリテーション推進室」を立ち上げました。推進室が当院のリハビリテーションを牽引し一人でも多くの患者に最新で最適のリハビリテーションを提供する役割を担うことを期待しています。今後も当院はリハビリテーションの未来に向け前進し続けます。

十勝リハビリテーションセンター

院長 白坂 智英



肝腎カナメ!の腎臓話

シンクワパサ
医者が教える腎臓の教科書

腎臓内科外来
石田 亜希 先生
北斗病院にて診察中!
毎月第2第4の金📅👤



vol.2

「慢性腎臓病」について

「肝腎(肝心)」という言葉を知りたり使ったりしませんか?意味は「最も重要なこと」。肝臓も腎臓も人体に欠くことのできない重要な器官であることからきているそうです。そんな大事な腎臓への疑問を、腎臓内科外来の石田 亜希先生に聞いてみました!

Q 家族で透析を受けているものがあり、私も腎臓が悪くなるのでは心配です。遺伝による腎障害はあるのでしょうか?

A 腎臓自体に炎症が起る慢性糸球体腎炎は原因が不明なことが多く、残念ながら予防法はないといえます。しかし、全身の病気によっておこる腎障害は、原因となった病気の治療により慢性腎臓病の発症予防が期待できます。頻度の高いものとして、高血圧、糖尿病、間質性腎炎、痛風腎などがあり、個々の病気を適切に治療することが重要です。具体的には、血圧の管理、血糖の管理、脂質や尿酸の管理、体重管理、禁煙、腎障害の原因となる薬剤の長期投与を避けることなどがあげられます。

A 慢性腎臓病に炎症が起る慢性糸球体腎炎は原因が不明なことが多く、残念ながら予防法はないといえます。しかし、全身の病気によっておこる腎障害は、原因となった病気の治療により慢性腎臓病の発症予防が期待できます。頻度の高いものとして、高血圧、糖尿病、間質性腎炎、痛風腎などがあり、個々の病気を適切に治療することが重要です。具体的には、血圧の管理、血糖の管理、脂質や尿酸の管理、体重管理、禁煙、腎障害の原因となる薬剤の長期投与を避けることなどがあげられます。

Q 慢性腎臓病を発症させないための予防法はありますか?

表:むくみ(浮腫)の種類

全身性浮腫
腎性浮腫 ネフローゼ症候群、腎不全
肝性浮腫 肝硬変
心性浮腫 心不全
内分泌性浮腫 甲状腺機能低下症
薬剤性浮腫 消炎鎮痛薬、漢方薬等
特異性浮腫 中年以降の女性。原因不明
局所性浮腫
リンパ浮腫
炎症性浮腫
静脈還流障害による浮腫
血管神経浮腫



遺伝によっておこる腎障害はいくつか知られており、最も頻度が高い病気は両側の腎臓に嚢胞(水のたまった袋状のもの)が無数にできる病気で、多発性嚢胞腎と呼ばれます。通常、遺伝性の腎臓病では残念ながら有効な治療法がありませんでしたが、近年多発性嚢胞腎に対して、嚢胞が大きくなることを遅らせる治療(トルバプタン療法)が行えるようになりました。この病気は、遺伝歴と超音波検査やCT検査を行うことにより診断できます。一度は腎臓内科を受診して精査をされることをお勧めします。

遺伝によっておこる腎障害はいくつか知られており、最も頻度が高い病気は両側の腎臓に嚢胞(水のたまった袋状のもの)が無数にできる病気で、多発性嚢胞腎と呼ばれます。通常、遺伝性の腎臓病では残念ながら有効な治療法がありませんでしたが、近年多発性嚢胞腎に対して、嚢胞が大きくなることを遅らせる治療(トルバプタン療法)が行えるようになりました。この病気は、遺伝歴と超音波検査やCT検査を行うことにより診断できます。一度は腎臓内科を受診して精査をされることをお勧めします。

Q 最近よく足がむくみ、腎臓病かと心配です。

A 腎臓病によって生じるむくみ(浮腫)の代表として、腎機能低下によるむくみと、ネフローゼ症候群といわれる尿たんぱくが大量に排泄されることで血液のたんぱく質が減って起こるむくみがあります。しかし、むくみの原因は腎臓の病気以外にも様々な原因によって起こります。まずは、内科を受診し、問診や各種の検査を行って、むくみの原因を絞り込むことが必要です。その際、むくみがいつ頃から起こったか、むくみに左右差があるか、普段と比較して体重が増えているか、内服している薬などの情報が参考になります。

A 腎臓病によって生じるむくみ(浮腫)の代表として、腎機能低下によるむくみと、ネフローゼ症候群といわれる尿たんぱくが大量に排泄されることで血液のたんぱく質が減って起こるむくみがあります。しかし、むくみの原因は腎臓の病気以外にも様々な原因によって起こります。まずは、内科を受診し、問診や各種の検査を行って、むくみの原因を絞り込むことが必要です。その際、むくみがいつ頃から起こったか、むくみに左右差があるか、普段と比較して体重が増えているか、内服している薬などの情報が参考になります。

Q 最近よく足がむくみ、腎臓病かと心配です。

お気軽にお問い合わせください
すべてのお問い合わせ ☎0155-48-8000(北斗コールセンター)



- 関連施設
- | | | | |
|-------------------------|-------|--------------------------|---------------|
| 北斗病院 | (帯広市) | 認知症対応型共同生活介護グループホーム あおぞら | (帯広市) |
| 北斗クリニック | (帯広市) | 上士幌クリニック/介護老人保健施設かみしほろ | (上士幌町) |
| 十勝リハビリテーションセンター | (帯広市) | 新得クリニック | (新得町) |
| サービス付き高齢者向け住宅 あやとり | (帯広市) | 熊谷総合病院 | (埼玉県熊谷市) |
| 十勝自立支援センター介護老人保健施設 かけはし | (帯広市) | HOKUTO画像診断センター | (ロシア・ウラジオストク) |
| ほくと自立支援ホーム/カンタキあおぞら | (帯広市) | HOKUTOリハビリテーションセンター | (ロシア・ウラジオストク) |