



菊池内科ホームページ

<http://www.kikuchi-clinic.com/>

携帯(Docomo・au・Vodafone)も共通

QRコードの読める携帯電話  
なら、このコードから携帯用サ  
イトに接続できます。

## ご協力下さい

夕診で午後6時以降は、注射・点滴・採血・心  
電図などの処置・検査が困難なことがあります。

来院前には、必ず確認の電話をして頂きますよ  
う、お願いいたします。

けいどうみゃく

**頸動脈エコー検査**を開始しました。

ご希望の方は、予約をお願いいたします。

## 安全について

JR福知山線で、犠牲者が100人を超える大惨事が起こりました。心からお悔やみ申し上げます。原因の究明はこれからですが、報道で明らかになってきたように、JR西日本の安全体制が問題になっています。

JRに限らず、列車の乗務員は、運転士1人と車掌1人の体制がほとんどでしょう。新幹線や特急でも、車掌が数人になる程度でしょう。

安全が最も大事なことは言うまでもありませんが、その上に秒単位で管理されている乗務員の方のストレスは大変なことでしょう。

(日本では1分で「遅れ」ですが、イギリスでは10分、イタリアでは15分だそうです。)

私の田舎の、1両編成のワンマンカー (写真右)  
ならともかく、6両とか10両編成の列車で数百人  
を運ぶのに2人の乗務員で十分なのでしょうか。合  
理化の名の下に、安全が軽視されているとは考えず  
ぎでしょうか。



私たちの仕事も同様です。不景気で、患者さんの負担が増え、医療費も削減され、周辺に同業者が増え、大変です。そこで、できるだけ(安全面で)手抜きをして、従業員も減らして、ということになると、患者さんの健康を守るという本来の目的と相反することになってしまいます。

JRの事故も「国鉄の民営化」のしわ寄せだという人があります。医療界でも、同様の理由で、営利を追求する株式会社が医療機関の経営に参入するのに反対する人もあります。

でも、JRでなくて、JNR(日本国有鉄道)だったら、このような事故は起こらなかったのでしょうか? 株式会社でない医療機関なら、問題は起こらないのでしょうか?

抽象的ですが、最後には「モラル」が問題になると思います。

当院でも、本質を見失わないように、診療を行っていきたいと思っております。

診察は予約優先制です。予約の患者さんがほとんどですので、予約なしの場合は待ち時間が長くなります。ご了承下さい。

### 歩いてきました



4月9日、昨秋に続いて、法隆寺を訪ねました。

JR大和路線・法隆寺駅から北へ徒歩約20分。境内一周して約9000歩。

（写真左） <sup>ゆめどの</sup>法隆寺・夢殿

ちょうど、しだれ桜が満開でした。さだまさしも唄っています。

「夢しだれ」

（アルバム：あの頃について）

いにしえ

♪ 古の夢殿に ひとめぐりめぐり会えば  
ふり仰ぐ満開の桜 誰が名付けたのか夢しだれ♪

### 八尾の古墳

しおんじやま

心合寺山古墳（八尾市大竹4，5丁目）（写真下）

全長160メートルの前方後円墳。

5世紀初め（約1600年前）に作られた、豪族の墓です。手前が「前方」部、奥が「後円」部です。

隣接して「しおんじやま古墳学習館」あり

（4月25日にオープンしたばかりです）

近鉄・服部川駅から北へ徒歩約20分。

帰りは、瓢箪山駅まで歩いて、計8000歩。



## 生活習慣病の話（17） 高脂血症（3）

けいどうみゃく

先月号で予告しましたが、**頸動脈エコー検査**を開始しました。

まず、エコーの器械が新しくなりました（写真左上）。



東芝の「<sup>ネ ミ オ</sup>Nemio」という機種です。腹部のエコーに加えて、血管のエコー検査も簡単にできるようになりました。

血管（動脈）は、内膜・中膜・外膜の3層構造です。下の写真は、総頸動脈の断面（縦切り）です。



黒い部分が、血管の内腔を表します。

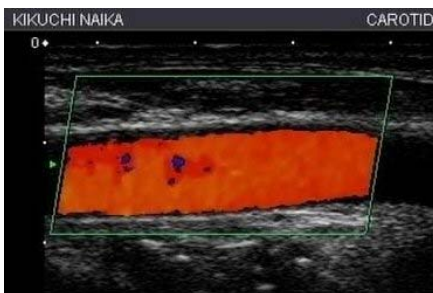
内膜（白）  
中膜（黒）  
外膜（白）



内膜と中膜の厚みの合計（内中膜複合体厚：IMT）が、動脈硬化の程度の目安になりますので、これを測定します。

正常なら、1mm以下。**1. 1mm以上が異常所見**となります。

左中の写真で（白い矢印の先に）白いものが血管内に飛び出しているのが、おわかりになるでしょうか。これは、石灰化といって動脈硬化の一種です。



左の写真は、**カラードプラー**という検査で、血液の流れが色（血流の向きによって、赤と青）でわかる検査です。血管が動脈硬化で狭くなると、それがよくわかります。

**動脈硬化性疾患の早期発見のために**お勧めします。

高血圧症、高脂血症、糖尿病など、いわゆる成人病の方は、保険がききます。

検査の点数は、350点（1割負担の方は、350円。3割負担の方で、1050円です。）

腹部エコー検査と同時におこなう場合は、腹部の点数（550点）のみで行います。

なお、血管の狭窄などが発見され、パルスドプラーという検査を併用した場合は、200点加算されます。検査には10～15分かかりますので、**できるだけ予約をお願いいたします。**

## 糖尿病で、インスリン療法を行っている患者さんへお知らせ

### インスリン注射の注入針がかわります。

針を刺すときの痛みが少なくなるように、先細りになりました。今までの針を特に希望されない限り、変更させていただきます。

### 新しい自己血糖測定器を用意しました。

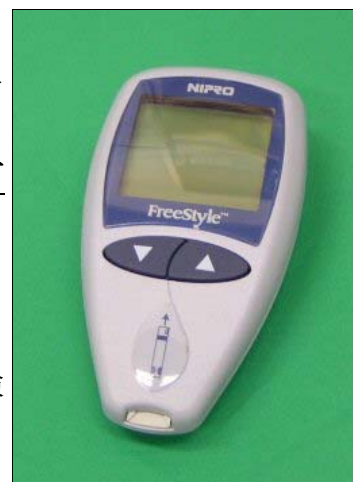
商品名は、「ニプロ フリースタイル」です。

今までの器械との大きな違いは、測定に必要な血液の量が少なくて済みます。したがって、今までは、指先からの採血が必要でしたが、痛みの少ない腕などからの採血で十分検査ができます。

ご希望の患者さんには、無料で交換させていただきますのでお申し出下さい。（当院からお貸しする形になります）

操作方法は簡単で、他の機種から変更されても、問題ないと思います。

（自己血糖測定は、インスリン療法を受けている患者さんのみ、保険適用されています。）



**40才以上の八尾市民の方は、健診（採血・検尿・心電図）が年1回無料で受けられます。**

**大腸がん検診（便潜血2回法）・肝炎ウイルス健診も行っています。**

何度もご紹介していますが、この健診の血液検査は、最低限の検査項目しかありません。

血糖値の検査はありますが、HbA1c（グリコヘモグロビン）が含まれていませんので、糖尿病が発見されない可能性もあります。

「ガンでも何でも見つかるだろう」という期待も禁物です。貧血があれば、出血をきたすような病気（胃癌、大腸癌など）が疑われますが、初期ではそれも期待できません。（便潜血検査は、ある程度進行したガンでも8割程度の陽性率です）

当院で可能な検査（気になる症状があれば、健康保険で検査可能です。）

- ・胸部X線写真：肺がん・心肥大・慢性呼吸器疾患など
- ・HbA1c（グリコヘモグロビン）：糖尿病
- ・腫瘍マーカー：がん（臓器別に多数の検査項目があります。なお、これだけでがんの診断ができるわけではありません。超音波検査や内視鏡検査との併用をお勧めします。）
- ・超音波検査（腹部）：肝臓・胆のう・腎臓・膵臓・前立腺・腹部大動脈など
- ・超音波検査（頸部）：頸動脈（動脈硬化の判定）・甲状腺
- ・上部消化管内視鏡検査（胃カメラ）
- ・下部消化管内視鏡検査（大腸ファイバー）

「**きょうの健康**」NHK教育テレビ(12チャンネル)

(月)～(木) 午後8:30～8:45 (金) 午後8:00～8:45

(再放送) 翌週 午後1:05～1:20

テキストがあります。NHK健康ホームページ：<http://www.nhk.or.jp/kenko/>

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
脚の静脈りゅう 対処の決め手		顔の痛み・けいれんの治療		きょうの健康Q&A(生放送)
こぶができる原因	治療法の選び方	三叉神経痛	顔面けいれん	
9	10	11	12	
スッキリ眠れていますか?				
寝不足は万病の元	ストレスによる寝不足	高齢者に多い不眠	薬の正しい使い方	
16	17	18	19	
狭心症・心筋こうそく 進む治療				
ここまで見える画像診断	新しいカテーテル治療	血圧を下げる薬	心臓リハビリテーション	
23	24	25	26	
肺がん 検査と治療の最前線			病を越えて	
高まる早期発見率	負担の少ない手術	抗がん剤の効果	狭心症・真実から逃げない人生 (フランソワーズ・モリヤン)	
30	31			
中高年で悪化 ポリオの後遺症	最近の話題から (テーマは未定)			

日本医師会 (<http://www.med.or.jp/>) 提供の健康番組

「**からだ元気科**」

毎週金曜日 11:00～11:25 読売テレビ(10チャンネル)

5月 6日	薬の常識・非常識	6月 3日	がんの最新放射線療法
13日	シミ・ソバカスと紫外線	10日	がんの最新外科治療
20日	かかりつけ医相談室(愛知県編)	17日	かかりつけ医相談室(静岡県編)
27日	片頭痛とのつきあい方	24日	がんの最新化学療法

当院では、お支払いに、デビットカード(郵便局や銀行のキャッシュカード)・クレジットカードをご利用頂けます。

## 検査の予約について

- ・内視鏡検査は、予約制です。（吐血・下血などの緊急性の高い場合を除く）

	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前8時半～	胃	胃	胃	胃	胃	胃	×
午後1時～	胃・大腸	×	胃・大腸	胃・大腸	胃・大腸	胃・大腸	×

（なお、当院の都合で、臨時で検査ができない日があります。）

胃と大腸の検査は、同じ日に行うことが可能です。

- ・超音波検査（腹部・頸部）は、随時行っていますが、診察の予約が混んでいる場合には、できない場合があります。検査時間がそれぞれ10～15分かかりますので、できる限り予約をお願いします（緊急手術や入院が必要な疾患が疑われる場合を除く）。

- ・胸部X線写真や心電図検査は、随時可能ですが、準備の都合がありますので、ご希望の場合は、予約時または受付時にお申し込み下さい。



先月から、情報誌「ぱどタウンマガジン」（大阪東版、月刊）を置いております。もちろん無料です。ご自由にお持ち帰り下さい。

八尾・東大阪のお得な情報が満載です。

ぱどタウン 大阪東わいわいタウンのホームページはこちら、

<http://osaka-e.padotown.net/>

特典多数の「ぱど倶楽部」のホームページはこちら、

<http://www.padoclub.net/index.html>

（院長も会員になっています）

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前9～12	○	○	○	○	○	○	×
午後4～7	○	○	×	○	○	×	×

〒581-0003 八尾市本町 7-11-18

八尾メディカルアベニュー 2F

TEL 0729-90-5820

FAX 0729-90-5830

**診察・検査の予約は、診療時間内にお願いいたします。**

毎月初回の受診時には、必ず「保険証」や「医療証」をご持参下さい。