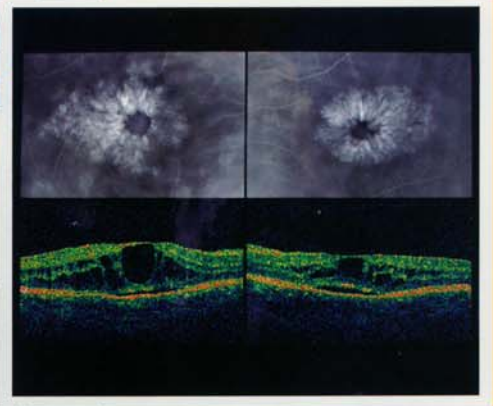


谷藤EYE通信

URL <http://www.5d.biglobe.ne.jp/~tanieye/>

ASCRS • ASCRS
2007 Symposium & Cornea

EXHIBIT HALL G



今年4月下旬におこなわれたアメリカ白内障屈折眼科学会に参加してきましたが、最新の眼内レンズ手術例えば遠近両用眼内レンズや、調節力のある程度残せる方法とかがトピックのようでしたが、参加者向けの特別講演には内科の先生による現在おこなわれている各種健康法についての評価に関する講演もありました。アメリカでは日本以上に肥満が問題になっていますが、この表紙の写真のように巷には高度の肥満者があふれています。暗いのですが、展示場入り口の蝶ネクタイをした大きな係員と、会場前のレストランで地元プロ野球チームサンジェゴパドレスの応援に来たカップル。女性が特大のマグロステーキを食べているところの写真を撮ってもいいかと聞いたら、笑顔で応じてくれました。 院長 谷藤 泰寛



肥満を招く現代生活 ～メタボリック症候群を防ぐには～

医療法人社団 厚厚堂 南昌病院 循環器内科部長 西城 精一

最近、メタボリック症候群（メタボリックシンドローム）という言葉が新聞、テレビなどで見たり、聞いたりすることが多くなってきました。流行語大賞にもノミネートされたので、ご存知の方も多いと思われそうですが、他人事と考えていませんか？

メタボリック症候群*1とは、まず肥満があり、これに基づく共通の基盤として「内臓脂肪の蓄積」が存在し、さらに「脂質異常症、高血圧、高血糖」といった動脈硬化の危険な要素（危険因子）を複数併せもった、心血管病を発症し易い状態のことをいいます。

日本人肥満者の半数は「治療を必要としない肥満者」で、残りは脂質異常症・高血圧・糖尿病・膝関節症などの生活習慣病を持っており「治療を必要とする肥満症」という病気だといわれます。メタボリック症候群が強く疑われる人は40才以上で増えており、その割合は男性2人に1人、女性5人に1人、数にして1960万人いるともいわれます（厚労省）。

当院で第一、第三土曜の午前中に内科の患者さんを診させていただいておりますが、ほとんどの方がメタボリック症候群や、既に高血圧や糖尿病による眼底出血を起こし、視力が低下した患者さんです。皆さんが検診などで肥満、脂質異常症、血圧高値や高血糖を指摘されて気になっていたにも拘らず、症状がないからといって放置しておいた方々がほとんどです。また、私の勤務する病院でも脳梗塞症の方が多いですが、危険因子を複数個持っている患者さんがほとんどです。

このように危険因子がいくつも重なると、1つ1つの程度が軽くても動脈硬化が急速に進み、「心筋梗塞」・「狭心症」や「脳梗塞」などの重い血管の病気を引き起こしてしまいます。日本人の死亡原因の1位は「癌」、2位「心臓病」、3位は「脳卒中」ですが、癌はいろいろな臓器に起こったものですが、心臓病と脳卒中（とくに脳梗塞）は心臓と脳という単一の臓器に起こり、大多数は血管の老化現象である「動脈硬化」によって引き起こされます。このように考えると、実質的な日本人の死亡原因の第一位が動脈硬化による病気であることがわかつておきます。

さて飽食の時代といわれて久しいですが、50年前に比べ一日のエネルギー摂取量はほとんど変わっておりません。しかし、総エネルギーに占める脂肪の摂取量が、50年前は一日20g弱（10%以下）だったものが現在は、60g（25～30%）と3倍にも増えています。脂肪の摂り過ぎ、運動不足により使い切れなかったエネルギーが脂肪として体に貯めこまれ、皮下脂肪特に内臓脂肪が増えてきます。最近、内臓脂肪細胞と動脈硬化の進展に深い関わりがあることが分かって来ました。非肥満者ではこの細胞から動脈硬化を予防する

「善玉のホルモン」が分泌されますが、肥満になると逆に動脈硬化を促進させる「悪玉のホルモン」の分泌が多くなり、脂質異常症・高血圧・高血糖を来し、心筋梗塞・脳梗塞などの動脈硬化による病気を引き起こし易くします。

「人は血管とともに老いる」と言われます。心筋梗塞・狭心症・脳梗塞などの動脈硬化による病気の予防のためには、生活習慣に関わる運動不足、脂肪の取り過ぎ、生活リズムの乱れなどの修正に気をつけ、肥満にならないように努めることが必要と思われま

す。このような現代生活～飽食・運動不足の時代～を迎え、日本人の体内に眠っていた「儉約遺伝子*2」たちが呼び起こされてメタボリック症候群が発症してくるものと考えられています。ここで自分の生活習慣をもう一度見直してみませんか？

今回は食事の摂りかたや運動のやり方についてお話ししたいと思います。

***1) メタボリック症候群：**おへその高さの腹囲が「男性85cm以上、女性90cm以上」の場合に内臓脂肪型肥満と判断されます。それに加えて「脂質異常症、高血圧、高血糖」のうち、2つ以上の項目に当てはまると、メタボリック症候群と診断されます。

***2) 儉約遺伝子：**今日まで、人類の大多数は飢餓との闘いでした。食料不足の状況では摂取したエネルギーを出来る限り効率よく吸収・利用し、無駄なエネルギーは使わず、余ったエネルギーは全て体の中に脂肪として蓄える体の仕組みが発達し、出来上がってきました。このようにエネルギーを儉約するための遺伝子を儉約遺伝子といい、いくつか見つかっています。日本人には、この儉約遺伝子が欧米人の2～3倍も多く存在しています。このため日本人は欧米人に比し肥満に弱い民族といわれ、生活習慣病になり易く、この遺伝子を持っている人は肥満になり易いともいわれています。



日本人肥満者の半数は治療を必要とします

先進医療：眼底3次元画像解析

平成19年6月1日より、当院で行っている眼底3次元画像解析検査（OCT）が「先進医療」に認められました。

受理番号(先125)第1号

平成19年6月1日

先進医療とは

「厚生労働大臣が定める高度の医療技術を用いた療養その他の療養であって、保険給付の対象とすべきものであるか否かについて、適正な医療の効率的な提供を図る観点から評価を行うことが必要な療養」として、厚生労働大臣が定める「評価療養」の一つとされています。

具体的には、有効性及び安全性を確保する観点から、医療技術ごとに一定の施設基準を設定し、施設基準に該当する保険医療機関は届出により保険診療との併用ができることとしたものです。

先進医療に係る費用は

ごく限られた施設で行われる先進的検査で、一般の保険診療（診察・検査・投薬・入院料等）とは別に自己負担金が必要になります。（検査を受ける場合、同意書に署名していただきます。）

先進医療に係る費用は（自己負担分）2,500円（1回の診察につき）

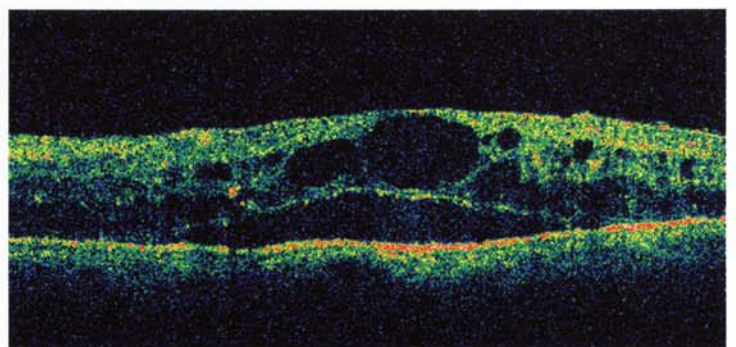
眼底3次元画像解析法とは

光の干渉現象を用いた非侵襲的眼底検査で、網膜、視神経線維層、黄斑部、視神経乳頭などの病変が3次元的に解析できる唯一の方法です。現在、眼底疾患を診断するためには、眼底鏡や眼底カメラによる眼底検査が必要ですが、従来の眼底検査法では網膜表面上に現れている変化を観察できるだけで、その診断精度には限界がありました。眼底3次元画像解析法はこれまでの眼底検査法では行えなかった網膜の断層面の観察や立体構造の数値的解析を行うことができます。

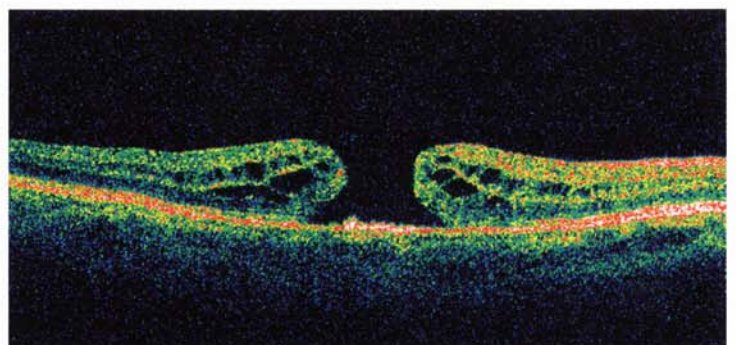
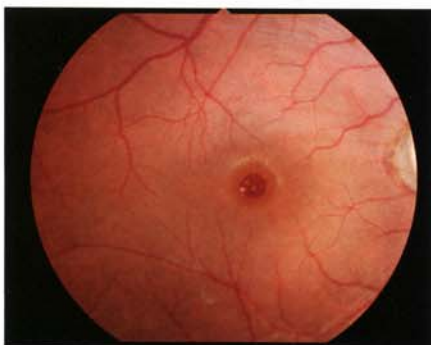
〔適応症〕

加齢黄斑変性・糖尿病黄斑症・黄斑円孔・網膜剥離・黄斑前膜・緑内障

糖尿病による
嚢状黄斑浮腫



黄斑円孔



ご不明な点は医師、スタッフにお気軽にお聞きください。



患者様よりたくさんの募金をいただきました。
皆様の温かいご協力、誠にありがとうございます。
ひかりの箱と、アイメイト募金へ入れさせていただきますました。



医療法人社団帰厚堂南昌病院 循環器内科部長 西城精一医師による
内科診察予定は毎月第1と第3土曜日です (変更になる場合もあります)

お知らせ

- 7月7日(土) いわてORTの会勉強会 岩手県立中央病院;
- 7月21日(土) 第316回岩手眼科集談会;
- 7月28日(土)~29日(日) 第45回北日本眼科学会; 新潟県新潟市; 院長出席予定
- 8月4日(土) 平成19年度日本眼科医会第3回理事会; 院長出席予定
- 8月13日(月)~16日(木) お盆休み予定
- 8月25日(土)~26日(日) 第30回日本眼科医会東北ブロック講習会 (仙台市); 院長出席予定
第18回東北ブロック眼科医療従事者教育講習会 (仙台市);
- 9月1日(土) 平成19年度日本眼科医会第4回理事会; 院長出席予定
- 9月8日(土)~12日(水) 第25回欧州白内障・屈折手術会議 (ESCRS)
開催国スウェーデン ストックホルム; 院長出席予定

報告

- 4月14日(土) 平成19年度日本眼科医会第1回理事会; 院長出席
- 4月19日(木)~22日(日) 第111回日本眼科学会総会 (大阪市); 院長出席
- 4月28日(土)~5月2日(水) 米国白内障・屈折手術会議 (ASCRS)
米国 (サンディエゴ); 院長出席
- 5月10日 看護師佐藤幸子退職
- 5月12日(土) 平成19年度日本眼科医会第2回理事会; 院長出席
- 6月9日(土) 第23回岩手眼科臨床懇話会 (盛岡市);
院長・副院長 (姜)・事務長 (谷藤)・篠村・藤村・早坂・香森・三浦 (早)・森 (澄)・千葉
- 6月29日(金)~7月1日(日) 第46回日本白内障学会・第22回日本眼内レンズ屈折手術学会
(松山市); 院長・三浦早弥香 (ORT) 出席
第23回日本眼科看護研究会 (松山市); 早坂悦子・佐々木恵出席

No.24 : 平成19年 (2007年) 7月・8月・9月号



医療法人泰明会 谷藤眼科医院

〒020-0127 岩手県盛岡市前九年2丁目2-38
TEL:019(646)2227 FAX:019(645)3811