

2023

Jan

vol. 55

k e n k o u

健幸!

よぼうかい

Osaka

謹賀新年

Index

- 1 血圧のおはなし
- 2 知っとく検査シリーズ BNP
- 3 子宮頸部細胞診の検査方法がLBC法に変わります
- 4 オプション検査を賢く取り入れよう
- 5 インフォメーション
 - ・2023年 新年のご挨拶
 - ・増田 國次顧問(前理事長)
令和4年秋の叙勲(旭日小綬章)受章
 - ・大阪複十字病院「市災害医療センター」に登録

Osaka Anti-Tuberculosis Association





血圧のおはなし



血圧とは？

皆様は、年末年始をどのようにお過ごしでしたか？年末年始は年越しそばにおせち料理にお酒、夜更かしなどで生活のリズムが崩れがちになってしまいます。

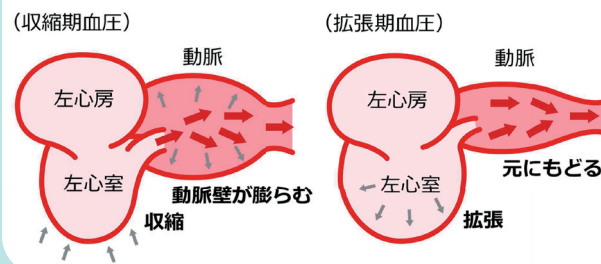
生活リズムが崩れると高血圧の原因になることがありますが、そもそも血圧とは何でしょうか？

血圧とは心臓から流れる血液が血管を押す圧力のこと、心臓が血液を押し出す力(心拍出量)と血液の流れにくさ(血管の抵抗)によって決まります。

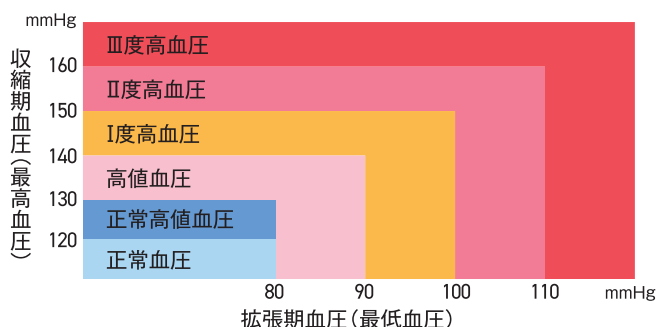
「上の血圧」とは「収縮期血圧」ともいい、心臓が縮み勢いよく血液が流れ出して血圧が最も高くなったときの値のことをいいます。

また、「下の血圧」は「拡張期血圧」ともいい、心臓が広がって血流が緩やかになり血圧が最も低くなったときの値のことをいいます。

【図：収縮期血圧と拡張期血圧】



血圧の基準値とは？

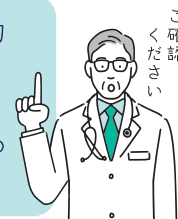


日本高血圧学会の高血圧診断基準は左図通りです。

診察室で測定した際、「収縮期血圧が120mmHg未満かつ拡張期血圧が80mmHg未満」であれば正常の範囲内の血圧値といえます。診察室での収縮期血圧が140mmHg以上または拡張期血圧が90mmHg以上の場合を高血圧と診断します。

また、自宅で測定する家庭血圧の場合は、診察室よりも5mmHg低い基準(135/85mmHg)が用いられます。

血圧は常に一定ではありません。血圧を測定する時間帯や季節によって異なり、起床や食事、運動などの日常生活、精神的ストレスや測定時の室温など、さまざまな原因により変動します。運動したり、緊張すると一時的に血圧が上昇しますが、普段の血圧が正常であれば問題ありません。正確な血圧を把握するためには、決まった時間に同じ姿勢をとり、リラックスした状態で測ることが大切です。



高血圧とは？

高血圧には本態性高血圧と二次性高血圧の2種類があります。

二次性高血圧は、甲状腺・副腎・腎臓・下垂体の異常や睡眠時無呼吸症候群などが原因で高血圧を起こすものを指します。

しかし、日本人の9割の高血圧は本態性高血圧です。本態性高血圧は、食塩の過剰摂取、肥満、飲酒、運動不足、ストレスや遺伝的体質などの要因が複合して起こると考えられています。

日本人の食生活には食塩摂取が多くなる特徴があります。そのため全体的に薄味にすることが大切です。

漬物をたくさん食べる方。味噌汁を1日に2杯以上の量を飲む方は1回の量を減らしましょう。

かけ醤油・ソースなどの習慣がある人は、つけ醤油・ソースに変えるだけで減塩となります。

ラーメンなど麺類の汁を全部飲んでしまうと、それだけで6gに近い食塩を摂取してしまいます。



日本人は欧米人に比べて食塩感受性が高いことがわかっています。しかも日本人は食塩の摂取量が多いため、特に血圧が上がりやすいと言えます。食塩感受性は肥満・糖尿病・加齢などによっても高くなるため、注意が必要です。



そのなかでも、日本人にとって重要な要因は、食塩の過剰摂取です。高血圧に欠かせないのが食塩摂取量の制限です。高血圧患者における減塩目標を1日6g未満にすることで降圧効果があると考えられています。

知

っとく検査

シリーズ

BNP

B-type or Brain Natriuretic Peptide

心臓の負担度が分かります



血液検査の項目でBNP（ビーエヌピー）をご存知でしょうか？

昨年7月上皇さまが、病院での検査の結果、「右心不全」と診断されたというニュースが報道されましたが、診断に至るまでの検査の一つで、血液検査の「BNP値」が上昇していたそうです。

このBNPは、正式名称「脳性(B型)ナトリウム利尿ペプチド」というホルモンで、「心臓の負担」の程度を見る検査です。

今回はBNPを紹介します！



BNPとは？

BNPは心臓の負担の程度を見る検査ですが、「心臓の負担」とは厳密に言うと、壁応力、伸展ストレスに応じて心臓（心室）から分泌されるホルモンです。

BNPはそのものが血管を拡張、尿の排出を促す作用を持っており、心臓へのストレスを和らげる生理作用を持っています。したがって、その値の上昇は「心臓に負担がかかっている」状況を鋭敏に反映しており、「心不全」を診断する上で有用な指標になっています。

心不全以外でも、重度の高血圧症、心房細動等の不整脈でも軽度上昇します。

腎機能低下の場合でも軽度高値となります。施設によってはBNPの代わりにNT-proBNPが測定されます。両項目は同じ指標として使われますが、基準値が大きく異なることに注意してください。



基準値は？

② 18.4~40pg/mLの場合

心不全の危険因子を有する方でも、すぐに治療が必要となる心不全の可能性は低いです。ただし、BNPだけだと心不全の程度を過小評価してしまうケースもあるので注意が必要。

③ 40~100pg/mL

軽度の心不全の可能性があるので、心不全の危険因子を多く持つ患者などでは、精査を勧めている。原因がある程度特定できれば経過観察も可能。

心不全診断におけるBNPとNT-proBNPのカットオフ値

④ 100~200pg/mL

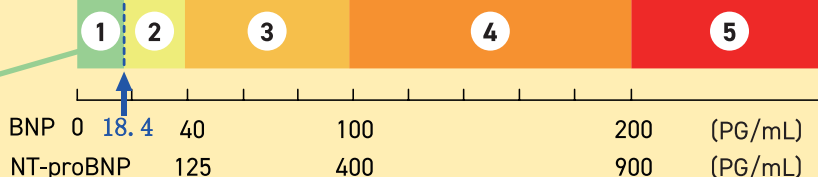
治療対象となる心不全の可能性があるので、心エコー検査などを早期に行い、原因を検索する必要があります。

⑤ 200pg/mL以上

治療対象となる心不全の可能性が高いと考えられ、症状を伴う場合は心不全治療を開始が必要である。

① BNP 18.4pg/mL以下 (基準値)

基準値以下では心不全の可能性は極めて低い。



ご注意ください



BNPの数値に影響を与える因子があり、本来の心機能をうまく反映できない場合があります。こうした状態では、見かけ上、BNPが高くなったり、低くなったりすることがありますので、十分に注意して結果を解釈する必要があります。

高くなる因子

年齢
急性冠症候群
腎不全
貧血・高心拍出状態

低くなる因子

肥満
一過性肺水腫
末期心筋症
心外膜炎・心タンポナーデ



BNPの検査方法は？

BNPやNT-proBNPは共に血液検査ですが、NT-proBNPは「血清」で検査が可能であり、採血後の検体の安定性に優れ、生化学検査と同一の採血管で依頼が可能などの運用面での有用性があります。しかし、一般の健康診断の採血検査では行わない項目のため、心不全の症状等がある場合は追加で採血が必要となります。

さいごに

BNPやNT-proBNPは心不全のマーカーとして有用ですが、この検査だけで心不全か否かを判断することは当然ながらできません。症状や気になることがあれば、必ず診察を受診し、医師に相談しましょう！



シールぼうや



2023年度

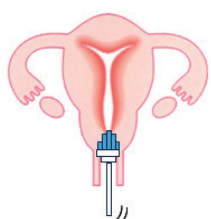
シールちゃん



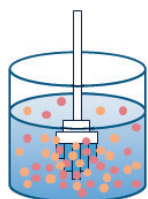
子宮頸部細胞診の検査法が LBC法に変わります

2023年度より子宮頸部細胞診の検査方法が液状化細胞診(liquid-based cytology: LBC法)に変わります。LBC法とは採取した細胞を専用の保存液で回収保存し、その後専用の機器を用いて塗抹標本を作製して、細胞診検査を行います。

液状化検体細胞診(LBC法)とは



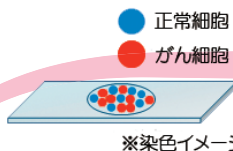
細胞の採取



バイアル内に細胞をすぐ

※採取した細胞は
ほぼ回収できます

バイアルを遠心し
細胞のみ取り出す



※染色イメージ



鏡検・診断



HPV検査

残りの細胞を使用して
HPV検査が実施可能
(※オプション検査です)

液状化検体細胞診(liquid-based cytology:LBC法)は、細胞採取後直ちに採取器具を固定保存液の入ったバイアルに入れるため、細胞乾燥はなく、変性がほとんど見られません。

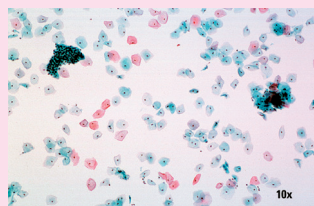
さらに、標本作製装置を用いて細胞標本を作製するため、採取された細胞を無駄にすることなく診断に

必要な細胞をスライドガラスに塗抹でき、細胞採取やスライドガラスへの塗り方のばらつきもなくなり、検査精度が向上します。

また、LBC法は不適正標本(※)を少なくすることによって、女性の体への負担や精神的不安を軽減することが期待されます。

(※)不適正標本

検体処理後に鏡検を行ったが、細胞の評価が困難な標本。原因として、細胞乾燥や固定不良、末梢血混入を含む標本作製段階での操作不良、あるいは病変を推定するに足る細胞成分が採取されていない、などが挙げられる。



HPV検査がもっと簡便に！

採取した細胞の残りを利用してHPV検査を行うことができるようになりました。細胞診検査にHPV検査を追加することで、子宮頸がんの発見率がさらに上がり、がんになる手前の状態(前がん病変)をほぼ見逃すことなく発見できます。

子宮頸がん
オプション検査
HPV検査 5,500円(税込)
※2023年度より

細胞診検査(LBC法)

子宮頸部から採取した細胞を顕微鏡で異常細胞の有無を調べる検査です。検査を受診した時点での前がん細胞またはがん細胞の確認に役立ちます。

細胞診だけでは、前がん状態の20~30%の見落としがあるとされています。



そこで

HPV検査を追加すると！

細胞診検査は異常細胞を見つける検査に対して、HPV検査は子宮頸がんの原因ウイルスに感染しているかどうかを調べる検査です。HPVは150種類以上見つっていますが、子宮頸がんの原因となる14種類の高リスク型HPVに感染しているかどうかを検査します。



さらに発見率が
上がります

● 子宮頸がん検査法変更による料金改定(職域)

子宮頸部細胞診

現行 4,400円(税込) ▶ 2023年度より 5,500円(税込)

HPV検査

現行 6,600円(税込) ▶ 2023年度より 5,500円(税込)

おすすめオプション検査

人間ドックや定期健診等の健診コースを受けても、検査していないことは検査結果には表れません。そこで、各種オプション検査を組み合わせるみてはいかがですか？やみくもに検査を追加しても費用はかかるばかり、気になる部分をピックアップしてオプション検査で賢く病気を調べましょう。

「どんなオプションがあるの？」
「何を受けたら良いのかわからない！」
そんな声にお答えして
オプション検査の一部を紹介！



検査項目		料金(税込)	内 容	
血液検査項目	アミノインデックス がんスクリーニング検査	男女共 23,100円	血液中のアミノ酸濃度を測定し、健常人とがん患者のアミノ酸濃度のバランスの違いを統計的に解析することで、現在がんに罹患しているリスクを評価する検査です。 【男性5種】胃がん、肺がん、膵臓がん、大腸がん、前立腺がん 【女性6種】胃がん、肺がん、膵臓がん、大腸がん、乳がん、子宮・卵巣がん	
	LOXインデックス	13,200円	LOXインデックスは血液中のLDLコレステロールが酸化し、より悪くなった超悪玉コレステロール(LAB)とその担い手であるsLOX-1を測定・解析することで将来の脳梗塞・心筋梗塞の発症リスクを評価する検査です。	
	ヘリコバクター・ピロリ菌 抗体検査	880円	血液中のピロリ菌に対する抗体の量を測定する検査方法です。その抗体が高値であれば、ピロリ菌に感染していると診断できます。感染を調べる最初の検査としておすすめです。	
	ペプシノゲン	3,850円	血液中のペプシノゲン量を測定することにより、萎縮性胃炎を調べる検査です。	
	BNP (脳性(B型) ナトリウム利尿ペプチド)	1,540円	BNPは長時間心臓に負担がかかると主に心室から分泌されるホルモンで、血液中の濃度を調べることで心不全や心肥大など心臓病の早期発見ができます。	
	腫瘍マーカー検査	PSA(男性)	3,300円	前立腺がん
		CA125(女性)	3,850円	卵巣がん、子宮頸がん
		αフェト蛋白	1,430円	肝細胞がん
		CA19-9	3,850円	膵臓がん、胆道がん 肺がん、胃がん、大腸がん
		CEA	3,300円	大腸がん、肺がん、食道がん、胆道がん 胃がん、膵臓がん、乳がん、子宮頸がん
各種検査項目	肺ドック	16,500円	ヘリカルCT検査、喀痰細胞診検査を追加します。「たばこを吸っているので肺がんが心配な方」「一度もCTで肺の検査をしたことがない方」におすすめです。(人間ドックM・Lコースに追加の場合、料金は8,800円)	
	内臓脂肪CT検査	3,300円	ウェスト周囲の測定では分からない「隠れ肥満」の方の内臓脂肪の状態をCT装置を使って調べます。おへそ周りを1スライス撮影して皮下脂肪と内臓脂肪の面積の測定を行います。	
	動脈硬化度検査	1,650円	四肢の血圧、心電図・脈波を同時に測定し、ABI(足関節血圧/上腕血圧比)とCAVI(心臓足首血管指数)を求め、動脈の閉塞状況と硬化状況を確認できます。	
	頸部超音波検査	3,850円	超音波装置で頸動脈の様子を観察し、動脈硬化の程度を検査します。動脈硬化を起こすと、血管壁の肥厚やプラークと呼ばれる動脈硬化病変があらわれるので画像で確認します。(※要事前予約)	
	骨密度検査	2,200円	男性は30代以降に、女性は40代後半から骨量が減少しやすくなります。骨塩量測定は、骨を透過するエックス線の減退量を算出し、骨密度を測定する精度の高い方式です。苦痛もなく手間もかからず、エックス線の被曝量もごく少量ですので、安心してお受けいただけます。	
女性健診項目	HPV検査	6,600円 〔2023年度～ 5,500円〕	(HPV検査は子宮頸がん受診時に追加できるオプション検査です) HPV検査は子宮頸がんの原因となる14種類の高リスク型HPVに感染しているかどうかを調べる検査です。 30歳以上の女性におすすめする検査です。	
	マンモグラフィ(1方向)	3,850円	乳房を見えやすくするために、乳房をはさみ込んで(乳房に圧迫をかけて)撮影する乳房専用のエックス線装置です。非触知乳癌(触診ではわからないような小さな乳癌や腫瘍をつくらない乳がん)などを鮮明に微細石灰化として写すことができます。 (※要事前予約)	
	マンモグラフィ(2方向)	5,500円		

今回ご紹介している以外にもオプション検査がありますので、気になることがあれば、いつでもお問い合わせください！

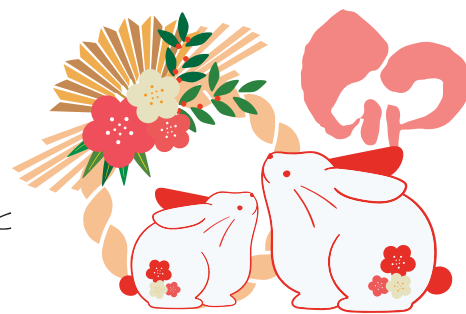


2023年 新年のご挨拶

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

旧年中は皆様方より格別のご厚誼を賜り、心より厚くお礼申し上げます。

本年もより一層のご支援を賜りますよう、職員一同心よりお願い申し上げますとともに、皆様のご健康とご多幸をご祈念申し上げます。



増田 國次 顧問(前理事長) 令和4年秋の叙勲(旭日小綬章)受章



令和4年秋の叙勲にて、増田 國次先生が保健衛生功勞により「旭日小綬章」を受章されました。増田先生は、永年にわたり、結核医療を中心に公衆衛生関係の健診事業をはじめ、生活習慣病などの予防、診断、治療の普及にも努め、府民・国民の健康維持・増進・啓発に貢献してきたことが高く評価され、叙勲の栄誉に浴されました。

なお、本受章については11月28日大阪府公館にて伝達式が執り行われ、吉村大阪府知事より増田先生に勲記勲章が手渡されました。



大阪複十字病院「市災害医療センター」に登録

大阪複十字病院は寝屋川市と「災害時の医療救護に関する協定書」を締結し、「市災害医療センター」としての役割を担うことになりました。

「市災害医療センター」とは地震や台風などの災害が発生した際、傷病者の治療などの拠点となる医療機関のことで、寝屋川市では二次救急を担っている大阪複十字病院を含む4病院が「市災害医療センター」に、他14病院が「医療救護所」に指定されることになりました。

今後は寝屋川市や他病院と綿密に連携し、災害直後を想定した訓練や協議を重ねることになります。

来るべき大規模災害に対応できるよう万全に準備し、地域住民の生命を守るよう取り組んでまいります。

表紙：難波八阪神社

大阪のミナミの中心地なんば駅から徒歩6分にある難波八阪神社。神社に入るとまず、高さ12m、奥行き10mもある大きな獅子殿が堂々と参拝者を迎え。

本殿よりインパクトのあるこの獅子殿は、大きな口で勝利を呼び寄せ、邪気を飲み込み商運を招くことで有名で、観光スポットとしても国内外問わず多くの方が参拝に訪れています。



健診予約はこちらをご利用ください。
大阪総合健診センター 直通電話番号 **06-6202-6667**



◀ 健診の案内など詳しくはWEBより

一般財団法人 大阪府結核予防会

事務局・ 大阪総合健診センター 相談診療所	大阪複十字病院	堺複十字診療所
〒541-0045 大阪市中央区道修町4-6-5 TEL : 06-6202-6666(代表) FAX : 06-6202-6686 URL : https://www.jata-osaka.or.jp E-mail : info@jata-osaka.or.jp	〒572-0850 寝屋川市打上高塚町3-10 TEL : 072-821-4781(代表) FAX : 072-824-2312 URL : http://www.osaka-hospital.org E-mail : webmaster@osaka-hospital.jp	〒590-0028 堺市堺区三国ヶ丘御幸通59番地 南海堺東ビル(堺タカシマヤ上)8階 南海堺東駅クリニックセンター内 TEL : 072-221-5515(代表) FAX : 072-223-8534 URL : https://www.jata-sakai.jp/ E-mail : sakai@jata-osaka.or.jp

みなさまの健康を守ることで社会に奉仕するよう努めます