

1 診療日割表

「診療体制が変わりました。確認の上受診ください。」

H28.4.1 現在

		月	火	水	木	金
内科	午前	○	○	○	○	○
	専門	循環器	内分泌・血液	血液	消化器	内分泌・血液
	午後	○	○	○	○	○
	専門	第1 総合内科 第2・4 呼吸器 血液	循環器	循環器	循環器・血液	循環器・血液
外科・午前		○	○	○	○	○
皮膚科・午後					○	
眼科・午後		○			○	
歯科	午前	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○

※ 診療実施日に○で表示しています。

※ 受付時間は、午前8：50～11：00、午後0：50～3：30

2 健康アドバイス

「長寿ホルモンと愛知三の丸人間ドック」

愛知三の丸病院 院長 松波龍幸

慶應義塾大学医学部老年内科学教室が2013年に報告した「100歳以上の老人の健康調査」で、97%の人が何らかの慢性疾患を抱えていることが判明しました。内訳は高血圧62%、骨折46%、白内障46%、心臓疾患29%、呼吸器疾患21%、脳血管障害16%、がん10%でした。しかし糖尿病の罹患率だけは6%と極めて少なかったということです。では、彼らが糖尿病にならない理由は一体どこにあるのでしょうか。そう考えた研究チームが着目したのが、「アディポネクチン」というホルモン物質でした。

アディポネクチンは、脂肪細胞から分泌されるホルモンのうちのひとつで、1966年に大阪大学医学部の研究チームが発見したものです。その後多くの研究によって、このホルモンについて現在までに以下のことがわかっています。

アディポネクチンは、血管壁を正常に維持することにより動脈硬化の抑制をする物質として注目されています。②インスリン抵抗性を改善させ脂肪燃焼や血糖値の改善を促進することが判明しました。③アディポネクチンは、日内変動がなく安定した物質であり、変動は少ないとされている。④基準値がまだ確立されていません（一説に2～5 μg/mL以上とされていますが・・・）。

前述の百寿の人の調査では、調査した百寿者の9割が、アディポネクチンの血中濃度が平均より高いという結果が出たとのこと。なかには、百寿者は20 μg/ml以上の人もあったとのこと。

アディポネクチンそのものは、きわめて安定した物質で測定値の変動が少ないので、当院では、さらに検査精度の向上のためメタボレシオ（アディポネクチン値をインスリン抵抗性

指数で除した比) を用いて判定する方法を採用しています。

判定は「A：正常、B：ほぼ正常、C：やや注意、D：注意」の4段階表示とアディポネクチン測定値、メタボレシオを記載しています。

平成27年7月に横浜市で開催された日本人間ドック学会で当院健診部が発表した通り、アディポネクチン単独測定よりもインスリン抵抗性の指標と併せて検査したこの方法(メタボレシオ)で次のような知見を得ています。

1. 人間ドックの受診者において、BMIとメタボレシオとの間で弱い逆相関を認めました。
2. 体重の減少によりアディポネクチンの上昇が期待されたが、1年の変化でははっきりしませんでした。
3. メタボレシオを用いるとわずかな体重減少でもアディポネクチンの微増をとらえることができると考えられました。
4. 動脈硬化進展の抑制の指標としてメタボレシオが有用と考えられました。

是非、今年の共済希望者人間ドックを受けるときに、オプションのひとつとして「メタボレシオ」をお勧めします。

私的には、次のように考えています。

- ① メタボレシオ検査は、将来の病気(糖尿病など)の発症予測が可能と考えます。
- ② 検査は、保険適応でない自費の検査で、本来なら高額な検査ですが、共済組合の補助事業に当選された方は自己負担3,000円で実施できますので、1年に一回の検査が理想ではありますが、数年に1回でもよいかもしれません。
- ③ 健康に関心があって、わざわざ希望者人間ドックをしたいという人に有効(一般定期健診のついでに受けようという軽い動機の方は、無駄)です。食事(大豆、EPA・DHAを多く含む青魚、赤ワイン、きな粉、アシタバ・・・など)でもアディポネクチンは増加しますが、程度は微増です。現在有効な薬剤はありません。禁煙と運動(最低6ヶ月は要する)が増加のポイントです。したがって、メタボレシオ判定「C」や「D」など危険因子があるという人は、自分の努力(禁煙と運動)が必要になるからです。
- ④ また以前にメタボレシオ判定「C」や「D」とされた人は、生活習慣を改善してから、是非再検してください。

3 健診科より

毎年、1月から5月までの間は、人間ドックを受ける絶好のチャンスです!!
健診料金をお値打ち価格とさせていただきます。

組合員価格 標準コース 23,500円 → **20,000円**

「一度ドックを受けてみようか。」と思われる方は、健診科までご相談ください。

ドック予約電話 052-950-0500

編集後記

桜の季節も過ぎましたが、4月は気温の変動が激しく、体調を崩しやすいので、十分お気を付け下さい。

また、ピークは過ぎましたが、花粉の飛散はまだまだ続きます。花粉症にお悩みの方は、ぜひ当病院の花粉外来をご受診下さい。

連絡先電話番号

代 表 052-961-7011

(県庁内線) 4974

診療予約受付 052-961-7012

歯科予約受付 052-950-0560