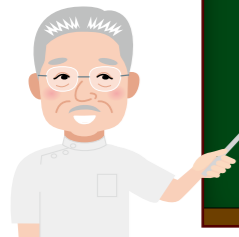


院長/山口 龍生

“がん”にまつわるお話し

山口先生より、一般的ながんの情報や当クリニックの取り組みなどを解説します。



今回は AYA世代(15~39歳)の がん罹患率

AYA(Adolescent&Young Adult:思春期・若年成人)世代とは、
15歳から39歳の若い世代をいいます。
日本では毎年約2万人のAYA世代が、がんを発症すると推定されています。



年代毎の罹患率が高いがん

(全がんに占める割合)

	1位	2位	3位	4位	5位
15~19歳	白血病 24%	胚細胞腫瘍・ 性腺腫瘍 17%	リンパ腫 13%	脳腫瘍 10%	骨腫瘍 9%
20~29歳	胚細胞腫瘍・ 性腺腫瘍 16%	甲状腺がん 12%	白血病 11%	リンパ腫 10%	子宮頸がん 9%
30~39歳	女性乳がん 22%	子宮頸がん 13%	胚細胞腫瘍・ 性腺腫瘍 8%	甲状腺がん 8%	大腸がん 8%

※国立がん研究センター がん研究サービス AYA世代: がん罹患データ (2009年~2011年)

体の不調を感じたら
早めに受診しましょう。



《AYA世代のがんに関する主な問題点》

- *学校や就職、結婚、妊娠などの課題が生じやすい
- *若いことや患者数が少ないことなどより、発見が遅れることがある
- *専門医や対応できる医療機関が少ないことが多い



星陵クリニックグループ 医療法人 西隆会
厚生仙台クリニック
 KOUSEI SENDAI CLINIC

お客様専用フリーダイヤル
0120-501-799
 〒981-0933 宮城県仙台市青葉区柏木1丁目5-45
 TEL.022-727-7667(代) FAX.022-727-7668
<http://kousei-sendai.jp>
 電話受付:平日(月曜日~土曜日)9時~17時
 休診日:日曜日・祝日

ご不明点やご質問等ありましたら、お電話にてお問い合わせください。
また、ホームページにも掲載しておりますので、あわせてご覧ください。

KOUSEI

NEWSLETTER こうせいだより

52

2021.4.1

星陵クリニックグループ 医療法人 西隆会
厚生仙台クリニック

CONTENTS

- 02 **連載** 「健康友の会」のみなさまへ
2021年4月より健診事業を拡充します
- 04 **特集** 新型コロナウイルス感染症の知識
- 06 Q&Aコーナー
知っておきたい医療の知識
- 07 厚生仙台クリニックの結果報告書を解説します

発行:星陵クリニックグループ 医療法人 西隆会 厚生仙台クリニック 宮城県仙台市青葉区柏木1丁目5-45
■掲載の内容についてのお問い合わせは、医療法人 西隆会 厚生仙台クリニックまで(お客様フリーダイヤル 0120-501-799) □電話受付:平日(月曜日~土曜日)9時~17時 □休診日:日曜日・祝日



2021年4月より健診事業を拡充します

この度、人間ドックや脳ドック、一般健康診断など各種健診に対する需要の増加にこたえるため、健診事業を拡充することとなりました。

PETがん検診は3Fフロアをメインに、各種健診は2Fフロアをメインに検査を行うことで混雑を解消し、よりゆったりとした空間でご受診いただくことができます。

引き続き当クリニックのPETがん検診に対するお引き立ての程、宜しくお申し上げます。
なお、健診事業の詳細は、当クリニックのホームページをご覧ください。

血液検査項目の変更のお知らせ

診断の精度をさらに上げるために、2021年5月より血液検査項目を一部変更いたします。
なお、変更に伴う料金の改定はございません。



血清カルシウム(Ca)、リン(P)を全コースに追加します。

副甲状腺や骨の病気を調べます。

腫瘍マーカー6種の「シフラ」に代わり、「可溶性IL-2レセプター」を導入します。

悪性リンパ腫などの指標となるマーカーで、PET診断の参考データとして有用です。

※シフラ(肺扁平上皮がんなどのマーカー)は、画質向上などの理由により必要性が低くなったため、検査項目から外すことといたしました。

コース料金表

全コース共通の検査項目

全身PET/CT、腹部・骨盤部MRI、全身/肺CT、頸部・腹部・乳腺超音波、便・尿・尿細胞診、
血液検査(一般、胃がんリスク、腫瘍マーカー6種)、心電図、身体測定、視力・聴力、結果説明

検診コース	グランドプレミアム	プレミアム	スタンダード+脳	スタンダード
検診料金(税込)	291,500円	220,000円	198,000円	170,500円
特徴	がん、脳卒中、心臓病、認知症など、全身をくまなく調べたい方にお勧めのコースです。	スタンダード+脳に、動脈硬化、膠原病・リウマチ、COPDなどを追加したコースです。	スタンダードに、頭部MRI検査を追加したコースです。	上記の検査項目を網羅したお値打ちなコースです。

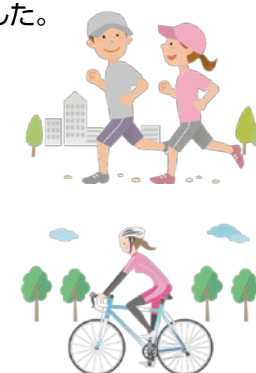
その他、オプション検査を取り揃えております。詳しくは当クリニックのホームページをご覧ください。

がんのリスクと予防 身体活動編

日本人を対象とした研究結果により定められた「日本人のためのがん予防法」のうち、『身体活動』をご紹介します。
がんの原因の多くは環境要因にあるとされており、生活習慣を改善することは、がんの予防につながります。
できることから生活に取り入れてみましょう。

身体活動量を増やしましょう

研究報告によると、男女とも身体活動量が高い人ほどがんになるリスクが低下していました。
特に、高齢者や休日などにスポーツや運動をする機会が多い人では、より大きくがんのリスクの低下がみられました。



身体活動量が高いほど、リスクが下がるがんの部位

男性	女性
◆結腸がん◆肝がん◆膵がん	◆胃がん◆閉経後乳がんと子宮体がん

身体活動量の目安

18歳～64歳	“歩行またはそれと同等以上の強度の身体活動を毎日60分行うこと” さらに、“息がはずみ、汗をかく程度の運動を毎週60分程度行うこと”
65歳以上	“強度を問わず、身体活動を毎日40分行うこと”
全ての世代	“現在の身体活動量を少しでも増やすこと” “運動習慣をもつようにすること”

※主治医がいる方は相談してから実施しましょう。

身体活動量ががんのリスクを下げる理由

- 肥満の解消
- 血糖を下げるホルモンであるインスリンの働き改善
- 免疫機能の増強
- 脂質の吸収などを調節する胆汁酸の代謝への影響

参考:国立がん研究センター

厚生仙台クリニックは、「健康友の会」会員様の健康維持、健康増進のサポートをし、また、ご家族様にも健康意識を高めていただくための健康管理の情報を提供することで、皆様の健康寿命(寝たきりや認知症にならず元気で活動的に生活できる期間)に貢献することを目的としています。

《会員の特典》

- 1 定期的な検診のご案内
- 2 PET検診料金の割引(他の割引と併用できない場合があります。)
会員価格……………5,500円引き
3回目以降のPET検診……11,000円引き
- 3 健康に関する有用な情報の提供
健康管理に役立つ会報誌「こうせいだより」を適宜提供致します。

《入会方法》

当クリニックでPET検診をご受診された方は自動的にご入会となります。

- 一度でもご受診された方は会員となります。
- 会員様よりご紹介された方も会員価格でご受診いただけます。

2020年4月より、検査間の待ち時間に本やスマートフォンをご利用いただくことが可能となりました。
但し、脳PET検査を受けられる方は、検査に支障が出ますので、安静中のご利用をお控えいただけます。

新型コロナウイルス感染症の知識

前号で実施したアンケートでは、多くの方にご回答いただき、大変ありがとうございました。
アンケート結果より、新型コロナウイルス感染症に関する記事のご要望を多数いただきました。
今回は、明らかになってきた感染症の情報をお知らせいたします。



新型コロナウイルス感染症に感染した人が、他人に感染させてしまう可能性がある期間は？

新型コロナの陽性者が、他の人に感染させてしまう可能性がある期間は、**発症の2日前から発症後7～10日間程度**です。
また、発症の直前と直後で特にウイルス排出量が高くなると考えられています。

新型コロナウイルス感染症と診断された人のうち、どのくらいの人が他人に感染させているの？

他の人に感染させている人は**2割以下**です。
多くの方は他人に感染させていないと考えられています。
多人数での会食等、1人の感染者が複数の人に感染させてしまうことがなければ、感染症の流行を抑えることができます。



新型コロナウイルス感染症を診断するための検査の種類は？

主にPCR検査、抗原定量検査、抗原定性検査があります。(表1を参照)
いずれも体内にウイルスが存在し、感染しているかを調べるための検査です。
検査の方法としては、鼻咽頭ぬぐい液、鼻腔ぬぐい液、唾液などがあります。(表2を参照)



新型コロナウイルス感染症の主な検査

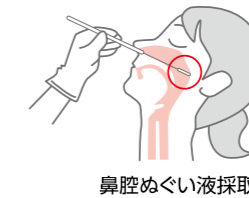
[表1]

検査種類	PCR検査	抗原定量検査	抗原定性検査
調べるもの	ウイルスを特徴づける遺伝子配列	ウイルスを特徴づけるたんぱく質(抗原)	ウイルスを特徴づけるたんぱく質(抗原)
精度	抗原定性検査より少ない量のウイルスを検出できる	抗原定性検査より少ない量のウイルスを検出できる	検出には一定以上のウイルス量が必要
判定時間	数時間+検査機関への搬送時間	約30分+検査機関への搬送時間	約30分

[表2]

検査の対象者	PCR検査(LAMP法含む)			抗原定量検査			抗原定性検査		
	鼻咽頭	鼻腔	唾液	鼻咽頭	鼻腔	唾液	鼻咽頭	鼻腔	唾液
有症状者	発症から9日目以内	○	○	○	○	○	○ ^{*1}	○ ^{*1}	×
	発症から10日目以降	○	○	×	○	○	△ ^{*2}	△ ^{*2}	×
無症状者	○	×	○	○	×	○	×	×	×

※1.発症2日目から9日目以内に使用 ※2.陰性の場合は必要に応じてPCR検査等を実施 ※3.確定診断としての使用は推奨されないが、結果が陰性の場合でも感染予防策を継続すること等要件の下で、感染拡大地域の医療機関や高齢者施設等において幅広く検査を実施する際にスクリーニングに使用することは可能。



出典:厚生労働省



感染が恐くて医療機関の受診をためらってしまう

自己判断で医療機関への受診を控えることで、慢性疾患の症状悪化や、早期発見・早期治療が遅れ新型コロナウイルス感染症などのウイルスに対抗できない状態になることがあります。
2人に1人はかかると言われている“がん”も、早期がんでは無症状であることがほとんどです。
コロナ禍でも定期的にかかりつけ医や健診を受診しましょう。

当クリニックでは、万全の感染対策を実施しております。
特に各種健診の受診を見送っている方は、
病気のリスクを早期に発見するために、受診をお勧めいたします。



※疑わしい症状がある方は、内科を受診しましょう。

Q&Aコーナー

検診当日や結果報告書へ
同封のアンケートにお寄せいただいた
ご意見、ご質問にお答えしていきます。



Q1 PET検診は医療費控除の対象になりますか？

A1 PET検診のような健康診断等の費用は、疾病の治療を行うものではないので、原則として医療費控除の対象とはなりません。

ただし、健康診断等により重大な疾病が発見され、引き続きその疾病の治療を行った場合には、治療に先立って行われる診察と同様に考えることができるため、その健康診断等のための費用も医療費控除の対象になります。

ご不明な点がございましたら、お住まいの住所を管轄する税務署へご相談ください。

(参考:所得税基本通達73-4)



知っておきたい医療の知識

パーキンソン病

パーキンソン病は、脳内のドーパミン^{*}が不足し、手足のふるえや動作のぎこちなさなどの運動症状が徐々に進行する、原因不明の病気です。精神症状や自律神経障害、進行すると認知症を伴うことがあります。高齢者に多いですが、40歳未満で発症する場合もあります。

日本では難病に指定されていますが、早期に診断し治療を始めれば進行を遅らせることができます。

早期の適切な診断には、神経内科での専門的な診察に加え、画像検査も行われます。脳の形の変化をみるMRI検査は他の病気との区別に、脳の機能をみるSPECT検査やPET検査(PETは保険適応外)は早期の異常の検出に有用です。

※ドーパミン:運動調節、ホルモン調節、快感、意欲、学習などに関わる神経伝達物質で、年齢とともに自然に減りますが、パーキンソン病ではより速いスピードで減っていきます。

4大症状

- バランスが悪く
転びやすい
- 手足のふるえ
- 動作が遅い
- 筋肉がこわばる



厚生仙台クリニックの 結果報告書を解説します

本シリーズでは、当クリニックの結果報告書を元に、検査の解説をより詳しくご紹介いたします。

テーマ 肝機能検査

肝臓は痛みを感じないため「沈黙の臓器」と呼ばれ、多くの場合、病気が進行しないと症状が現れません。今回は肝機能検査の項目で、特に肝臓病の早期発見に役立つ「GOT、GPT、γ-GTP」について、ご紹介します。

項目	基準値	疑われる病気
GOT	30U/L以下	急性肝炎、劇症肝炎、慢性肝炎、アルコール性肝炎、脂肪肝、 肝硬変、肝がん、アルコール性肝障害、非アルコール性脂肪性肝炎 ^{*1} 、 薬剤性肝障害 ^{*2} 、胆道系疾患 など
GPT	30U/L以下	
γ-GTP	50U/L以下	

*1. 非アルコール性脂肪性肝炎: アルコールに関係なく肝臓に中性脂肪がたまることでおこる肝炎

*2. 薬物が原因で起こる肝臓の炎症のこと

肝臓の主な働き



- 解毒** アルコールや毒物などの有害物質を無毒化する
- 代謝** 糖・蛋白質・脂質などを、利用しやすい形に変えて血液中に送り出す
- 貯蔵** エネルギーが必要な時に体に供給するブドウ糖を貯めておくほか、ビタミンやミネラルなども備蓄する
- 胆汁を作る** 脂肪の消化吸収を助ける胆汁を作り胆のうに貯める

～肝臓を守る「5カ条」～

- 栄養バランスの良い食事を適量とる
- 適度に運動を行い、肥満を予防する
- アルコールは適量にする (1日あたりの目安:
日本酒なら1合、ビールなら500mlまで)
休肝日をもうける
- 自己判断で薬を服用しない
- 定期的な健診で肝機能の値を確認する

肝炎や脂肪肝を放置すると
肝硬変へ進行する場合があります。
肝臓がんのリスクが
高まります。

