



新任医師の紹介

君塚 孝雄 医師

平成9年3月 順天堂大学医学部卒業
医学博士、日本医学放射線学会専門医、肺がん CT 検診認定医師、放射線診断専門医
経歴：順天堂大学医学部附属順天堂医院放射線科
国際親善病院放射線科
順天堂大学医学部放射線医学講座 准教授
順天堂大学医学部放射線医学講座 非常勤講師（現職）



このたび当クリニックは、放射線科の君塚孝雄先生を画像診断統括部長として迎えました。
今後画像診断におけるさらなる精度の向上および信頼性を充実させ、医師、職員一同、皆様により安心して受診していただける環境作りを目指します。

効果的な健康講座への取り組み ～参加者増加を目指して～

当クリニックでは、健康寿命延伸を目指し、より多くの人に健康に関する情報発信をすることが重要だと考え、2011年から午前の人間ドック受診者のうち希望者を対象に、「健康講座」を開始しました。
講座は、人間ドックの検査・結果説明終了後の午後に開催しており、評判が良く成果も充分得られていましたが、キャンセル率が高く参加者割合が伸び悩んでいました。その為、健診の合間に開始時間を変更し、待ち時間を有効活用していただくことにより、参加者割合がどのように変化するかを調査しました。

対象は、午後から開始していた2016年11月1日から2018年1月27日までの午前人間ドックを受診した40,301名と10時45分に時間を変更してからの2018年1月29日から2019年4月15日までの40,342名とし、参加希望者人数、及び参加者割合とキャンセル率を比較しました。

変更前は参加希望者が1,181名、変更後は4,046名となり約3.4倍増加しました。実際に参加した人数は1日平均2.3名から11.4名と増加し、参加者割合が平均2.0%から9.8%となりました。一方、キャンセル率は、平均33.4%から2.4%へ減少しました。

更に、開始時間変更に伴う満足度調査のアンケートを実施し、開始時間が適切かどうかや講座全体に対する満足度を調べました。対象は、2019年1月21日から5月11日までに健康講座を受講した1,023名です。

変更後の開始時間は97%の方が適切と回答しました。満足度については、52%の方がとても満足、47%の方が満足となり、99%の方が満足したという結果でした。

変更前はキャンセル率が高く、参加者割合が伸び悩んでいましたが、変更後はキャンセル率が大幅に減少し、参加者割合も増加しました。また、健診の合間という開始時間に対する満足度も高かったことから、開始時間の変更は参加者人数増加の上で大いに有効であり、受診者にとっては講座に参加しやすくなったと考えられます。更に講座全体の満足度が高い結果となり、より多くの受診者に健康情報を発信するという意味でとても有効であったと考えられました。今後も健康講座を通して、より多くの受診者の健康寿命延伸に貢献していきたいと思っております。ご興味のある方は、お気軽にご参加ください。

健康相談室 南八重 久美



肺の生活習慣病 COPD（慢性閉塞性肺疾患）

有害物質を長期にわたって吸入すると、細い気管支に炎症を起し（細気管支炎）、咳や痰が多くなります。その結果、気管支の内側が狭くなり、空気の流れが悪くなります。さらに肺胞にまで及んで炎症を起すと、肺胞の壁が破壊され、古くなったゴム風船のように弾力がなくなり（肺気腫）、空気をうまく吐き出せなくなります。この病気をCOPD（慢性閉塞性肺疾患）と言います。日本ではCOPDの原因となる有害物質の90%以上がタバコの煙です。すなわち、COPDは喫煙習慣による肺の生活習慣病と言えます。

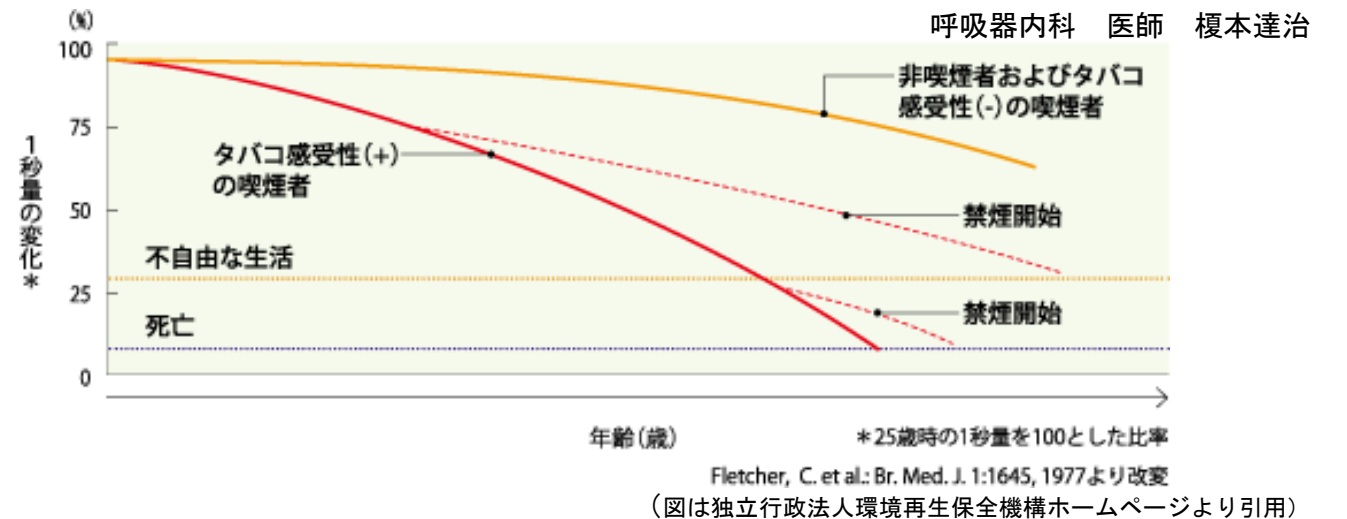
日本には40歳以上の8.6%、約530万人以上のCOPD患者さんがいると推測されていますが、治療に取り組んでいるのは、そのうちの約1割とされています。当クリニックでも2016年に人間ドックを受けられた喫煙者のうち3.8%に未治療COPDの疑いありと判定しました。

COPDを放置していると坂道などで息切れを感じるといった軽い症状から、徐々に咳や痰が長く続く、風邪を引く機会が多くなる、そして更には酸素吸入が必要になります。また、COPDの人はそうでない人に比べて、約10倍肺がんになりやすいとされています。

呼吸機能は加齢とともに低下しますが、喫煙を続けると呼吸機能の悪化が加速してしまいます。禁煙がCOPD治療の基本となります。禁煙をすると呼吸機能の低下率はその時点からタバコを吸わない方と同等になるとされています。COPDの薬物療法の中心は気管支拡張薬です。効果や副作用の面から吸入薬が推奨されています。低酸素血症が進行してしまった場合には在宅酸素療法が必要になります。



2020年4月から改正健康増進法が施行されます。それに伴い「多くの施設において屋内が原則禁煙に」、「20歳未満の方は喫煙エリアへ立入禁止に」、「屋内での喫煙には喫煙室の設置が必要に」、「喫煙室には標識掲示が義務付けに」改正されます。すなわち、望まない受動喫煙を防止するための取り組みも、マナーからルールへと変わります。喫煙者の方が禁煙されるよいタイミングです。当クリニックでは禁煙外来を開設し、禁煙される方のお手伝いをしています。どうぞご利用下さい。



健康相談室だよりは当クリニックホームページにも掲載しております。バックナンバーもご覧いただけます。



\*\*ご意見・ご要望等ございましたら、遠慮なくご連絡ください\*\*

ホームページ URL : http://www.omiyacityclinic.com/article-letters/

ご意見・ご感想 : sodan@omiyacityclinic.com

医療法人 大宮シティクリニック 健康相談室