

# 札幌南一条病院 電車通り通信



冬号

2022.1 vol.32

FREE

人間ドックの必要性について

部署紹介～生理検査室～

ドクターオススメの一冊

腎臓専門外来について

連携医療機関のご紹介

腎臓病向けレシピ

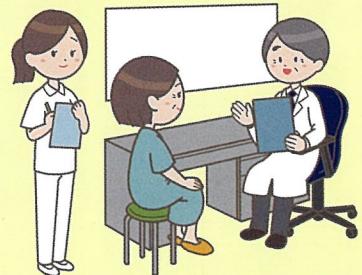
南一条INFORMATION



社会医療法人北海道恵愛会 札幌南一条病院

皆さんの「人間ドック」に対するイメージはどんなものでしょうか?もともとは、古くから船の点検や修理の必要性を判断する設備をドックと呼びます。つまり、身体の点検や修理(治療)の必要性を判断するわけです。企業などで受診が義務付けられている「健診」は、車の法定点検(車検)に相当します。

「健診」では、現在生活や仕事をするのに支障がないかを最低限の検査で判断することになります。「人間ドック」は車の持ち主が指定した部位の点検に相当します。つまり、受診者が身銭をきって自分の意思で健診より細かく体の点検をするわけです。報告内容を受診者が解釈して自由意思でその後の行動を決めます。ここが、企業健診と大きく異なる点です。また、人間ドックでしか分からない病気があります。その代表は癌です。それでは、今回は癌の発見につながる以下の3つを中心についていきましょう。



## 01

## 腫瘍マーカー



腫瘍マーカーは、癌細胞自体が多く産生したり、周囲の組織が壊死あるいは崩壊して血液中に漏れ出す場合に上昇します(癌があっても腫瘍マーカーが上昇しないケースもあります)。また、良性疾患でも軽度～中等度上昇することがあって、異常値をみた場合、その意義については他の情報と併せ医師が総合的に判断しなければなりません。当院で報告が可能なマーカーを紹介します。

 AFP

肝細胞癌、肝芽腫や胚細胞性腫瘍などの70-90%で異常値となります。ただし、慢性肝炎や肝硬変でも軽度上昇がすることがあります。

 CEA

大腸癌、肺癌、肺癌、甲状腺癌などの30-70%で異常値となります。ただし、大腸炎、肺炎、肺炎でも上昇する場合があります。また、長期間の喫煙者、高齢者で軽度上昇することがあります。

 CA19-9

主に膵癌や胆管癌などで異常値となります。膵炎、胆管炎や卵巣囊腫、子宮筋腫などでも軽度上昇することがあります。また、先天性に高い方もいますし、10-20台の女性や妊娠中期以降の妊婦でも軽度上昇することがあります。

 CA125

卵巣癌や卵巣囊胞腺腫で異常値となります。ただし、子宮内膜症・子宮筋腫でも上昇する場合があります。また、健常女性でも月経時に上昇する場合があります。また、妊娠初期に約半数の妊婦で上昇します。

 シフラー

非小細胞肺癌の約60%で異常値となります。ただし、咽頭炎、気管支炎や肺炎でも上昇することがあります。



## ProGRP

小細胞肺癌の約70%で異常値となります(比較的早期でも40%程度で上昇します)。また、甲状腺腫瘍や膵内分泌腫瘍で上昇することがあります。ただし、慢性腎不全の方の半数以上で異常値となり、間質性肺炎や胸膜炎などでも上昇することがあります。

## PSA

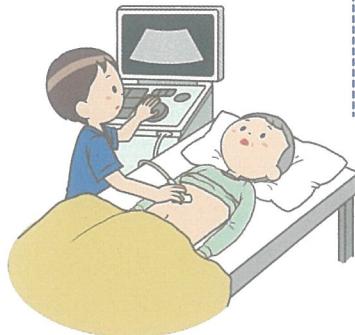
前立腺癌の約70%で異常値となります。ただし、前立腺肥大でも上昇しますので、異常値の意義は年齢に合わせ考える必要があります。

02

## エコー検査



当院で検査対象となっている臓器のなかで、主に癌の発見に役立つのは、肝臓、脾臓、胆嚢、腎臓の4臓器です。腫瘍マーカーが上昇しない癌も数多くありますので、その場合は画像診断が役立ちます。CT検査では画像毎にいくらか隙間ができてしまいます。よって、小さな腫瘍の場合、病変を連続して見られるエコー検査の方が診断能が高い場合があります。また、造影剤を使ったCTでないと分からぬ腫瘍もあります。この場合、特に肝臓癌や脾臓癌では単純CTに比べ、エコー検査のほうが腫瘍を捉えやすいでしょう。



03

## 内視鏡検査



いまでもなく、腫瘍を直接みられるため、観察可能な範囲での初期診断能は極めて高いと言えます。また、消化管は動いています。そのため、大きな腫瘍でない限り、CTやエコーでは病変を指摘するのはかなり困難と言えます。内視鏡検査は多少のストレスを伴いますが、放射線被ばくもありませんし、消化管癌の発見には極めて有用と言えます。当院では常勤医1名が週2回午前中、出張医1名が週1回の午前中内視鏡を行なっています。

他に、肺機能検査や眼底眼圧検査など種々の検査がありますが、それは別の機会に御紹介したいと思います。蛇足ですが、昔は会社の経営者や役員などが大金を払って受けるイメージがありましたら、現在当院では価格もかなりリーズナブルな料金で受けることができます。診察は当日の外来に出ている医師が通常診療と並行して行なっていますので、1日に実施できる数に限りがあります。企業健診などで混みあっている時期ですと、一定期間お待たせする場合もございますので御了承ください。ご不明な点は、病院までお問い合わせ下さい。

### 問い合わせ先

札幌南一条病院 地域医療連携室

☎ 011-271-6050

12	13	14
19	20	21
26	27	28

消化器内科  
主任医長

小林  
こばやし

大介  
だいすけ

### PROFILE

札幌医科大学医学部卒業。医学博士。室蘭日鋼記念病院、北海道循環器病院、ハーバード大学医学部VAメディカルセンター研究員、札幌医科大学附属病院などの勤務を経て、2015年9月より現職。日本内科学会認定医、日本消化器病学会専門医、日本癌学会、日本臨床検査医学会所属。



私たち、こんな  
仕事をしています

## 部署紹介

### 生理検査室



私達、生理検査室では、安静心電図、マスター負荷心電図、ホルター心電図、心臓・腹部等の超音波検査、肺機能検査など、7種類の検査を行っています。また、超音波ガイド下の穿刺にも携わります。最近、睡眠障害の存在が広く知られるようになりました。当院でも睡眠ポリグラフ検査を行うようになりました、電極などの装着も担当しています。



多岐に渡る検査を、3人の技師でこなす毎日ですので、とにかくミスや事故がないよう細心の注意を払って臨んでいます。私達の仕事は、患者さんを直接検査する仕事ですので、いろいろな患者さんと接します。楽しくもあり、大変もありますが、勉強にもなります。いろいろな患者さんと接することで、知識や技術の向上だけでなく、人間としても成長していかなければと思います。

## ドクター オススメの1冊

呼吸器内科 主任医長 原田 尚雄

### 三流のすすめ

安田 登 ミシマ社 1600円(税別)



一般的には(一流に比較して)三流は否定的な意味で使われることばですね。でも、三流という言葉にドキッとしたあなたにこそ読んでもらいたい。著者の切なる願いです。

三流とは何か。ありていに言うと”一つのことはずっと集中できず、いろいろな事に興味を抱いてしまう人”です。そのため、多能にして「ものにならず」、評価もされず、役にも立ちません。いわゆる”一流”は目的に向かって直線的な生き方をするのに対して、”三流”ぐるぐる回って螺旋的な生き方です(いろいろ考えながら妥協しながら)。ほら、やっぱり身もふたもない!とそう思っているあなた。でもちょっと考えてみてください。今回の新型コロナウイルス感染という未曾有な日本社会の状況下では直線的な思考を持つ一流人では直撃をうけるともろく、変化ができません。しかし、螺旋的な思考を持つ三流人は様々な面で最良の妥協点を持っており、小回りが効き、直撃をうまくかわして身軽に次のステップに移行できます。著者は三流の人物について、古典を引いて三つの特徴を挙げています(古典では国家を背負って立つ人材の人選に例えています)。①清節(道徳:自由裁量の部分が大きく、おおざっぱ)

②法(法律を作る:成文で人の行為を限定し、賞罰を一般化するが、融通性なし) ③術(策謀:目的達成のためには強者の論理である倫理は無視するが、道徳は外れず:現代で言えば外交が典型的な”術”です)。これらをそれぞれ一つずつ持つ者が一流、三つすべて持つ者が三流です。一流では国を背負う事は不可能です(法で国を治めようとした秦は短期間で滅びました)。三才(清節、法、術)は相互に矛盾や葛藤を抱えています。それらをうまく取り合させて(妥協させて)最良の解を見いだすことのできるのは、三才すべてを兼ね備えた人材、すなわち三流の人なのです。

現代の日本は右を向いても左を向いても一流志向が当たり前の社会です。しかし、一流を目指す社会は敗者を作るシステムが組み込まれた社会(大量の負け組の上にのみ成立する社会)もあります。そんな社会に生きづらさを感じるあなたこそ、三流の人なのかもしれません。現在の社会の状況(新型コロナウイルス感染)においてこそ、最良の妥協点を見いだす事ができる三流の人の活躍の場なのかもしれません。世界は常に変化していますが、一流で固められた社会にはその硬直性から種々の問題の噴出(格差、差別など)に対して、しなやかな対応ができません。そういう時こそ、昨今唱えられている即戦力とはまたがった人材(三流)の出番なのではないでしょうか。

追伸: ちなみに三流の人(飽きっぽいけれどもやれる)に必要な条件を挙げるとすれば①興味をもったことを実際の行動に移し、②周囲に助けてくれる友人をもち、③興味のあることに没入し、一体化できることです。これらがあれば、あなたは三流人の資格あります。

# 腎臓専門外来について

令和3年11月15日より、札幌医科大学 循環器・腎臓・代謝内分泌内科学講座の助教 山下智久先生が、当院にて腎臓専門外来を行っております。今回は、腎臓専門外来について、山下先生にお話を伺いました。

— 本日は宜しくお願ひ致します。さっそくですが、先生がご担当されている腎臓専門外来について、教えていただけますでしょうか。

**山下先生**：慢性腎臓病 (chronic kidney disease = CKD)は慢性に経過するすべての腎臓病を指します。日本ではCKDの患者が約1,330万人 (20歳以上の成人の8人に1人)いると考えられ、新たな国民病ともいわれています。CKDの原因は生活習慣病(糖尿病、高血圧など)や慢性腎炎为代表的で、誰もがかかる可能性のある病気です。CKDの初期には自覚症状はありませんが、進行するとむくみ(浮腫)、息切れ、貧血、倦怠感などの症状が現れます。これらの症状を自覚するころにはCKDはすでに進行しており元に戻ることはできません。つまり、体調の変化に気を付けているだけでは早期発見ができないことがこの病気の一番の特徴です。

— なるほど。では、どのような診察を行うのですか？  
**山下先生**：腎臓専門外来では採血に加えて尿検査を非常に大切にしています。「尿は腎組織の鏡」という言葉があり、たくさんの病気のサインを示してくれています。また、超音波検査やCTなど画像検査を組み合わせて腎臓病を早期に発見します。生

活習慣病が腎臓病の原因であると考えられる場合には糖尿病や高血圧などのコントロールを行い腎臓病の進行を遅らせます。また、腎臓そのものの病気が疑われる場合には大学病院と連携しながら腎生検(腎臓に針を刺して組織を確認する検査)などの特殊な検査や適切な薬物治療を行います。

— ありがとうございます。話は変わりまして…札幌南一条病院の印象はいかがでしょうか？

**山下先生**：2020年に改築が行われ、とてもきれいな病院だというのが第一印象です。またスタッフの皆様が明るく働いていらっしゃることが非常に印象に残りました。

— ありがとうございます！職員冥利に尽きます。最後に、患者さんへのメッセージをお願いいたします。

**山下先生**：健康診断で尿異常や糖代謝異常、高血圧などを指摘された場合には、自覚症状がなくてもできるだけ早期に受診をしてください。最新のエビデンスに基づいて適切な医療を提供していきます。

— 本日はお忙しい中、ありがとうございました！

**山下先生**：こちらこそ、ありがとうございました。

札幌医科大学  
循環器・腎臓・代謝内分泌内科学講座 助教

山下 智久  
やましたともひさ

## PROFILE

### 略歴

平成19年 札幌医科大学内科学第二講座  
平成23年 札幌医科大学大学院医学研究科博士課程修了  
平成24年 JR札幌病院循環器・腎臓内科  
平成28年 北海道立心身障害者総合相談所医務課医長（兼務）、札幌医科大学循環器・腎臓・代謝内分泌内科学講座助教  
平成30年 米国Wake Forest大学外科学Translational Hypertension部門Research Fellow  
令和1年 旭川赤十字病院腎臓内科  
令和3年 札幌医科大学 循環器・腎臓・代謝内分泌内科学講座助教

### 資格

医学博士／日本内科学会認定医・総合内科専門医・指導医／日本腎臓学会専門医・指導医  
日本循環器学会専門医／日本高血圧学会専門医／日本透析医学会専門医  
JMECCインストラクター



# 連携医療機関の ご紹介

当院は、今から13年前の平成20年5月に大通西10丁目に開院いたし、平成20年9月より南一条病院の人間ドックと健診で眼底検査を担当させていただいております。(昨年夏に移転し、現在地は北洋銀行となりの南1条西11丁目です)。眼底検査で多くみられる異常に「視神経乳頭陥凹の拡大」があります。今回この所見の意味をお話しいたいと思います。

「眼底」とは光を感じるところで、カメラのフィルムに相当します。「眼底」で光を感じると、「光を感じましたよ」という電気信号が起き、電線(axon)を通じて脳に送られます。一つの目で電線は120万本くらいあるので、目は120万画素のカメラと同じです。この120万本の電線が束になって集まっている部分が「視神経乳頭」です。ここを観察することにより、「もしかしたら電線が減っていないか」を調べることができます。もし電線の数が減っていれば、薄くなるのでくぼんだ視神経乳頭になります。そして一部の信号が脳に送られないことになるので「視野」が欠けてしまいます。この状態が「緑内障」というわけです。つまり、視神経乳頭を観察してくぼみが強く見える状態を「視神経乳頭陥凹の拡大」といって、「もしかすると緑内障かもしれない」となります。「視神経乳頭陥凹の拡大」と診断された方は眼底検査を行い、実際に緑内障を起こしていないか調べます。

「緑内障」はよくお聞きになる目の病気だと思います。多くの方は「緑内障は眼圧があがる病気」と勘違いされておられます。むしろ眼圧が正常な緑内障が、日本では7割を超えていきます。



医療法人社団一會

長内  
眼科

まり緑内障は眼圧が上がる病気ではなく、見える範囲(視野)が狭くなる病気です。欠けた視野は、残念ですが現在の医学でも元に戻りません。もし進行すれば、最終的に失明します。早く発見して進行を食い止めるしか治療法がない大変こわい病気です。この病気に、日本人の25人に1人罹患しているのです。つまり人間ドックでの眼底検査はとても重要といえます。

もし視野が欠けているのがみつかり緑内障と診断されれば、視野の悪化を進行させない治療(今より眼圧を下げる)が開始されます。眼圧が正常でも、さらに低くする必要があります。まずは毎日の点眼にて、眼圧を下げます。点眼を開始し数か月から半年単位くらいで視野検査を行い、さらに視野が悪化することがあれば点眼薬の種類を増やします。それでも視野が悪化する場合は、点眼では眼圧下降が不十分ということになるので、眼圧下降を目的とした手術を行います。ここで注意したいのが、手術の目的は点眼の代わりということです。つまり手術で緑内障が治る事はありません。

多くの病気と同じで、病気は早期発見早期治療が最も重要です。ドックでも早い段階で緑内障が発見され大事に至っていない方も多いいらっしゃいます。その意味ではまだ健診を受けられていない方は是非、南一条病院の健診をお受けになることをお勧めいたします。

〒060-0061 中央区南1条西11丁目1 コンチネンタルビル1階  
☎011-261-1010 <https://osanaiganka.ganriki.net/>

[通常診療] 8:00~11:00 / 14:00~17:30 (手術11:00~14:00)  
[午前診療] 8:00~11:00 ※土曜日は月1日8:00~11:00

## 長内 一先生

### PROFILE

#### 略歴

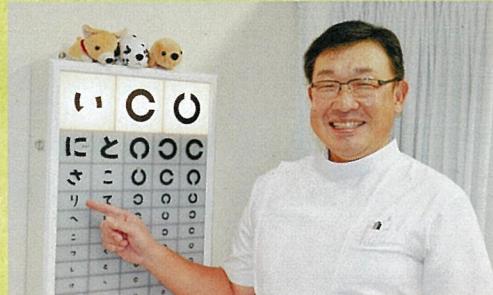
札幌南高校卒業  
国立山梨医科大学卒業(現山梨大学医学部)  
山梨医科大学第2外科(研修医)、札幌医科大学眼科(研修医)  
江別市立病院、旭川厚生病院、浦河赤十字病院、札幌医科大学  
斜視弱視専門外来勤務。  
平成20年 開業。

#### 学位

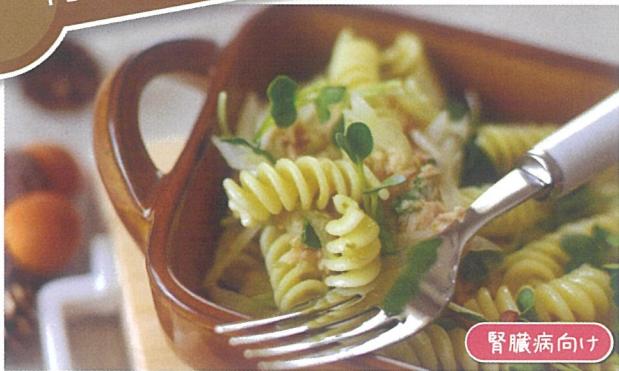
博士(医学)/札幌医大第2522号(まぶたと涙の流れの研究)

#### 所属学会

アメリカ視覚眼科学会議(ARVO)、日本眼科手術学会、日本弱視斜視  
学会、日本眼科学会、日本眼科学会、北海道眼科学会、札幌市眼科学会など



## 腎臓病向けレシピ



### 材料(1人分)

マカロニ(乾).....	20g	ツナ缶(油漬け).....	20g
たまねぎ.....	20g	柚子こしょう.....	2g
かいわれ大根.....	6g	酢.....	6g

## 和風マカロニサラダ

### 作り方

- たまねぎは薄くスライスして水にさらし、かいわれ大根は適当な大きさに切り分ける。
- マカロニを茹で水気を切る。
- ボールに柚子こしょう、酢、オリーブ油を入れて混ぜ合わせる。
- ③に茹でたマカロニ、たまねぎ、かいわれ大根、ツナ缶を入れて混ぜ合わせ、器に盛り付ける。

エネルギー  
175kcal

たんぱく質  
6.3g

塩分  
0.7g



## MINAMI 1 JO HOSPITAL INFORMATION

南一条病院インフォメーション

1

### 省エネルギーへの取り組み ～ネット・ゼロ・エネルギー ビル(ZEB)～について

ZEBとはNet Zero Energy Building(ネット・ゼロ・エネルギー・ビル)の略称で、「ゼブ」と呼びます。快適な室内環境を実現しながら、建物で消費する年間の一次エネルギーの収支をゼロにすることを目指した建物のことです。地球温暖化対策やエネルギー需給の安定化のため、エネルギー消費量を減らすことが必要とされています。当院はZEB Ready(ゼブレディ)となり、省エネで基準一次エネルギー消費量から50%以上の一次エネルギー消費量の削減を実現している建物となります。



設備としては外皮断熱として、外壁や屋根はウレタンフォーム断熱材の仕様となっており、窓は複層ガラスとなっております。空調はEHP(電気)エアコン

2

### 病院機能評価の更新について

公益財団法人 日本病院機能評価機構より5回目の更新認定を交付されました。(2020年12月04日)

病院機能評価とは、病院が組織的に医療を提供するための基本的な活動(機能)が、適切に実施されているかどうかを評価する仕組みです。審査の結果、一定の水準を満たしていると認められた病院が「認定病院」です。すなわち認定病院は、地域に根ざし、安心・安全、信頼と納得の得られる医療サービスを提供すべく、常日頃努力している病院であると言えます。



と全熱交換器システム(ロスナイ)が設置されており、ロスナイは今回の新型コロナウイルス感染対策にも貢献する形となりました。照明はLED照明で人感検知制御・明るさ検知制御・タイムスケジュール制御の仕様となっております。実際に光熱費は以前の建物より大幅に削減されており、経営の面でも大きく貢献する形となりました。以前の建物に比較し、快適性も大幅に向かっていると感じます。当院では、今後も環境に配慮した快適な空間と省エネルギーを両立させ、ZEBを実現させていくことで、更なる環境負荷の低減・サステナブル社会の普及に貢献していくたいと考えております。

## 外来担当医一覧



科目	時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
循環器 ・ 腎臓内科	午前	高木	青山	青山	工藤	工藤	ホームページ 参照 ※1
		占部	高木	土田	土田	占部	
		山下 (腎臓専門外来)	鳥井	陳	神津	鳥井	
	午後	土田	工藤	高木	鳥井	青山	休診
			土田※2 (透析専門外来)				
		陳	占部	鳥井※3 (透析専門外来)	青山※4 (透析専門外来)	陳	
		原田	田垣	眞木	原田	中島	担当医 下記参照※5
呼吸器 内科	午前	原田	田垣	眞木	原田	中島	休診
	午後	中島	眞木	中島 禁煙外来・完全予約制 一般診療との並行診療	田垣	眞木	
糖尿病 内科 <small>一般診療との 並行診療</small>	午前	高木	高木	—	—	—	休診
	午後	—	—	高木	—	—	
消化器 内科 <small>※6</small>	午前	小林	小林 (内視鏡検査)	小林	札幌医大出張医 (内視鏡検査のみ)	小林 (内視鏡検査)	休診
	午後	—	—	—	—	—	

※1 循環器・腎臓内科外来の土曜日担当医は、毎週変更となりますので、事前にご確認ください。

※2 循環器・腎臓内科の火曜日(原則として第2週のみ)午後は土田医師による透析専門外来の完全予約制(13:30~14:30)です。

※3 循環器・腎臓内科の水曜日午後は鳥井医師による透析専門外来の完全予約制(13:30~14:30)です。

※4 循環器・腎臓内科の木曜日午後は青山医師による透析専門外来の完全予約制(13:30~14:30)です。

※5 呼吸器内科外来の土曜担当医は以下の通りです。 第1週／田垣医師 第2・4週／中島医師 第3・5週／原田医師

※6 消化器内科の診察は、月・水曜の午前中のみとなり、その他は内視鏡検査のみとなります。

## ご予約のお問合せ



- 初めて当院を受診・他院からの紹介で当院を受診・3ヶ月以上受診されていない方

**地域医療連携室【直通】 TEL:011-271-6050 FAX:011-271-6033**

※お問合せ時間：平日／9:00～17:00 土曜日／9:00～13:00

- 再診受診のご予約、お問い合わせの方

**外来予約専用ダイヤル TEL:011-271-3712**

※予約・お問合せ時間：平日／9:00～16:30 土曜日／9:00～12:00

