



医療法人財団 織本病院 広報誌

月刊 織本

4

2021年4月1日 vol.320

発行 医療法人財団 織本病院

印刷 〒204-0002

東京都清瀬市旭が丘 1-261

TEL 042-491-2121

URL <https://orimoto-hp.com/>

発行人 高木 由利



枝垂桜

今だからこそ自分の体を見つめ直して

理事長 高木 由利



今年もゆっくり桜の美しさを楽しむ時間はありませんでした。桜は世の中がどんな状況になっても美しさを失わないのですね...

* * *

新型コロナウイルス感染症を考え続け1年が経ってしまいました。1年前は、来年はワクチンが開発されて世界中の人達が安心して生活ができると考えていましたが、それもなかなか難しい状況です。

しかし、毎日診療しながら感じることは、新型コロナウイルス感染症が蔓延する前と比べ、積極的に検査を受ける方が多くなったことは素晴らしい！ご自分の体の状態はどうなっているのか、治療すべきことがあったら積極的に検査して治したい方々が増えた証しだと考えています。これはとても大切なことです。自分の心と体を常に客観的に評価することは、病気の早期発見に繋がるからです。

先日ある患者さんが、絶対やりたくなかった胃の内視鏡検査をしたら逆流性食道炎と診断されお薬を頂いたそうです。実は、ゲップが出たり胃痛があって不安になり自分はきっと癌だと思ったと。そんなある日、

お友達に勧められ島田先生に胃の内視鏡をして頂き、お薬が処方されて楽になり、ひと安心したお話しをして下さいました。これからは全身の検査をして、悪い所はどんどん治療して心穏やかな日々を送ることが得策だと気付かれたようです。

私の考えは病気が見つかったら治療を始め、更にどんな生活をすれば良いかの生活指導を受けることの大切さを多くの方々に知って頂きたいということです。

私を含め織本病院の職員達は、皆様のお役に立つために病院で仕事をしています。この不安定なコロナ禍で自分の体を正しく見つめ、自分の力で自分を守る方策を一緒に考えていきませんか。



vol.3

人間ドック座談会

消化器病学会専門医
消化器内視鏡学会専門医
ヘリコバクター学会ピロリ菌感染症認定医

島田 祐輔

教えて、ドクター！！

造影検査と内視鏡検査の違いって？

ポリープを指摘されたらどうすればいいの？

×
ドック・健診担当
濱田 国男

人間ドック座談会の第3弾となる今回は、感染対策の観点から、インタビュー形式と致しました。人間ドックや健康診断で受けられる胃の検査には、造影と内視鏡の2種類がありますが、皆さんは何を基準に選択されているでしょうか？今回は、受診者様からご質問が多いその2つの検査の違いを中心に、胃の検査について専門医の島田祐輔医師に話を聞きました。

Q. まず造影検査と内視鏡検査の違いを教えてください。

当院の人間ドックでは胃の検査として、バリウムによる造影検査と内視鏡検査の両方に対応しています。

胃造影検査は胃がん健診としてこれまでも広く行われてきたもので、バリウム製剤が胃粘膜に貼り付く性質を利用して胃の凹凸を映し出す、いわば「版画」のような検査です。潰瘍やポリープ、進行がんといった凹凸を伴う病変の検出に有効です。安価・短時間でできるのも利点です。しかし、早期がんや粘膜の炎症のような平坦な病変は発見が難しく、また病変の質的診断も行えません。多くはありませんが合併症のリスクもあり、バリウム製剤の腸内残留による便秘や炎症（虫垂炎・憩室炎）が起こることがあります。

胃造影検査が「版画」なら、内視鏡検査は「写真」です。色調の変化や平坦な病変も分かる上、異常所見があればその細胞を採取して病理検査を行うことで確定診断も可能となります。また、従来は検査時の苦痛や嘔吐反射が敬遠される理由でもありましたが、鎮静内視鏡検査やのどへの刺激が少ない経鼻内視鏡検査も普及しています。欠点としては造影検査よりはコストがかかること、検査や処置による消化管損傷のリスクが挙げられます。

Q. 経鼻と経口、苦痛が少ないのはどちらですか？

内視鏡は経鼻と経口がありますが、より細い経鼻の方が挿入時の苦痛は少なく行えます。しかし、経鼻内視鏡

は経口に比べて若干画質が劣るほか、鼻腔が狭い方では挿入困難なことがあります。そのため当院では鎮静下で行う場合は原則的に経口で行っています。

Q. よく指摘される所見は何ですか？

人間ドック・健診で指摘される異常所見として多いものに胃ポリープがあります。造影検査で指摘されて内視鏡を追加した方も多いと思います。実際のところ、胃ポリープは良性で治療の必要のない胃底腺ポリープがほとんどです。胃底腺ポリープは男性よりは女性に多く、人によっては数十個も多発することがあります。

Q. 胃のポリープは放置していて良いのですか？

注意すべきポリープとして、過形成性ポリープや腺腫はピロリ菌感染を疑う所見で悪性化する可能性もあるため、様子見で良い胃底腺ポリープと対応が異なります。

ポリープの区別は内視鏡でしか行えない点も、内視鏡検査をお勧めする理由の一つです。仮に胃底腺ポリープだったとしても自然消失するものではないため、以後も造影検査を行うと異常を指摘され続けます。結局その都度「要精査」となって内視鏡が必要になることを考えると、過去に胃ポリープを指摘された方はその性状を問わず、以後の胃の検査は内視鏡で行う方が効率的と思われます。

Q. その他に指摘される所見はありますか？

炎症所見（胃炎、食道炎）を指摘されることも多いとは思いますが、炎症と一口に言っても場所や性状によって対応は異なります。普段から強い酸にさらされている場所ですので炎症は珍しくなく、即異常というわけでもありません。しかし、ピロリ菌感染を疑う炎症であれば精密検査が、炎症の程度が強い場合には治療が必要になることがあります。

なお、逆流性食道炎・胃食道逆流症については当院広報誌（2020年5月号）にも掲載しているため、ご参照

いただけましたら幸いです。

Q. 最後に先生からのご意見ををお願いします。

総合的に検査の精度としては内視鏡が勝っており、特に人間ドックの目指すところである「無症状の早期病変の発見」は内視鏡が得意とするところです。内視鏡専門医という立場からの意見ですが、“せっかく胃の検査を受けていただくのであれば”内視鏡をお勧めしたいです。もちろん、安全には最大限の注意を払って行っています。

ソーシャル・ ジェットラグ (社会的時差ぼけ)、 体内時計を 正確に！



内科・糖尿病外来

佐藤 潤一

さとう じゅんいち

春うらら、気温が高くなり日照時間も長くなる春は、昼間に眠気を感じる事が少なくありません。昼間の眠気を防ぐ基本は、夜間にしっかりと睡眠を取ることです。しかし、日本人の平均睡眠時間は先進国の中で最も短く、過去70年の間に1時間減少したとの報告もあります。

さて、人間の身体の中には体内時計があり、睡眠と覚醒・体温・血圧・ホルモン分泌などの生理活動が、およそ24時間の周期で変動しています。ただ、体内時計は24時間より僅かに長い為、朝日を浴びて24時間にリセットすることが健康のために重要です。しかし、不規則な生活を繰り返していると、体内時計が乱れ、心身に様々な不調をきたします。学校・家事・仕事といった社会的制約のある平日の睡眠

と、制約のない休日の睡眠の差により、平日と休日の起床・就寝時間のずれが大きい場合、体内時計が社会的な時間と合わなくなります。その結果、ソーシャル・ジェットラグ（社会的時差ぼけ）と呼ばれる健康障害が引き起こされます。眠気が取れない・だるい・頭が重いなど、いわゆる“時差ぼけ”と同じような症状の他、昼間の眠気・頭の働きの鈍化・気分の落ち込みなどを引き起こし、習熟度やパフォーマンスの低下にも繋がります。さらに、肥満やメタボリック症候群、うつ病の高リスク化、認知機能の低下などが起こるとの報告もあります。

さて、ソーシャル・ジェットラグを防ぐためには、同じ時刻に床に入り、決まった時刻に目覚める習慣を付けることが基本です。また、睡眠不足を解消するために、寝る時刻を少しでも早くするように努めること、昼間にパワーナップ（20～30分程度の仮眠）を取ることも効果的です。さらに、眼が覚めた時にカーテンや雨戸を開けて、太陽の光を浴びること、朝食をきちんと食べることで、適度な運動をすること、ゆっくり入浴すること、寝る前にスマートフォンやパソコン、テレビなどのモニターを見ないように注意しましょう。

昨今、在宅勤務やテレワーク、リモート学習が多く、オンオフの切り替えが上手く出来ない、家に閉じこもり運動が減っている人が少なくありません。ソーシャル・ジェットラグにも注意を払い、健康的な日々を過ごしましょう。



外来診療表

午前受付 8:30～11:30（診療開始 9:00）／午後受付 13:30～16:30（診療開始 14:00）

		月	火	水	木	金	土
内科	午前	金原 嘉之 齋藤 圭子 川島 隆	金原 嘉之 齋藤 圭子	奥村 昌夫 金子 雪絵	島田 祐輔 齋藤 圭子 矢島 愛治	杉崎 緑	金原 嘉之（第1,3） 市川 健一郎（第2,4,5）
	午後	担当医	金原 嘉之	金子 雪絵（～15:00） 村瀬 忠（第2,4）	矢島 愛治	島田 祐輔 金原 嘉之 西尾 康英（第1,3）	市川 健一郎（第3除） 坂東 興（第2,4） 村瀬 忠（第3）
外科	午前	藤木 達雄	藤木 達雄	担当医	担当医	藤木 達雄	藤木 達雄
	午後	担当医	担当医	担当医	担当医	藤木 達雄	担当医
呼吸器科	午前	齋藤 圭子	齋藤 圭子	奥村 昌夫	齋藤 圭子	杉崎 緑	
	午後						
循環器科	午前	川島 隆			矢島 愛治		市川 健一郎（第2,4,5）
	午後				矢島 愛治		坂東（第2,4）・市川（第3除）
消化器科	午前				島田 祐輔		
	午後					島田 祐輔	
腎臓内科	午前						
	午後					西尾 康英（第1,3）	
血液内科	午前						
	午後			村瀬 忠（第2,4）			村瀬 忠（第3）
脳神経外科	午前		松本 淑恵			岡田 啓	菱井 誠人（第3）
	午後		松本 淑恵（～15:00）			岡田 啓	
整形外科	午前				森友 信彦（第4除）	石井 良介	
	午後		糸川 牧夫（第2,4,5） （15:00～）		森友 信彦（第4除）		
心臓血管外科	午前	藤木 達雄	藤木 達雄			藤木 達雄	藤木 達雄
	午後					藤木 達雄	
泌尿器科	午前	澤崎 晴武				渡辺 栄子	担当医
	午後					渡辺 栄子	担当医（第1）・加藤（第2,4）
皮膚科	午前				宮田 美穂		
	午後						
内視鏡検査	午前	島田 祐輔	島田 祐輔	島田 祐輔		島田 祐輔	池田（第4以外）・島田（第4）
	午後				須田 浩晃（第2,4,5）		
専門外来	腎不全外来	午前	高木 由利	高木 由利	高木 由利		
	糖尿病外来	午前	金原 嘉之	金原 嘉之	石井 主税		佐藤 潤一 金原 嘉之（第1,3）
		午後		金原 嘉之			金原 嘉之 佐藤 潤一
	乳腺外来	午前					杉山 迪子（月1～2回）
	睡眠時無呼吸外来	午前	齋藤 圭子	齋藤 圭子		齋藤 圭子	
	禁煙外来	午後		齋藤 圭子			
	サラリーマン外来	午前					高木 由利（第1）
漢方外来	午前			金原 嘉之			

※ 赤字の枠は予約可能です。（腎不全外来・サラリーマン外来は完全予約制となります。）

尚、乳腺外来診療日、休診情報などの詳細はお電話または当院ホームページにてご確認ください。

建築に伴うお知らせ

新病院建築に伴い、仮囲いを設置致しました。つきましては、駐車場の間を抜ける道が通行できなくなりましたので、院内へは正面入り口の歩道よりお入り下さいますようお願い致します。

