



ひたち海浜公園

撮影 総務課 小峯

トピックス

～ CT コロノグラフィーのススメ～

皆さんはCTコロノグラフィーという検査を聞いたことがありますか？

日本での大腸がんによる死亡数、罹患数は年々増加しており、死亡数は結腸癌、直腸癌を合わせると全癌のうち女性では1位、男性では3位となっています。

大腸癌は他部位の癌に比べ早期に発見すれば治癒する確率が高いとされているにも関わらず、死亡数が増加の一途を辿っているのは、大腸内視鏡検査や注腸X線検査の苦痛や抵抗感から、精密検査の受診率が低迷している事などが要因とされています。大腸がんを効率良く検出し、しかも検査を受ける患者様にとってより負担の少ない検査が望まれています。

そこで近年注目されているのが低侵襲の大腸CT検査（CTコロノグラフィー）で、当院でも積極的に行われています。

実際の検査は、大腸に細いチューブを挿入した後に炭酸ガスを送気し、仰向けとうつ伏せで腹部を撮影するだけで終了です。時間はおおよそ15分～20分前後です。この撮影したデータを専用ワークステーションで解析し、仮想内視鏡像や大腸3D画像等を作成し大腸病変を検索します。

検査前処置用の食事もお親子丼やカレーライスといったメニューで以前よりも美味しくなりました。

「最近おなかの調子がいまいちだし、一度大腸を検査してみたいけど簡単な検査がいいな…」とお思いのあなた、ぜひ一度CTコロノグラフィーを受けてみませんか？お気軽にご相談ください。



尿酸値について

医療法人桂水会 岡病院

医師 逸見 大造

秋麗の候、皆様いかがお過ごしでしょうか。秋の味覚のお供にお酒を楽しんでいる方も多いと思います。最近ではビールや発泡酒のラベルにプリン体の文字をみる事が多く、今回はそのプリン体と密接な関係がある尿酸値について少しお話させていただきたいと思います。

1、尿酸とは

尿酸とはプリン体の最終代謝産物であり、プリン体は肝臓で尿酸に作り変えられます。尿酸はほとんどの動物でウリカーゼと言われる酵素で分解され体内には貯まりませんが、ウリカーゼの機能は霊長類の進化の過程で低下し、ヒト・類人猿では完全に消失してしまいました。尿酸の代謝にかかわるプリン体は2割が食事由来であり、8割が生体内で作られたものになります。

2、プリン体とは

プリン骨格といわれる化学構造をもつものの総称であり、生体内でのプリン体には遺伝情報を担う物質であるDNA(デオキシリボ核酸)を構成するアデニン・グアニンといったプリン塩基と生体に広く分布しエネルギーの放出・貯蔵の担う物のATP(アデノシン三リン酸)があります。

3、尿酸値が高いと…

血清尿酸値が7.0mg/dl以上を高尿酸血症といい、高尿酸血症の頻度は成人男性において21.5あるいは26.2%と報告されており、年齢別頻度では30歳台、40歳台が多く、30歳台では30%に達しています。女性の高尿酸血症の頻度は50歳未満で1.3%、50歳以降で3.7%であり、男性に多く女性では閉経後に増加します。高尿酸血症の状態が長く続くと尿酸が結晶化し全身の色々な場所に沈着・析出することで病気を引き起こします。下記に代表的なものを示します。

① 痛風

痛風とは結晶化した尿酸塩が関節に沈着することで引き起こされる炎症で、好発部位は足の親指の付け根や足の甲や足首、手首、膝になります。痛風の名前の由来には諸説ありますが、そのひとつに風が吹いても痛いというものがあるように局所の強い痛みを伴い、通常痛風発作は2-3日をピークに2週間ほどで治まります。しかし何度も繰り返し生じると骨や関節の破壊や変形を認めることもあり、さらに痛風発作が繰り返しあるにもかかわらず治療を怠ると、しばらくして関節や皮膚の下に痛風結節と言われるコブを作ってしまうこともあります。そうすると関節の動きが妨げられ機能障害がでてしまいます。

② 尿路結石

尿路に析出し結石を形成、それが尿管に詰まることで症状がでてきます。症状は背中・脇腹・下腹部の痛みや血尿を示し、尿の流れが妨げられることで感染を合併したり、腎機能障害を引き起こしたりする恐れもあります。

③ 痛風腎

腎臓に沈着すると痛風腎を生じ、これは結晶が腎臓に沈着することで慢性的な炎症を引き起こすことで腎機能障害を生じる疾患です。通常は10-20年の経過で緩徐に進行し、10-20%の人は末期の腎不全に至ってしまいます。

4、尿酸値が高いといわれたら

プリン体の摂取量に気を付けましょう。プリン体として1日の摂取量が400mgを超えないようにします。プリン体の多いもの、少ないものを表（食品100gあたりのプリン体含有量）に示しますので参考にしてください。

| | | |
|--------|-----------|--|
| 極めて多い | 300mg～ | 鶏レバー、マイワシ干物、カツオブシ、ニボシ、干し椎茸、イサキ白子、あんこう肝酒蒸し |
| 多い | 200～300mg | 豚レバー、牛レバー、カツオ、マイワシ、大正エビ、マアジ干物、さんま干物 |
| 少ない | 50～100mg | ウナギ、ワカサギ、豚ロース、豚バラ、牛肩ロース、牛タン、マトン、ボンレスハム、プレスハム、ベーコン、ツミレ、ほうれん草、カリフラワー |
| 極めて少ない | ～50mg | コンビーフ、魚肉ソーセージ、かまぼこ、焼きちくわ、さつま揚げ、カズノコ、スジコ、ウイナソーセージ、豆腐、牛乳、チーズ、鶏卵、とうもろこし、ジャガイモ、さつまいも、米飯、パン、うどん、そば、果物、キャベツ、トマト、にんじん、大根、白菜、海藻類 |

アルコールに関してプリン体の多いものとしてビールがすぐに出てくると思いますが、ビール350mlあたりのプリン体は約20mgで上の表と比べて多くないと思いませんか？実はアルコールはプリン体の有無にかかわらずそれ自体の代謝に関連して尿酸値を上昇させることがわかっており、種類問わず摂取には注意が必要なのです。そのためビールよりプリン体含有量の少ない他のアルコールなら多く飲んでも良いというのは間違いであり、1日の摂取量の目安としてはビール500ml、日本酒180ml、ワイン180ml、ウイスキー60ml程度です。

運動も推奨されますが過度の運動や無酸素運動は血清尿酸値の上昇を招くため避け、週3回程度の有酸素運動を続けることが望ましいです。

5、尿酸は悪もの…？

今まで尿酸の悪いところをお話してきましたが、最後に良いところもお話したいと思います。抗酸化作用って耳にしたことがあるでしょうか。抗酸化作用とは生体内で生じる酸化ストレスを抑制するものであり、酸化ストレスは老化や血管障害、神経障害、発癌等を引き起こすものです。抗酸化物質として有名なものにビタミンCがあり、多くの動物達は体内でビタミンCを合成できますが残念ながら人ではできません。実は尿酸にはビタミンCよりはるかに強力な抗酸化作用があり、人はこれを利用しているのです。

以上、簡単ではありますが尿酸値についてでした。飲食や運動で尿酸値が下がらない場合は薬の適応になります。尿酸値が気になる方はまずは検査を、健康診断等で異常値を指摘された方は医療機関へ相談しましょう。

理 念

地域医療に貢献する。

基本方針

- 1 より高度な医療と看護の提供を目指す。
- 2 患者様の立場に立った医療を実践する。

私たち岡病院職員一同は上記を実践するために以下のとおり、努力致します。

- 1 職員一同は日々研鑽し、医療の質の向上とサービス・業務の改善に努めます。
- 2 内科の二次救急病院として、地域住民の健康と福祉に寄与致します。
- 3 透析施設を有する病院として、安全で快適な治療の提供に努めます。

患者様の権利と責務について

権 利

- 1 患者様は病状・治療方針について十分な説明を受け、診療情報を得る権利をもちます。
- 2 患者様は診療情報を理解する権利をもちます。
- 3 患者様は治療方針と医療機関を選ぶ権利をもちます。
- 4 患者様はプライバシーの配慮と秘密を守られる権利をもちます。
- 5 患者様は希望にて、他の専門医に意見を聞く権利をもちます。

責 務

- 1 患者様は当院に病状・既往歴（現況も含む）・保険情報・住所等、診療に必要な情報を正しく伝える責務をもちます。
- 2 患者様は当院のルールを守り、治療に協力する責務をもちます。

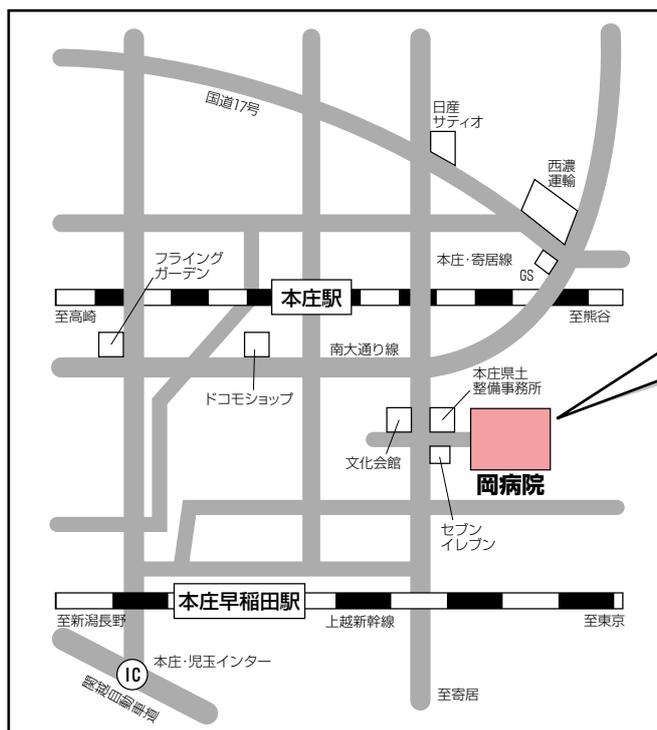
個人情報保護

当院は、個人情報の取り扱いには細心の注意を払っています。
個人情報の取り扱いについてお気づきの点は、窓口までお気軽にお申し出ください。

医療相談について

療養その他でのお悩みごとやお困りのこと、ご不明のこと等がございましたら医療相談室、薬剤相談室、食事相談室にてご相談をお受けいたします。

- 1 階受付にて申し込み、又は担当の医師、看護師にお申し出下さい。



(公財)日本医療機能評価機構認定



医療法人
桂水会 岡病院

OKA HOSPITAL

〒367-0031 埼玉県本庄市北堀810番地

TEL 0495-24-8821(代) FAX 0495-21-7640(代)

URL <http://www.oka-hospital.jp/>

発行日：平成30年10月1日

発行：岡病院

編集：広報委員会