

よぼうかい大阪がお届けするニュースレター

＋健康! よぼうかい OSAKA

2006

No.6

Japan Anti-Tuberculosis Association, Osaka

特集 ■ 結核

ニュースピックス ■ メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)とは
人間ドック専用施設 北浜健診センター
病院機能評価の認定取得

インフォメーション ■ 大阪府と大阪市へ陳情・表敬訪問
結核予防推進大会・街頭無料健診 ほか



郷愁



結核

日本で最大の感染症

昨年、約50年ぶりの結核予防法改正により、結核の新しい対策が進められています。

国内での結核の現状は、地域格差が大きく、大阪の罹患率はワーストワンが続いています。

また、日本は世界の中で、いまだ**中まん延国**とされています。

結核ってまだあるの？

かつて亡国病といわれた結核ですが、最近50年間にその死亡率や罹患率（1年間に結核として登録された患者さんの人口10万人当りの人数）は急速に減少してきました。平成17年には、結核で亡くなった人は2,295人、新しく結核になった人は28,319人ですが、現在でも感染症の中で最大のものであることには変わりはありません。特に大阪はワーストワンという汚名をいただいています（表参照）。

国民の栄養状態、衛生状態が改善され、抗結核薬などにより、昔のように多くの人が死亡する病気ではなくなりましたが、人から人へうつる病気であることを十分認識していただきたいです。

表 結核罹患率（平成17年）

	罹患数	罹患率（人口10万対）
全国	28,319	22.2
大阪府	3,382	38.4
大阪市	1,545	58.8

どうしてうつるの？

昔結核は若い前途有為な青年の命を奪ってきた病気ですが、最近では60歳以上の人が6割近くを占める高齢者の病気になってきました。そのうち80歳以上の人が結核菌を排出する状態で発見される割合が増加しており、これらの菌を若い結核菌に感染していない人にうつしていくという悪循環になっています。咳やくしゃみとともに結核菌は飛び出し、他の人に侵入していきます。空気感染といわれます。

結核菌はひとたび体の中に入りますと病気を起こさなくても長く体内で潜んでいます。糖尿病があったり、胃の手術を受けていたり、人工透析をしていたり、体の免疫機能が低下したときに結核菌は暴れだします。

どんな症状があるの？

結核菌が体に入ったからといって症状は全くありません。結核が発病しても、初期には症状はありません。健診を受けなかったり、精密検査の指示があるのに放置していると、病状が進行し、咳やたんが出る、体がだるい、ひどくなれば食欲不振や体重減少などの症状もみられます。初めのうちは風邪の症状とも似ていますので、風邪だと思い放置しているとどんどん進行し他人に感染させる事態になってしまいます。

もし発病したら…

胸部エックス線検査を受け、異常な陰影が発見されれば、CT検査なども含め精密検査をしますが、喀痰の中に結核菌が発見されれば確実に結核との診断がつきます。結核菌を排出している人はたいてい入院治療が必要になります。4種類の抗結核薬をのめば短期間に菌の排出がなくなり退院、外来治療となり、最低6ヶ月間の治療を受けていただきます。

症状がなければ勝手に内服をやめたりする人もいますが、薬が効かない結核菌（耐性菌）を作る原因ともなりますので、主治医の指示に従って、キッチリ内服することが必要です。



症例：精密検査を受けずに2年半放置、排菌陽性となった重症例

結核集団感染とは？

結核菌を排出していることに気づかずにいますと、周囲の人に感染させてしまいます。結核集団感染とは次のように定義されています。「同一の感染源が2家族以上にまたがり、20人以上に結核を感染させた場合をいう。ただし、発病1人は6人が感染したものとして感染者数を計算する。」

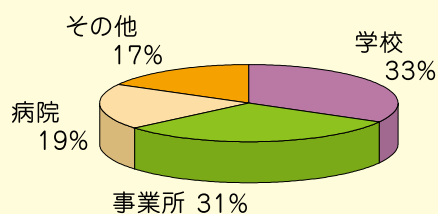
排菌量が多く、咳が強く、長期間にわたって持続していたり、若い人との接触が多かったり、狭いところでの接触などがあると、感染を起こしている可能性が高くなります。

集団感染は多いのですか？

昔は多くの人が結核で、菌を排出していましたので、誰から結核菌をうつされたのかはわかりませんでした。しかし、最近のように結核が減少しますと、誰からうつされたのかが分かることが多くなりました。特に、学校、事業所、病院などで多く発生しています。

結核菌の感染を受けたか否かを調べるには、ツベルクリン反応検査をしますが、BCG接種をしていますと反応が大きく出ることがあり、結核菌の感染のためか、BCG接種の影響か決めがたいときがあります。新しい検査方法として、クオンティフェロン法が開発され、BCG接種の影響を除去できるようになりました。

集団感染の発生場所(2000～2004年 総数183件)



(参考文献：「結核の統計2005」)

予防するには？

常日頃から体調を整えておくことです。万一結核菌が侵入しても必ず発病するものではありません。打ち勝つ体力を備えていれば大丈夫です。

しかし、結核菌を出している人がいれば、接触があった人を中心に接触者健診をします。「結核定期外健康診断ガイドライン」が示されていますので、それに則って保健所が中心になって行います。感染を受けたと考えられる人は予防的に抗結核薬1種類を6ヶ月間内服することがあります。

早期発見のためには？

定期健康診断で胸部エックス線検査を受けることです。風邪だと思っていても長引くときには必ずエックス線検査を受けてください。『**長引く咳は赤信号**』です。



豆
ちしき

結核菌の判別 —PCR法—

結核菌はヒトからヒトへの空気感染を起こしますが、非結核性抗酸菌はヒトからヒトへの感染伝播はありません。喀痰検査で抗酸菌が検出された際には、結核菌か非結核性抗酸菌かの鑑別が急を要します。従来の検査法では培養後の菌を用いて菌種の鑑別を行っていましたが、菌種の判別がつくまでに1ヶ月程度かかっていました。近年、遺伝子学的検査法の発達により検査の迅速化が図られ、その一つにPCR法があります。これは、検査材料中の抗酸菌の遺伝子を抽出し、DNAを調べることによって2～3日で抗酸菌の有無、および菌種の判別を行うことが出来ます。

ニュース
トピックス

メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)とは

以前(2005年、No.2)に特集しました「死の四重奏」について覚えていらっしゃいますか? 「高血圧」「高脂血症」「糖尿病」「肥満」の4つの生活習慣病が全て合併している場合に「死の四重奏」と呼びます。「死の四重奏」は動脈硬化を引き起こし、脳梗塞や心筋梗塞の原因になります。恐ろしいですね。では、この4つの生活習慣病のうち、3つだけが揃った場合、あるいは2つだけが揃った場合は安全なのでしょうか? また、この4つの生活習慣病は全て同列に考えて良いのでしょうか?特に危険な生活習慣病はないのでしょうか? 様々な研究によって、4つの生活習慣病の中で「肥満」、特に内臓脂肪型肥満が問題であることが分かってきました。このため現在では「メタボリックシンドローム」(内臓脂肪症候群)という言葉が盛んに使われるようになりました。

最近の研究で、内臓脂肪は単なるエネルギーの貯蔵庫ではなく、様々な生理活性物質を分泌していることが分かってきました。内臓脂肪型肥満は、その生理活性物質の分泌バランスを崩し、高血圧や高血糖、高脂血症を引き起こします。この状態をメタボリックシンドロームと呼びます。メタボリックシンドロームは動脈硬化の引き金になります。メタボリックシンドロームという概念が確立された目的は、動脈硬化による循環器病(心筋梗塞、狭心症、脳梗塞、閉塞性動脈硬化症など)を予防するためです。動脈硬化は、ある程度症状が進まないかぎり、なかなか症状として出にくい病気です。しかも、動脈硬化による循環器病は働き盛りに突然発症することが多く、生命に関わる重大な病気であり、後遺症も深刻です。メタボリックシンドロームを放置しておく、やがては動脈硬化を引き起こします。動脈硬化を防ぐには、メタボリックシンドロームの段階でしっかりと生活習慣を改善することが大切です。

日本における診断基準を表に記しました。メタボリックシンドロームの中心を担うのは、内臓脂肪型肥満です。ウエスト周囲径が診断基準をオーバーしていれば、内臓脂肪型肥満です。心筋梗塞、脳卒中、糖尿病などにかかるリスクは通常の人に比べ5倍に跳ね上がります。そのほか、高血圧、高血糖、高脂血症といった危険因子が1つ増えれば、リスクは10倍、2~3個重なれば30倍になってしまいます。リスクの多い人は1つずつでも減らして、特に基本となる内臓脂肪型肥満を改善したいものです。

表: メタボリックシンドロームの診断基準 (日本: 2005年)

内臓脂肪蓄積があり、	
臍部ウエスト周囲径	男性 85cm以上 女性 90cm以上 に加え
次の3項目のうち2項目以上該当するとき、 メタボリックシンドロームと診断します。	
①高血糖	空腹時血糖 110mg/dL以上
②高脂血症	中性脂肪 150mg/dL以上 あるいは HDLコレステロール 40mg/dL未満
③高血圧	収縮期血圧(上) 130mmHg以上 あるいは 拡張期血圧(下) 85mmHg以上

コレステロールには善玉(HDLコレステロール)と悪玉(LDLコレステロール)があることが知られており、健診の検査項目にもちゃんとあります。LDLコレステロールが増えると、動脈硬化が進行すると考えられています。しかし、LDLコレステロールの量(値)が正常範囲でもLDLコレステロールが悪玉から超悪玉に変わってしまうと、動脈硬化が進行してしまうのです。超悪玉コレステロールは、通常の悪玉コレステロールよりもさらに粒が小さいので、血管壁に入り込みやすく、血管壁を厚く凹凸にしています。この超悪玉コレステロールは、実は中性脂肪と深い関係にあります。中性脂肪が多くなると、超悪玉コレステロールも増えるのです。メタボリックシンドロームの診断基準に中性脂肪が入っているのはこういうわけなのです。

メタボリックシンドロームの改善には、摂取カロリーを抑制した食事を摂り、三食同じ時間に規則正しく食事をとりましょう。体重を減らすために、中等度の運動(30分以上最低でも10分以上)を毎日続けましょう。ウエスト(腹囲)、中性脂肪、血圧、血糖値を減らし、禁煙するよう努力しましょう。定期的な健診と継続的な自己管理は大切です。

肥満を解消



高血糖・高脂血症・高血圧の改善

肥満を解消する事によって、糖尿病、高脂血症、高血圧、全てが改善する事が知られています。
食事療法、運動療法を積極的に日常生活に取り入れ習慣づけるようにしましょう。

肥満と糖尿病

肥満状態ではインスリンの働きが悪くなります。この状態をインスリン抵抗性と呼び、血中のインスリンは十分にあって、高血糖が生じます。

肥満と高脂血症

肥満状態では脂肪代謝異常が生じ、中性脂肪の高値とHDLコレステロール(善玉コレステロール)の低値がもたらされます。高脂血症としては、総コレステロールではなく中性脂肪(トリグリセライド)が用いられます。

肥満と高血圧

肥満状態ではインスリン抵抗性、食塩感受性、交感神経活性亢進が生じ、結果として高血圧になります。

人間ドック専用施設 北浜健診センター

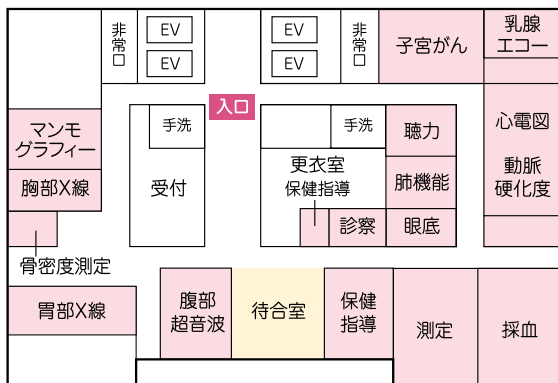
支部・相談診療所の建て替え工事のため、今年5月8日からドック専用施設「北浜健診センター」(大阪市中央区北浜2-2-22北浜中央ビル6階)を開設しております。

およそ1,000平方メートルという広さを生かしたワンフロアで、ゆったりとおくつろぎいただきながら人間ドックを受診していただきます。

医療機器は最新鋭の胸部デジタル撮影装置やCRマンモグラフィ装置を導入し、当支部が推し進める画像ファイリングシステムを駆使することで、より精度の高い健診をご提供できるものと確信しております。

ご予約・変更などのお問い合わせは従来どおり、相談診療所にて承っております。

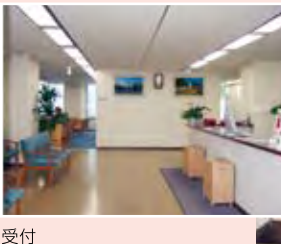
お間違いないようお願いいたします。皆様のご健康に役立つよう一同お待ちしております。



景観



待合室



受付



胸部デジタル撮影装置



CRマンモグラフィ装置

病院機能評価の認定取得

大阪病院(寝屋川市)では、(財)日本医療機能評価機構の定める病院機能評価の認定基準を達成し、平成18年8月21日付けで、同機構より認定証が交付されました。この認定基準は大変厳しいもので、認定されたことは大阪病院が良質で安全な医療を提供出来る施設だと証明されました。今後も、職員一丸となって地域の方々に貢献できるよう取り組んでまいります。

【シャトルバス運行】

京阪電鉄 寝屋川市駅
JR学研都市線 東寝屋川駅・星田駅

より無料シャトルバスが運行しておりますのでご利用ください。



info
01

総裁に職員祝福

当会総裁 秋篠宮妃紀子さまの親王さまご誕生にあたり、当支部玄関前に国旗を掲揚し祝の意を表しました。

info
02

大阪府と大阪市へ陳情・表敬訪問

第57回結核予防全国大会で採択された大会決議・宣言は、新しい結核対策の推進、他の胸部疾患健診の強化や生活習慣病対策をも担うなどが盛り込まれ、その実現に向け努力すべく、協力、要請を各都道府県において知事へ陳情しました。当支部においては、大阪府と大阪市へ行いました。

それに伴い、8月1日複十字シール運動開始にあたっての知事表敬訪問を(社)大阪エフボランティアネットワークと共にし、結核の現状と対策の必要性を説明しました。人々への普及啓発活動が結核予防の第一歩であり、複十字シール運動はその源であること、また、その益金は国際協力事業への一助を成すなど、運動の意義と目的に理解と協力を求め、同意を得ました。

info
03

結核予防推進大会・街頭無料健診



この行事は、結核予防週間(9/24~30)中、結核予防活動として地域での結核に対する意識の高揚を図るため、毎年実施しています。今年は、9月25日門真市で開催し、大阪の結核罹患率が未だワースト1位であることを踏まえ、新たな結核対応の必要性を地域の方々に周知しました。標記大会でのクイズには、シールぼうやが登場し場内を盛り上げました。

街頭無料健診は、同日門真市内、および堺市内で胸部検診車(シール号)の配備により実施し、結核予防普及啓発に努めました。

info
04

全国一斉複十字シール運動

結核撲滅のため結核予防思想を普及し、結核予防事業推進のため、取り組まれてきた複十字シール募金運動ですが、日本では、昭和27年以来続いております。大阪府支部では、結核の感染の怖さを普及啓発するため、昨年に続き、大阪市地域女性団体協議会との共催で、9月26日JR天王寺駅東口においてキャンペーン運動を展開しました。



info
05

天然ガス検診車整備

人と地球にやさしい、天然ガス使用の循環器検診車と腹部超音波検診車の計2台を8月下旬と9月上旬に整備しました。



info
06

禁煙外来スタート(堺高島屋内診療所)

平成18年7月から堺高島屋内診療所において禁煙外来を設けております。今年6月にニコチンパッチが保険適用になり、これまで以上に受診しやすくなっています。「禁煙したいけれど、なかなかやめることが出来ない」という方は、これを機会に禁煙にチャレンジされてはいかがでしょうか。当診療所では、患者さん一人ひとりのニーズに応じた診察を心がけています。

禁煙外来：月・火・金 PM 1:00~(予約制)
(上記日程以外についてはご相談させていただきます)

●表紙 【栄光の歴史】

なんばパークス(写真左上・下)は、幾多の名勝負を生んだ大阪球場の跡地に建てられました。そしてホークスは、平成元年に南海ホークスからダイエーホークスに、現在はソフトバンクホークスとなって福岡を本拠地に活躍しています。大阪球場を本拠地に活躍していた頃の南海ホークスは、日本シリーズで4連勝を成し遂げ、『涙の御堂筋パレード』でファンに応えてくれました。まさしく浪速の球団でした。なんばパークスの2階にある「大阪球場メモリアルプレート」(原寸大のピッチャーズプレートとホームベースを当時と同じ場所に埋め込んであります。)を見ると、勇猛果敢な杉浦や野村たちが活躍していた当時のグリーン軍団を思い出します。そこにはあの懐かしい郷愁が漂っています。

(写真協力:なんばパークス)

財団法人 結核予防会大阪府支部

支部・相談診療所／結核研究所	大阪病院	堺高島屋内診療所
〒541-0045 大阪市中央区道修町4-6-5 TEL 06-6202-6666(代表) FAX 06-6202-6686 E-mail info@jata-osaka.or.jp URL http://www.jata-osaka.or.jp/	〒572-0854 寝屋川市寝屋川公園2276-1 TEL 072-821-4781(代表) FAX 072-824-2312 URL http://osaka-hospital.jp/	〒590-0028 堺市堺区三国ヶ丘御幸通59 高島屋堺店内5階 TEL 072-221-5515(代表) FAX 072-223-8534 E-mail sakai@jata-osaka.or.jp

健康! よぼうかい OSAKA No.6 2006年10月発行 発行所/結核予防会大阪府支部

結核予防会はみなさんの健康を守ることで社会に奉仕するよう努めます