

## クリニック通信

## はなみずき



8月20日(水)~23日(土)まで夏休みとさせていただきます。ご了承ください。7月1日から特定健診が始まりました。



## がん検診受けていますか？

日本人の死亡原因の第一位はがん。がんは確かに怖い病気ですが、がんの治療法は日々進歩しています。がんの種類にもよりますが、早期発見すれば、負担の少ない治療で治る病気になりました。いかに早期に癌を見つけるかによってがん死亡率を減らすことができるのです。とくに健診で見つかる癌は早期がんのことが多く治癒率も高くなります。

西東京市では、**子宮頸癌**(20歳以上の偶数年の女性)・**乳癌**(40歳以上の偶数年齢の女性)・**胃癌**(30歳以上の男女)・**大腸癌**(40歳以上の男女)・**前立腺癌**(50歳から74歳までの偶数年齢の男性)・**喉頭癌**(40歳以上の男女)を実施しています。申し込みが必要なので詳しいこと

は市に問い合わせください。そのうち、**大腸癌検診**と**前立腺癌検診**は特定健診と同時に実施できます。対象となる方は、特定健診とともに必ずうけていただきたいと思います。

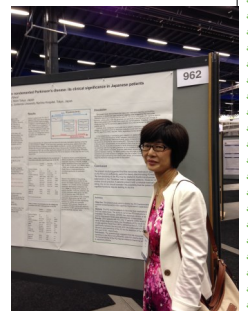
がん検診は、**スクリーニング検査**(がんのある可能性の高い人を見つけ出す検査)と**精密検査**(本当に癌かどうか調べる検査)の2段階に分かれます。スクリーニング検査は誰でもが受けやすい簡単な検査になっています。例えば、大腸癌検診では便を少しとるだけ、前立腺癌検診は血液検査です。これで異常が出た場合には精密検査を勧められます。この精密検査を受けなければがんを見逃す危険が高く、検診の意味がありません。

**がん検診を必ず受ける。精密検査をすすめられたら必ず検査を受ける。**今年こそにみなで実行しましょう。そして、あなたの大切な人にも是非勧めてください。

## Dr. みわの一口コラム：ストックホルムでも走る！



ストックホルムで開催された国際学会に参加しました。異常運動とパーキンソン病の専門家が集まる学会で、最先端の研究や治療についての勉強してきました。私も当院で調査させていただいた研究を発表してきました。いろいろな刺激を受けて帰ってくるのですが、毎回もっと英語ができれば・・・と思います。さて、ストックホルムは、6月が一番良い季節。緯度が高くサマータイムもあるので朝3時台から夜10時過ぎまで明るいのです。朝早くから目覚め、会議までたっぷり時間があるので早朝ランニングをしました。治安もよくランニングしている人も多く、安心して早朝ランを楽しみました。少し走ると自然豊かな公園があり、朝の爽やかな気候の中運河沿いを走るのは最高の気分でした。



## 脳梗塞から脳を守る:そのために (その7)

今回は「血液をサラサラにして固まりにくくする薬 = 抗凝固薬」について述べたいと思います。

前回まで、**心房細動**という不整脈の結果、心臓の中でできた血の塊が脳へ飛んで脳血管が突然つまる**脳梗塞 (脳塞栓)**について述べてきました。それを予防するためには、心臓の中で血液が固まらないようにする薬 (抗凝固薬) の服用がとても有効です。

現在、使われている薬は4種類あります。最も古くから広く使用されている薬が「**ワーファリン**」です。この薬の作用は強力です。血液が固まるために作用する物質を体が合成するのに「**ビタミンK**」が必要です。ワーファリンはこのビタミンKの作用を妨げることにより効果を発揮します。したがって、ビタミンKを含む食品を制限することが必要です。納豆・クロレラ・青汁などをとることは好ましくありません (納豆好きの人は困ります)。緑

色の野菜や海草類は食べ過ぎないようにします。さらに、ワーファリンは他の薬との相性 (相互作用) が悪い場合があるので注意が必要です。



ワーファリンの作用を弱めたり強めたりする薬がありますので思わぬ副作用の危険があるのです。医師や薬剤師のチェックが必要です

ね。

ワーファリンの服用量は患者さんごとに決められます。少ないと効果がない、多いと危険ですので慎重にすべきです。定期的に採血して血液の固まりやすさをモニターすることが必要です。専門的になりますが、PT-INRという値が理想的な安全な投与量決定の指標になります。次回は、新しく使用できるようになったワーファリン以外の薬について述べたいと思います。

### ☆ スタッフから ☆



先日娘達の体育大会がありました。上の娘は高3、最後の体育大会。表には出ませんがかなりの負けず嫌いです。そして担任の先生が担任を持つのは最後と知り、クラス優勝に向け意気込みはいつも以上でした。一種目目は台風の目、クラス全員気合の入った全力疾走。抜かし抜かされタッチの差で2位。思わず胸が熱くなりました。その後1位あり、予選落ちの種目ありで総合4位。結果は残念でしたが、一生懸命な姿、みんなの笑顔、しっかり目に焼き付き、私にとっても素敵な1日になりました。(受付事務 S. K.)



クリニック通信のバックナンバーをご希望の方はどうぞ受付までお申し出下さい。



みわ内科クリニック

西東京市下保谷4-12-2メゾン泉1F

電話 042 (438) 7188 FAX 042 (438) 7187

ホームページもご覧下さい。

<http://www.miwaclinic.net>