

第5回 シルバー倶楽部 健康講座開催

去る2月28日(水)、3月5日(月)、6日(火)の3日間において、シルバー倶楽部会員様限定の健康講座をランチオンセミナーとして開催いたしました。5回目となる今回は、NKメディコ株式会社 木原舞弓様を講師に招き、3日間で約230名の会員様に「LOXインデックス 脳梗塞・心筋梗塞リスク検査」と題し、LOXインデックスの検査概要、脳梗塞や心筋梗塞の予防のための生活習慣などを解説していただきました。

※LOXインデックスとは…動脈硬化の進行から将来の脳梗塞、心筋梗塞の発症までを予測できる新しい血液検査です。

当クリニックでも人間ドックのオプション検査として導入しております。

第34回 講演会開催

『リキッドバイオプシーの世界動向とがん早期診断(血液1滴でがんを診断)』

国立がん研究センター研究所 分子細胞治療研究分野 主任分野長 落谷孝広先生

去る1月24日(水)、恒例のクリニック主催記念講演会を開催いたしました。演題は上記のとおりです。現在のがん早期発見に係る最先端研究の衝撃の内容でした。

遺伝子をご存知のように私たちの身体の情報の手です。1953年ワトソン、クリック博士らにより遺伝の主体がDNAということ、またその構造が明らかとなり、今日多くの研究がなされています。

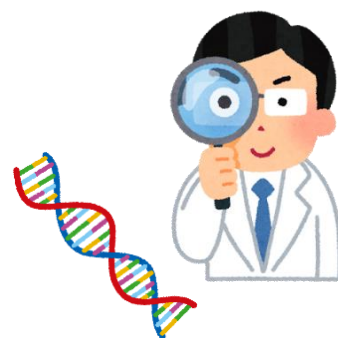
人体は多くの臓器で構成され、小さな細胞で成り立っています。その細胞一つ一つに情報として存在するのが遺伝子(DNA)です。細胞には夫々寿命があり再生を繰り返しています。その再生のための必要な情報DNAを複製処理するのがRNAです。従ってDNAは安定し、RNAは不安定で変化の大きな物質です。沢山あるRNAの中の微小なRNAがマイクロRNA(miRNA)です。近年その働きが解明され、人体の基本的生命現象の調節に関わる物質であることが解りました。

がんという病気は自己の細胞の異常遺伝子より引き起こされるのはご承知でしょう。miRNAががん化に大きく関わりその量の異常はがんの発生を示唆するであろうということはなんとなく理解できると思います。そのmiRNAとがんやそのほかの病気の関連を落谷先生は国立がん研究センターで研究され大きな成果をあげられています。その具体的な臨床応用の1つとしてがんの早期発見です。体液の1滴からmiRNAの量を計測しその異常量でほぼ確実にがんの発生を当てられるのです。miRNAがリキッドバイオプシーといわれる所以です。

対象とするがんは胃がん、食道がん、肺がん、肝臓がん、胆道がん、すい臓がん、大腸がん、卵巣がん、前立腺がん、膀胱がん、乳がん、肉腫、神経膠腫と13種類を目標として、血液から採取したmiRNAを測定し早期に発見することが可能と報告されていました。がんの有無を判定するのに95%以上の精度とも説明されていました。いくつかは数年後には臨床の場でも使えるようにとすでに行政の認可を得る申請中です。

健診の現場にこの技術が導入でき受診者の時間的な拘束、身体的苦痛が減らせれば皆様の大きな利益となるのは確実です。早く導入できるようにと期待がふくらみます。私たち大宮シティクリニックは先生のこの業績に大きな期待を寄せていますし、かつ早期の導入が出来るように努力研鑽していく所存です。

健康相談室 医師 中川 一美



第58回日本人間ドック学会学術大会 当クリニック一般演題

去る8月24日(木)、25日(金)の2日間、第58回日本人間ドック学会学術大会を大宮ソニックシティ、パレスホテル大宮にて開催いたしました。今回も、当クリニックから発表した演題の一つをご紹介します。

『大宮シティクリニック禁煙外来の現況』 看護部 西館 美音子

禁煙外来は2006年から保険適用となり、当クリニックでは2009年10月から開始しています。禁煙補助薬としてバレニクリンもしくはニコチンパッチを使用し、「禁煙治療のための標準手順書」に準じて12週間(計5回)の診療を行っています。来院時に看護師との面接を行い、その後医師との診療を行っています。

次に禁煙道場は当クリニック独自の健康講座であり、2014年4月から開始しています。人間ドック受診者のうちの希望者のみに禁煙外来の情報や禁煙開始時の注意点、たばこの健康被害について伝えています。

今回、禁煙外来の治療成績とそれに関連する要因を、また禁煙道場の意義についてご説明します。

<禁煙外来>

調査対象は2009年10月1日~2017年3月31日の期間での禁煙外来患者267人です。男女の内訳は男性191人、女性76人、また平均年齢は43.1歳でした。9ヶ月後の禁煙状況を確認したところ、確認できた患者(111人)のうち66%が禁煙を継続できていました。

禁煙を継続できる人を調べていくと、5回の禁煙外来を全て受診できた人は禁煙継続率が良好でした。次に禁煙外来の受診回数で離脱傾向を調べていくと、年齢が高いほど離脱せず、若くなるにつれ離脱に注意が必要でした。

また年齢による禁煙継続率の違いをみていくと、年齢別9ヶ月後の状況として、年齢が高いほど禁煙が継続し、若くなるにつれ継続できていない状況でした。

これらのことから年齢の若い人は禁煙継続率が低く、外来受診回数での禁煙継続率に変わりはないことがわかりました。

<禁煙道場>

調査対象は2014、2015年度の禁煙道場参加者147人です。そのうち自力禁煙者は22人、禁煙外来へ繋がった受診者は10人で、そのうちの8人が禁煙に成功しました。自力禁煙は難しいですが、治療継続への動機に繋がるのではないかと考えました。

<結論>

当クリニックの禁煙外来では患者の66%が禁煙を継続し、特に治療を完遂できた患者の83%が禁煙を継続しており、治療終了まで油断せず、次の受診に来るように促すことが大切だと分かりました。また、禁煙継続には年齢と受診回数に関係しており、年齢が高いほど禁煙継続率が良好でした。

禁煙道場の意義については、その場を有効に活用して禁煙へのモチベーションを誘導していくことが大切と考えました。

長年たばこを吸っていても禁煙するのに遅すぎることはありません。健診や外来で来院され気になりましたら、ぜひスタッフにお声がけください。



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.c](mailto:sodan@omiyacityclinic.c)

医療法人 大宮シティクリニック 健康相談

