

2023  
Oct

vol. 57



## Index

1-2 知っとく臓器シリーズ 胆のう編

3 健康診断の注意事項

4 結核予防週間行事報告

5 インフォメーション

- ・インフルエンザ予防接種を実施します
- ・肺機能検査再開のお知らせ
- ・第14回寝屋川公園フェスティバルに参加します  
(大阪複十字病院)

Osaka Anti-Tuberculosis Association





## 胆のうのはたらき

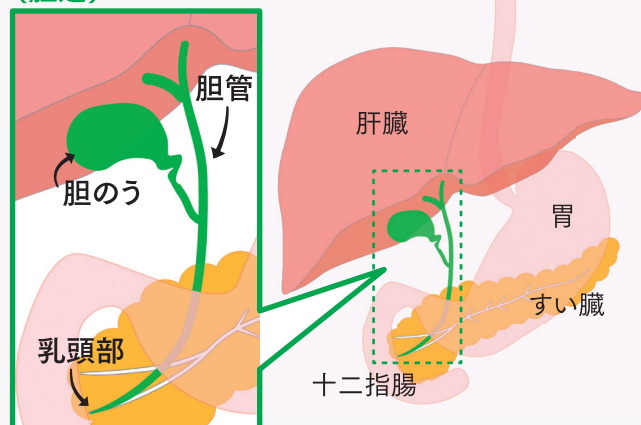
胆のうは長さ10cm、幅4cmほどの洋ナシの形をした消化器です。肝臓で作られた胆汁(たんじゅう)を濃縮して一時的に蓄える役割をしており、十二指腸に食べ物が入ると胆のうが収縮し、胆汁が絞り出され、脂肪の消化酵素であるリパーゼの働きを助けます。その胆汁の流れ道を「胆道」といい、肝臓から十二指腸に胆汁を運ぶ管を「胆管」、胆管の途中で枝分かれする形で「胆のう」があり、十二指腸に開口する「乳頭部」が含まれます。

## 胆汁のはたらき

胆汁は肝臓で1日に1リットルほど作られています。胆汁の成分はコレステロール、胆汁酸、ビリルビン(胆汁色素)という代謝物ですが、およそ90%は水分です。胆のうで胆汁の水分を吸収して5~10倍に濃縮し、膵液とともに十二指腸へ送り出されます。胆汁は主に脂肪の消化を助け、吸収を促進する働きを持っています。また、胆汁には脂肪の消化・吸収を助けるだけでなく、肝臓の持つ解毒作用と協力し老廃物を体外へ排泄する働きも持っています。胆汁の大部分は小腸で吸収され、他の栄養分と一緒に血管を通り肝臓に戻って、再び利用されます。



(胆道)



## 胆のうのはたらきが悪くなると?

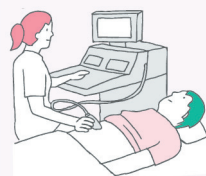
肝臓で生成された胆汁を蓄えておく胆のうですが、加齢や食生活の変化によって、胆のうや腸の働きが悪くなります。胆のうの働きが悪くなると、胆汁の中のコレステロールの量が増え、胆汁に細菌が感染し、胆汁の性質が変わり、結石となって、胆管や胆のうに溜まることがあります。初期は痛みなどの自覚症状がなく、日常生活に支障をきたさないため気づきにくいですが、胆のうの中でできた結石が胆のうの出入り口に、はまり込むと、強い痛みを感じます。結石が栓をしている状態が長く続くと、胆のうは内部の圧力が高くなって腫れあがります。放置しておくと細菌が増殖し、胆のうが破裂して、腹膜炎になることがあります。

## 胆のうの検査

胆のうを調べる検査方法はいくつかありますが、健康診断で行われる一般的な検査は、画像検査(腹部超音波)と血液検査です。精密検査としては、CT(コンピュータ断層撮影)、MRI(磁気共鳴画像)、内視鏡の先端に小型の超音波装置がついたEUS(超音波内視鏡)が用いられます。

### 超音波検査

腹部超音波検査とは、超音波(人の耳には聞こえない高い周波数の音波)を用いて、内臓から返ってくる反射波を画像化して診断する検査です。仰向けに寝て頂き、腹部にゼリーをぬって検査します。消化管ガスの影響や体型によって、描出が難しいことがありますので、描出範囲内での評価となります。



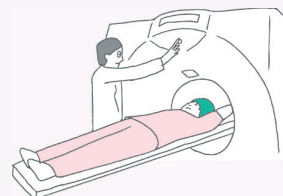
### 血液検査



血液検査では、胆道系酵素と呼ばれる、ALP・γ-GTP・LAPを検査します。肝臓や胆のう・胆道に異常があると、総ビリルビン(T-BIL)が血液中に増え、上昇がみられます。胆管閉塞が進行して、感染や肝障害もおおると、GOT(AST)、GPT(ALT)、LDHが上昇し始めます。腫瘍マーカーのCA19-9の検査が多く行われています。膵がん、胆管がん・胆のうがんで80~90%の陽性率を示すという報告がありますが、胃がん、大腸がんでも30~50%の陽性率を示すので、医師による総合的な判断が必要です。

### CT検査

CT検査は身体にあらゆる角度からX線を照射し、得られた情報をコンピューターで解析するものです。血液検査や画像検査などで胆道がんの疑いのある場合、精密検査としてCT検査を行います。胆管の拡張、閉塞(へいそく)、胆管壁の異常が映し出されるとともに、がんの範囲を診断します。また、胆のうがんでは胆のう壁の腫瘍や異常な肥厚などを確認できます。



## ■胆石症(胆のう結石症)

胆石は、胆汁に含まれる物質が結晶化して固まったもので、脂肪分の摂りすぎが主な原因です。日常生活にも支障がないので普段は気づかないことが多く、検査によって見つかるケースがあります。胆石ができやすい人はFemale(女性)、Fatty(肥満)、Forty(50歳代)、Fair(白人)、Fertile(経産婦)の5つの英語から「5F」と言われています。女性ホルモンの影響を受ける女性の方が胆石ができやすいのですが、

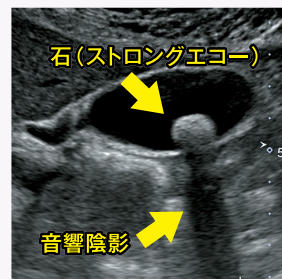
男性でも胆石ができます。

胆石は無症状のことも多いのですが、一般的な症状としては、心窩部(みぞおち)を中心とした疝(せん)痛発作(激しい痛み)が典型的で、これに右肩や背中への痛みを伴う場合もあります。



### 超音波検査所見

- ・ 表面の強い反射(ストロングエコー)
- ・ その後方の画像の欠損(音響陰影)
- ・ 体位変換による、結石の可動性あり



### 血液検査所見

- ・ 炎症反応(CRP)の上昇
- ・ 肝臓系酵素(AST(GOT)、ALT(GPT))などの上昇
- ・ 胆道系酵素(ALP、LAP、 $\gamma$ -GPT)の上昇

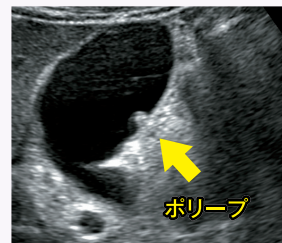
## ■胆のうポリープ

胆のうポリープは、胆のう粘膜に発生した突起物(隆起性病変)です。ポリープの多く(約90%)がコレステロールの析出によってできる良性のポリープでがん化することはありません。しかし、中には胆のうがんへ進行するものも存在しています。ポリープが大きくなるにつれて悪性の可能性が高まるため、定期的な検査で大きさの変化を確認することが大切です。40~50歳代で発見されやすく、男女差はありません。ほとんどの場合、症状が現れることはありませんが、ポリープががん化して大きくなった場合には、鈍痛や体重減少など胆のうがんの症状が出る場合があります。



### 超音波検査所見

- ・ 細い茎を有する桑の実状の隆起性病変
- ・ 体位変換による、可動性なし



### 血液検査所見

- (胆のうポリープが胆のうがんの場合もあるため、発見されれば腫瘍マーカーを実施)
- ・ がんの場合は、腫瘍マーカー(CEA、CA19-9)が上昇

## ■胆のう腺筋腫症

「アデノミオマトーシス」とも呼ばれ、胆のうの壁が厚くなる良性の病変です。胆のう内に結石(胆石)ができたり、胆のう壁の内部に袋状の空洞(RAS)が増殖したりします。その原因としては、胆のう内圧の上昇など諸説が考えられていますが、はっきり分かっていません。

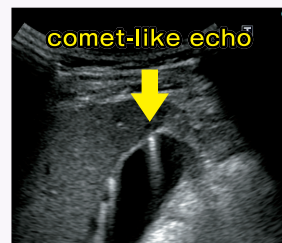
通常、発症しても自覚症状はなく、超音波検査(エコー検査)で偶然発見されることの多い病気です。

しかし、胆石症を伴い、胆のう炎を起こしている場合には、右上腹部の痛みや違和感、背部痛、吐き気、腹部膨満感などの症状が出る場合があります。



### 超音波検査所見

- ・ 胆のう壁の肥厚
- ・ 肥厚した胆のう壁の内部に袋状の空洞(RAS)
- ・ 彗星のような線状エコー(comet-like echo)



### 血液検査所見

- ・ 変化なし
- (胆のう腺筋腫症の診断に有効な血液検査はなく、画像検査で偶然発見されることが多い)

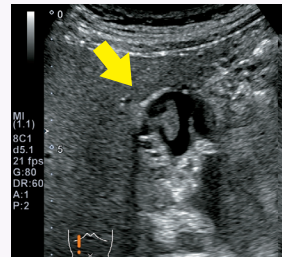
## ■胆道がん(胆のうがん、胆管がん)

胆管から発生したがんを「胆管がん」、胆のうから発生したがんを「胆のうがん」といいます。このふたつのがんをまとめて「胆道がん」といいます。胆道がんの初期の段階では無症状のことが多いですが、進行すると様々な症状が出現します。みぞおちや右脇腹の痛み等の症状が出ることもあり、がんの進行に伴い、食欲低下・悪心嘔吐・体重減少・倦怠感が現れます。がんが胆汁の通り道を閉塞し、胆汁が十二指腸に流れなくなると黄疸が出てきます。また、胆汁中のビリルビンが血液中に増加することで目や皮膚が黄色くなり、褐色の尿が出たりします。黄疸が出ると皮膚にかゆみがあらわれることがあります。さらに胆汁が十二指腸に流れなくなるため、白色便と呼ばれる白い便がでます。



### 超音波検査所見

- ・ ポリープよりは低エコーで、胆のう壁に広く接している
- ・ ポリープの大きさが10mmを超えるものは悪性の可能性あり



### 血液検査所見

- ・ 胆のうがん初期では血液検査で異常は出ない
- ・ 総ビリルビンの異常高値(黄疸)
- ・ がんが胆道を圧迫するようになると、胆道系酵素(ALP・ $\gamma$ -GTP・LAP)が異常高値
- ・ 腫瘍マーカー(CA19-9)の上昇



受診する前に読んでね！

# 健康診断の注意事項



「いまの身体の状態を正しく把握する」ための健康診断。

よい検査結果を出したくて、急場しのぎに食事制限や運動をしようとする方は少なくないかもしれません。

しかし、それによって正しい検査結果が得られず、不要な再検査や精密検査の指示を受けたり、病気の兆候を見逃したりする可能性があります。そこで、健康診断前から当日まで気をつけるべき点を紹介します。是非、受診前に確認してみてください。

## 健診前日に気をつけること

### 普段通りの生活



健診前の数日間、普段通りの生活をし、暴飲暴食はせずバランスのよい食事を摂りましょう。また、早寝早起きを心がけるなど、生活が乱れないよう気をつけてください。

健診前日は、普段通りの生活をしつつも、帰宅時間を調整して、早めの夕食や就寝するよう心がけてください。

また、筋トレなど激しい運動を日課にしている人も健診前日は控えてください。

### 食事について



午前受診の場合、前日の夕食は胃部エックス線検査・超音波検査がある方は午後10時、内視鏡検査がある方は午後8時までに済ませるようお願いします。

午後受診の場合は、前日の夕食時間の制限は設けていません。

ただし、アルコール飲料は血液検査の肝機能や中性脂肪、血糖、尿酸の数値に影響を及ぼす可能性があるため前日はなるべくお控えください。

## 健診当日に気をつけること

- 喫煙は血圧の値に影響するため健診当日は加熱式タバコも含め**喫煙はお控えください。** ●

### 飲食について



午前受診の場合は、絶食をお願いします。午後受診の場合は、午前7時までに軽い食事(何もつけないトースト1枚と、ミルクなしの紅茶1杯、あるいはご飯を軽く1杯と具のない味噌汁1杯)を済ませてください。ただし、血液検査や尿検査がある場合は、検査結果に影響を及ぼす可能性があるため、食後6時間以上空けることが望ましいです。

ちなみに、飴やガムも飲食とみなすので、食べないでください。(飴やガムの糖分は血糖値に影響を与え、ガムを噛むと胃液が出て、バリウムが胃壁につきにくくなり、胃部エックス線検査に影響を与えてしまいます。)

※その他注意事項は、問診票に同封しているお知らせをご覧ください。

### 服装について



人間ドック、生活習慣病健診、婦人科健診等を受診される方は、検査着に着替えていただきますので、服装の制限はありません。

定期健診を受診される方は、私服のまま検査となります。胸部エックス線検査や心電図検査、医師の聴診では、上半身を脱衣したり、捲る必要があるため、女性の方はワンピースの着用は避けてください。また、心電図検査では電極を足首に付けるため、足首の出しやすい服装が望ましいです。



### 【服薬について】

常用薬の服用については、血圧・心臓関係のお薬は飲んでいただいて構いません。

心配な場合は、主治医にご相談ください。

胃部エックス線検査・内視鏡検査を受診の方は、服用している薬を受診の2時間前までに服用してください。

検査時に胃の内部に薬が残っていると正確な検査ができません。また、血圧が高いと検査を受けていただくことができませんのでご注意ください。

糖尿病治療のインスリン注射や血糖降下剤の服用はお控えください。

(服用して食事しないと低血糖になる恐れがあります。)

### 【水分摂取について】

検査の2時間前までにコップ1杯程度(200ml以下)の飲用は可能です。

水分摂取を我慢しすぎると、血液検査や尿検査に影響する可能性があるだけでなく、脱水症状を起こしてしまう場合もあるので注意が必要です。

市販のお茶や、ジュース、スポーツドリンクには食品添加物が含まれているものが多く、血液検査や尿検査に影響を与える可能性があるため、ご注意ください。

### 健診中のマスク着用についてのお願い

受診者様、健診スタッフの相互の安全確保のため、健診施設及び健診会場内ではマスク着用を原則としています。マスクをお忘れになられた場合は受付にお申し出ください。

## 全国一斉 複十字シール運動 キャンペーン

9月26日、京橋駅周辺で大阪市地域女性団体協議会の皆さまと全国一斉複十字シール運動キャンペーンを実施。9月22日には、堺東駅周辺で堺市主催の街頭キャンペーンに参加しました。

堺市のキャラクター「サカエル」くんとのコラボも実現しました。

京橋駅周辺



ハイチーズ!



出張健診先の普及活動も!

堺市  
キャラクター  
サカエル



結核予防会  
キャラクター  
シールぼうや

堺東駅周辺

# 結核予防週間行事報告

…… 2023年9月24日から30日 ……

## 大型ビジョン CM 動画放映

9月24日～30日の期間、リンクス梅田（北区梅田）とトンボリステーション（中央区道頓堀）で、恒例の当会オリジナルCM動画を放映しました。また、大阪府との共催事業で茨木保健所制作の動画を大阪モノレール車内や、JR総持寺駅前のフジテック(株)様にも協力いただき放映しました。

大阪モノレール



梅田LINKSVision (B1F)



梅田LINKSVision (1F)



トンボリステーション



JR総持寺駅前  
(フジテック(株)  
Big Fit)

## 第32回中央区 健康展

9月30日に開催された『中央区健康展』に参加し、当会は結核・肺がん検診コーナーを出展。無料検診を行ったほか、来場者の皆さまに啓発グッズの配布を行いました。

シールぼうやです!  
お友達になってね!



シールぼうやは  
どこに行っても人気者



## まめ 知識

結核予防週間は、戦前・戦後の時を経て、初めて大阪で結核予防全国大会が開催された1962年(昭和37年)から、現在の9月24日～30日の期間に改められました。

結核予防週間では、結核に関する正しい知識の普及啓発を図ることを目的に、周知ポスターやパンフレットなどを作成・配布しています。その他、全国各地で街頭募金や無料結核検診、健康相談などを様々な活動を実施して、結核予防の大切さを伝えています。

## インフルエンザ予防接種を実施します

今年も10月からインフルエンザの予防接種を実施します。人間ドックや生活習慣病健診、定期健診を受診の際に併せて接種可能ですので、是非ご利用ください。(要事前予約)

また、出張での集団接種は、半日50名以上から承っておりますので、ご希望の場合は各施設のヘルスケアプランニング課までご相談ください。

**接種料金 (税込) 3,850円**

※出張での接種をご希望の場合は、接種料金に加えて医師派遣料[半日1名につき30,800円(税込)]が必要となります。

## 肺機能検査再開のお知らせ

当法人施設では、新型コロナウイルス感染症の影響により、健康診断における肺機能検査を休止しておりましたが、5類感染症に位置づけされたことにより、7月から肺機能検査を再開しています。

検査休止の間、皆様には大変ご迷惑をおかけいたしました。

肺機能検査は、気管支喘息、慢性閉塞性肺疾患(COPD)、間質性肺疾患をはじめとする呼吸器の疾病を調べるためにスパイロメーターという機器を使用して検査を行います。喫煙されている方や、少しの運動で息切れを起こしやすい方は、ぜひこの機会に、人間ドックまたはオプション検査として肺機能検査(税込¥2,200円)をご受診ください。なお、感染防止対策につきまして、健診関係8団体による「健康診断実施時における新型コロナウイルス感染症対策」を遵守し、安心して受診いただく環境を整えております。

## 第14回寝屋川公園フェスティバルに参加します～大阪複十字病院

11月3日(金・文化の日)に大阪府寝屋川公園管理事務所が主催する寝屋川公園フェスティバルが府営寝屋川公園で開催されます。

今年で14回目となるこのイベントには近隣の学校や事業所、ボランティア団体が参加され、子供から大人まで楽しめる様々な体験型の企画が用意されています。当院も骨粗鬆症のスクリーニング検査として、骨密度検査のブースを設置し、皆様のご来場をお待ちしています。

このイベントを通じて健康への関心を持っていただき、これからも地域の医療、健康福祉に貢献できるよう取り組んでまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

シールぼ'うやも  
登場するかも!?



表紙:大阪ベイエリアのランドマーク、ささしまコスモタワー展望台から見た景色

大阪市の南港に位置する大阪府咲洲庁舎ビル(愛称:ささしまコスモタワー)には、西日本で2番目の高さを誇る地上252mの展望台があります。ここからの景色は夜景100選にも選ばれており、湾岸エリア、大阪、神戸など関西屈指の夜景を一望することができる人気のスポットです。

そして、西側に目を向けた夢洲では、2025年に開催される「大阪・関西万博」会場の建設工事の様子を見ることができます。



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・<br>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<br>大阪市中央区道修町4-6-5<br>TEL: 06-6202-6666(代表)<br>FAX: 06-6202-6686<br>URL: <a href="https://www.jata-osaka.or.jp">https://www.jata-osaka.or.jp</a><br>E-mail: <a href="mailto:info@jata-osaka.or.jp">info@jata-osaka.or.jp</a> | 〒572-0850<br>寝屋川市打上高塚町3-10<br>TEL: 072-821-4781(代表)<br>FAX: 072-824-2312<br>URL: <a href="https://www.osaka-hospital.org">https://www.osaka-hospital.org</a><br>E-mail: <a href="mailto:webmaster@osaka-hospital.jp">webmaster@osaka-hospital.jp</a> | 〒590-0028<br>堺市堺区三国ヶ丘御幸通59番地<br>南海堺東ビル(堺タカシマヤ上)8階<br>南海堺東駅クリニックセンター内<br>TEL: 072-221-5515(代表)<br>FAX: 072-223-8534<br>URL: <a href="https://www.jata-sakai.jp/">https://www.jata-sakai.jp/</a><br>E-mail: <a href="mailto:sakai@jata-osaka.or.jp">sakai@jata-osaka.or.jp</a> |

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