



内科・消化器内科
 総合内科専門医・消化器病専門医
 消化器内視鏡専門医・ピロリ菌感染症認定医

完全予約制です 072-990-5820
 お電話は診察開始30分前から診察終了時刻まで
 お願いします。

- ・毎月初回の受診時には「保険証」「医療証」等をご持参ください。
- ・お薬手帳・健診結果・紹介状等をお持ちになった場合は、先に受付へお出しください。

「主治医が60歳以上だと死亡率が急上昇する」という週刊誌(週刊ポスト6月9日号)の広告を見て、つい買って読んでしまいました。

見出しには「日本の医師の4人に1人」とご丁寧に書き添えてありますが、この「衝撃データ」は、実際は「内科系の疾患で、米国の病院に入院した65歳以上の患者の主治医について、入院してから30日以内に死亡する率が、40歳以下の主治医だと10.8%、60歳以上だと12.1%ということです。1.3%の違いが急上昇かどうかわかりませんが、ベテラン(高齢)医師ほど、時代遅れで勉強不足とのことです。

臨床医になるためには、医学部を卒業して医師国家試験に合格した後、臨床研修病院で2年間の研修を受けることが必須になっています(私たちの時代は必須ではありませんでした)。八尾市内では、八尾徳洲会総合病院と八尾市立病院が臨床研修病院です。

昨年、八尾徳洲会総合病院の臨床研修管理委員をさせて頂いております。私は外部の人間なので、たいした仕事はしませんが、研修医も研修を担当する医師もたいへん頑張っています。

私が研修を受けたのは、もう33年も前で、その頃は今のようないろんなシステムはありませんでした。医学はどんどん進歩していて、勉強すべきことは何倍にも増えています。私たちの頃は、MRIもありませんでした。C型肝炎の治療が、飲み薬だけでできるようになるとは夢にも思っていませんでした。ピロリ菌の治療で胃癌が減るとも思いませんでした。

確かに、高齢の医師で勉強不足の方がいるのも事実ではありますが、単に年齢だけで判断するのではなく、患者さんの見る目も必要とされています。インターネットの噂・広告や週刊誌などに踊らされないようにしましょう。

#7119 (または、06-6582-7119)
救急安心センターおおさか

年中無休24時間対応の救急医療相談窓口です。
 看護師・医師などが相談に応じます。ただし一刻を争う場合は最初から119番へ電話を。

クレジットカード・デビットカード(キャッシュカード)・JCBプレモカードをご利用頂けます。
 JCB、VISAなどのクレジットカード会社が発行するギフトカードもご利用頂けます。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝	
午前8時半～	胃カメラ・エコー							
午前9～12	診察	検査		診察			×	
12時～	胃カメラ・エコー ・大腸ファイバー							
午後5～7	診察	×		診察	×			

休診予定のお知らせ

8/10(木) 9/2(土) は休診させていただきます。

ご迷惑をおかけしますが、ご了承下さい。

随時変更する場合がありますので、最新情報はメルマガ、ホームページ等でご確認ください。

ホームページ <http://www.kikuchi-clinic.com/>

メールマガジン「きくメール」の登録はこちらです <http://archives.mag2.com/0000239603/>

フェイスブック <https://www.facebook.com/kikuchinaika>

生活習慣病(18) 糖尿病(10)

注射薬による治療の話です。糖尿病の注射薬と言えば、インスリンを思い浮かべますが、まずインスリンではない注射薬の話をしてします。

えっ?! そんな注射薬は、聞いたことがない? 確かにあまり知られていないと思いますが、**GLP-1**という種類の注射薬です。内服薬のDPP-4阻害薬と似た作用の薬です。

インスリンではありませんので、インスリンが出ない1型糖尿病や、2型糖尿病でも膵臓の働きが弱ってインスリンがあまり出ていない状態では使えません。つまり、あまり糖尿病の状態がわるくならないうちに使う必要があります。

通常、1日1回注射をしますが、新しいものでは、**週1回の注射**で済むものがあります。もちろん、内服薬も併用することになりますが、インスリン治療に踏み切れないときに、試してみる価値があるかもしれません。

(右) 週1回投与の、GLP-1製剤「トルリシティ」左端のキャップをはずしてから、右端の緑色の注入ボタンを押して注射します。**注射針は中にセットしており、針や注射液を取り付けたり外したりする必要もなく、非常に簡便な操作**で自己注射ができます。



インスリン注射というと、この世の終わりのように思っている方も多いと思います。糖尿病が徐々にわるくなっていく場合、内服薬の種類や量を徐々に増やしていき、HbA1cが10% (合併症予防のための目標は7%未満です) を超えたら、インスリン療法をせざるを得ないでしょう。

ただ、10%になってからインスリン療法を行うのは遅すぎる! と専門の先生からは叱られると思います。早めに適切な治療をすることによって、うまく行けば、薬を減らせたり、止めることができる場合があります。

糖尿病網膜症や糖尿病性腎症などの合併症があれば、その悪化を防ぐために、インスリン療法が必要になることが多いです。治療のタイミングが遅れると、合併症の悪化を招きます。

また、急激に糖尿病を発病した場合には、最初からインスリン療法を行う場合があります。

インスリンの注射液には、速効性、持続性、それらを混合したものがあります。

注射液の使い方は、持続性を1日1回、混合型を1日2回、速効性を1日3回、速効性3回と持続性1回の1日4回などがあります。

内服薬の併用は大部分の方に必要です。

注射液は注入器にセットして針(右上)をつけて使用します。

昔は、1回ずつインスリンの瓶から吸い出して注射していましたが、現在は、ペン型のインスリン注入器に注射液のカートリッジをセットして使います。

自分で注射なんかとてもできない! と皆さん最初は言いますが、すぐに慣れます。後期高齢者の方でも、自己注射している方はおられます。

(右中) 注射液のカートリッジと注入器。液が空になれば、入れ替えます。



(右下) カートリッジがすでにセットしてある注入器で、カートリッジの交換はできず、使い捨てです。



特定健診を行っています(予約制)

予約の上、受診券と健康保険証を必ずお持ちください。定期の診察と一緒に受けることも可能ですし、その次の診察の時に結果を聞いて頂くのでも構いません。(ただし、年度末を除く)
受診料は、八尾市国保の方は無料ですが、保険組合によって異なりますので、受診券でご確認ください。

採血は、基本的に絶食(10時間以上)でお受け下さい。
食後の採血では、よくない結果が出る場合があります。(特に血糖値と中性脂肪)

特定健診と同時に、当院で可能な検査(胸部X線写真、超音波検査、内視鏡検査、骨密度測定など)もできますので、ご相談ください。(心電図は特定健診に含まれています)

大腸がん検診(便潜血検査2回法)をお受けください

40歳以上の八尾市民は無料です。自覚症状が何もなくとも、ぜひ毎年お受け下さい。

便を2回分提出して頂き、1回でも血液が混じっていれば陽性です。陽性の場合、精密検査の手段は、大腸内視鏡検査(大腸ファイバー)です。

陽性の方に、必ず病気が見つかるわけではありませんが、小さなポリープは結構見つかります。まれに、なぜ症状がなかったのかと驚くような大きな癌が見つかる場合もあります。

大腸癌の家族歴(2親等以内:親・子・きょうだい・祖父母・孫)がある方は要注意です。

便通がおかしくなった(下痢が続く、便秘が続く、下痢と便秘を繰り返す)、血液が混じった等の場合は、特に要注意です。検診を飛ばして、大腸内視鏡検査をお勧めします。

当院では、大腸ポリープの内視鏡的切除を行っています

大腸がん検診(便潜血検査)を受ける方が少しずつ増えていて、結果が陽性で精密検査が必要になる方も増えてきています。精密検査として大腸ファイバーを行うと、ポリープなどが結構見つかります。

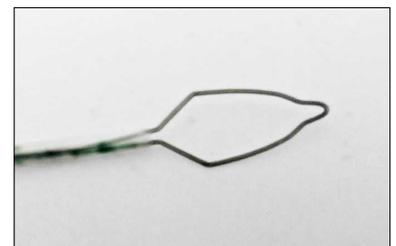
一時は、5mm以下のポリープは、経過観察でよいと言われていましたが、最近では可能な限り切除した方がいいとされています。

3mm以下(病院によっては5mm)のポリープは、鉗子(かんし)という器具(右上)で生検をします。(ちぎり取ります)。

それより大きいポリープは、スネアという器具(右下)を使って**ポリペクトミー(内視鏡的切除術)**を行います。

ポリペクトミーは、以前はすべて高周波電流で焼いて切除していましたが、最近では**10mm以下のものは、焼かない方が、後で出血が起こる危険が少ない**とされています。この熱を加えない切除方法を、コールドポリペクトミーといい、当院でも行っています。

焼いて切除する方法でも、ポリープが2cmを超えるものや、癌の可能性の高いものは、E S D(内視鏡的粘膜下層剥離術)というやり方で切除します。これは、当院ではできなくて、病院を紹介することになります。食道や胃の癌でも、早期なら、同様にE S Dで治療することができます。とにかく早期発見が大切です。



ヘルペス(带状疱疹)の予防接種を行っています(予約制)

たいじょうほうしん

先月号でご紹介した通り、ヘルペス(带状疱疹)の予防のためのワクチン接種を行っています。

対象は50歳以上の方です。国や市の助成を受けられる定期接種ではありませんので、接種料金は自費で下表の通りです。

1回の接種で、5~10年間効果が期待できます。

慢性疾患でかかりつけの患者さん	7000円
慢性疾患以外でかかりつけの患者さん	7500円
上記以外の方	8000円

肺炎球菌ワクチンの接種を行っています(予約制)

高齢者の肺炎の原因となる「肺炎球菌」の予防接種です。すべての方にお勧めしていますが、特に、呼吸器疾患、循環器疾患、糖尿病の治療中の方には、つよくお勧めします。

対象者：AまたはBの方で、**初めて接種を受ける方(ハガキが来ても、2回目以降は対象外)**

A. 今年度中に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方

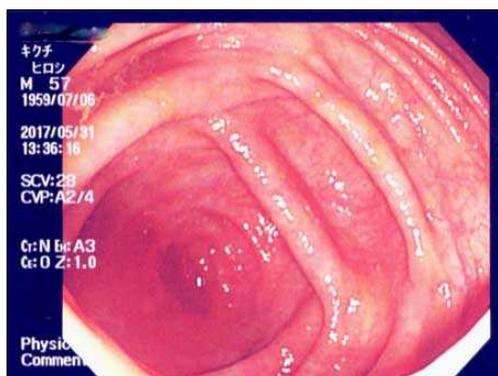
B. 60~64歳で身体障害者手帳(心臓・腎臓・呼吸器・HIVによる免疫不全で)1級の方

接種料金：**2000円** ※市民税非課税世帯の方、生活保護受給者は免除されますが、**接種前に保健センター(TEL 994-8480)での手続きが必要。**

助成対象者以外の接種料は右の通りです。

八尾市公害認定患者さん	無料
脾臓摘出後の方(胃がん術後など)	保険適用
慢性疾患でかかりつけの患者さん	6,500円
慢性疾患以外でかかりつけの患者さん	7,000円
上記以外の方	7,500円

今年も、胃カメラと大腸ファイバーを受けました



商売柄、胃癌や大腸癌で手遅れというのは、格好がつかまませんし、以前、大腸ポリープを切除したことがありますので、毎年胃カメラと大腸ファイバーを受けています。

今年も5/31(水)に休みを頂き、受けてきました。

結果は、胃(上)・大腸(下)とも異常なしでした。なお、ピロリ菌は抗体検査で陰性がわかっています。

さて、大腸ファイバーといえば、前処置として約2リットルの洗腸液を飲むことが必要でした。

今まで4種類の洗腸剤を試しましたが、今回「**ピコプレップ**」という新しい洗腸剤を試してみました。

今までのものは、検査当日の朝から2時間かけて飲むものでしたが、これは前夜と当日朝の2回に分けて飲みます。洗腸液は**1回分150ミリリットル**で、その後に水分(お茶、水など好きな物で可)を飲みます。

便の出方が少しわるいのではないかと心配しましたが、検査には支障ありませんでした。現在の洗腸液から切り替えるかどうか、検討します。

日本200名城めぐり(14)

5月の登城は4城で、通算46城となりました。

山形城 (山形市) (別名 ^{かじょう}霞城) 1350年代に築されましたが、山形藩初代藩主・最上義光が整備しました。

^{もがみよしあき}



10 山形城 (やまがたじょう)

登城日 17年5月3日

(右) 最上義光は伊達政宗の伯父。
(右下) 本丸一文字門 (復元)。この奥で、本丸御殿跡が発掘調査されています。
(左下) 二ノ丸東大手門。木造で復元され、内部も公開されています。
JRで仙台から約1時間半。山形駅から徒歩10分。



仙台城 (宮城県仙台市) (別名 青葉城)



8 仙台城 (せんだいじょう)

登城日 17年5月4日

ご存知、独眼竜・伊達政宗が築きました。今年(右) 正宗公の生誕450年です。
(右) 本丸の石垣は立派に残っていますが、本丸に建造物は残っていません。天守は、幕府に遠慮して最初から築かなかったそうです。
仙台城見聞館、青葉城資料展示館、仙台市博物館で豊富な資料を見ることができます。
(左下) 大手門脇櫓 (復元)
仙台駅からバスで20分。



この後、松島に行き、日本三景を制覇しました。(あと二つは天橋立と宮島)

(右下) 松島にある伊達家の菩提寺・瑞巖寺(国宝)。本殿、宝物殿を見学できます。



仙台駅から松島海岸駅まで40分、徒歩10分。



(5 ページから続く)

多賀城 (宮城県多賀城市) 奈良時代の724年に築城されました。(右)



石碑にそう書いてあるそうです。

城とは言っても近世の城郭とは異なり、形態じょうさくとしては城柵とされます。

当時の大和朝廷が治めていた北限がここだったそうで、多賀城政庁がありました。

(左下) 多賀城政庁の復元模型

(右下) 多賀城政庁跡



J R 東北本線・仙台駅から国府多賀城駅まで20分。駅から徒歩約30分。

駅に隣接して東北歴史博物館があり、ラスコー洞窟展を見ました。

篠山城 (兵庫県篠山市) ささやま



徳川家康の命で、1609年に築城されました。大坂城 (豊臣家) と西日本の諸大名を監視する役目の城でした。

(右上) 本丸の立派な石垣 (手前の一段高いところは天守台) が残っていますが、天守は最初から作られませんでした。

(右) (下) 二の丸御殿の大書院が木造で復元されています。



八尾から近畿自動車道→中国自動車道→舞鶴若狭自動車道で、約1時間半。

6月の登城予定

【100名城】 まだ、続100名城は始まっていません。

- ・熊本城 (熊本市)
- ・津山城 (岡山県津山市)

右の地図は5月末の進行状況です。

(まだ続100名城は含まれていません)

インスタグラムにて、写真を公開しています。

[hiroshi_kikuchi1](https://www.instagram.com/hiroshi_kikuchi1)

