

ドックセンターのご紹介

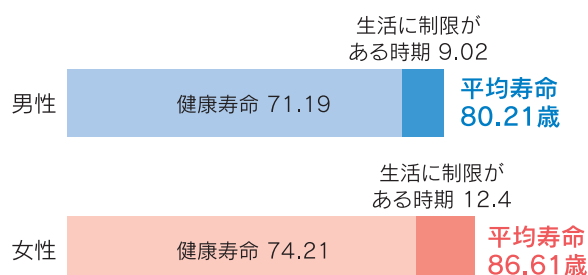
保健師

高橋 久美子

日本は世界有数の長寿国で平均寿命が男女ともに80歳を上回っている一方で、自立した生活を送れる期間「健康寿命」は平均寿命より男性は約9年、女性は約12年も短く、人生の最後の約10年は介護等が必要な現状です。日本人の主な死因は三大生活習慣病（がん・心臓病・脳卒中）であり、介護の原因をみると認知症がトップで、脳卒中・運動器の障害（骨折・転倒、関節疾患）がその後に続きます。

ドックの目的の1つは現在の健康状態を検査することです。がんや高血圧・脂質異常症・糖尿病などの多くは進行するまで自覚症状がないため気づきにくいものです。食べ過ぎや飲み過ぎ・運動不足・喫煙など不健康な生活習慣が原因で起こる生活習慣病は、動脈硬化を促進させるとともに、放っておくと命に関わる「心臓病」や「脳卒中」を引き起こす怖い病気です。

しかし、これらの生活習慣病は初期には自覚症状がなく、静かに体の中で進行していき、何らかの症状が現れて気づいたときには、すでにかなり病気が進行してしまっていることも少なくありません。



平均寿命：厚生労働省「平成25年簡易生命表」
健康寿命：厚生労働省「平成25年度生命表」
「平成25年人口動態統計」「平成25年国民生活基礎調査」
総務省「平成25年推計人口」より算出



こうした隠れた病気を早期に発見して治療につなげ、重症化を防ぐことがドックの重要な役目です（二次予防）。

胃内視鏡検査は、経口と経鼻カメラを選択でき、胃の粘膜を直接観察します。胸部検査や胃バリウム検査の画像は、内科医と読影専門医による二重チェックで判定しています。

眼科検査では人体の中で唯一、外から直接見ることのできる網膜の血管などを眼科医が診察し、動脈硬化の程度などを確認します。1日の受入を少人数で実施しているので、ゆっくりと検査を受けて頂けます。ドックの結果で要精査・要治療と判定された場合には、当院の外来や他院へ紹介をします。

ドックのもう1つの目的は、現在の健康を将来まで維持するために、あるいは現在少し損なわれている健康を取り戻すために、検査結果から生活習慣の改善に生かして病気の発症を防ぎ、心身をよい状態に保つことです（一次予防）。

人間ドックコースでは、検査当日に医師による検査結果の説明と生活習慣の改善指導を行っています。私たちの身体は日々の食べたものでできており、私たちの健康は毎日の生活習慣の積み重ねでできていますので、食生活の改善が必要な方には管理栄養士による食事指導や栄養課が毎月開催している食事会のご案内、喫煙している方には禁煙外来の紹介、特定健康診査で特定保健指導に該当された方にはメタボリックシンドロームから脱出できるよう、面談・電話・メールなどで継続的な支援をしています。

→ 2 ページにつづく

脳ドック

脳ドックの検査内容は脳の断面像を写し出すMRI検査、脳や頸部の動脈を写し出すMRA検査、頸部超音波検査、認知機能検査等を行います。

当院は、日本脳ドック学会が定める「脳ドックのガイドライン」の基準を満たし、日本脳ドック学会認定施設に認定されています（群馬県で認定を取得しているのは4施設）。

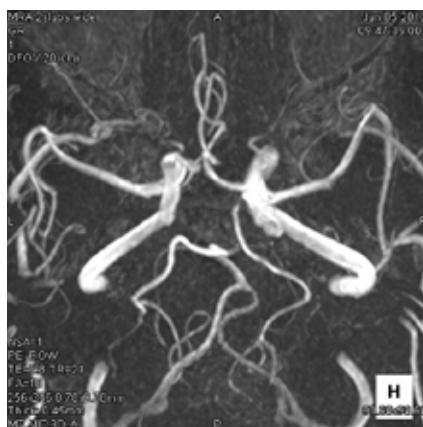
破裂するとクモ膜下出血を起こす脳動脈瘤、脳梗塞の原因となる内頸動脈狭窄や不整脈（心房細動）、脳卒中や認知症の危険因子である生活習慣病などを無症状のうちに発見して発症を未然に防いだり、悪化させないように経過観察や精査、治療が必要な場合には当院の脳外科、神経内科専門医へ引き継ぎフォローしていきます。

脳卒中の家族歴、高血圧、糖尿病、脂質異常症、肥満、喫煙などの危険因子を有する方は、一度脳ドックの受診をお勧めします。

健康で豊かな生活を送るためにも年1回の人間ドックを受けて自分の身体の状態を知り、健康維持・健康増進にお役立て下さい。病気にならないように意識的に健康に気を付ける生活を心がけましょう。



頸部MRA検査



頭部MRA検査

老研病院・陽光苑夏祭りのお知らせ

● 日程：平成 30 年 7 月 27 日（金）

第1部

健康寿命づくり講演会：16 時～ 17 時
（新館6階 講堂）

『眼のドックと眼の疾患』

眼科 高玉 篤 先生

第2部

夜祭り／夜店：17 時 45 分～

＜ご協力をお願い＞

病院東側の駐車場は7月26日（木）18時から7月27日（金）深夜まで駐車出来ないため、南側及び西側駐車場をご利用下さいますようご協力をお願い申し上げます。



皆様のご来場を心よりお待ちしております。



第219回 老年病研究会のお知らせ



日本医師会生涯教育講座 1.5 単位取得予定 (20. 不眠、76. 糖尿病、82. 生活習慣)

● 日時 平成 30 年 7 月 25 日 (水) 19:00 ~ 20:50

● 場所 新館 6 階 講堂

座 長 老年病研究所附属病院
副院長 神経内科 甘利 雅邦 先生

第一 講演

19:10 ~ 20:00

『(仮) 高齢者糖尿病の治療戦略』

演 者 群馬大学医学部附属病院
内分泌糖尿病内科 病院講師 山田 英二郎 先生



＜アガパンサス＞

花言葉：恋の訪れ、知的な装い

撮影者：松原信子様

第二 講演

20:00 ~ 20:50

『(仮) 入院患者の安全管理～不眠症を含めて～』

演 者 国立がんセンター東病院
精神腫瘍科 科長 小川 朝生 先生

※医療職の方に役立つ講演会です。

講演会終了後は、情報交換の場を設けていただいております。



7月の食事会のお知らせ



『麺をおいしく食べよう』

～薄味でも大満足！減塩のコツを知ろう～

● 日時：平成 30 年 7 月 6 日 (金)

12:00 ~ 講演会

12:30 ~ 食事会

● 場所：新館 6 階 講堂

- ・七夕そうめん
- ・アジの南蛮漬
- ・茄子のそぼろあんかけ
- ・キラキラフルーツポンチ

熱量 408kcal
蛋白質 24.8g
食物繊維 4.2g
塩分 2.1g

参加ご希望の方は病院受付にお申し込みください。
会費 500 円 定員 65 名です。

6月の食事会より

『いつでもできる！簡単・おいしい・楽しい食事』
～上手な食材の活用法～



- ・枝豆ごはん
- ・きのこスープ
- ・豆腐のから揚げ
- ・ごま味噌和え
- ・マンゴーゼリー

熱量 408kcal
蛋白質 20.4g
食物繊維 4.9g
塩分 1.6g

担当 管理栄養士 とくさ 木賊

外来診療表

第2・第4土曜日休診
※歯科口腔外科は第2・4土曜も診察しています

平成30年6月1日

時間帯		曜日	月	火	水	木	金	土 (第2・4休診)
午前	診療科目	内 科	高玉院長・長嶺	高玉院長・長嶺	高玉院長・勝山	高玉院長・勝山・下田	高玉院長・勝山・長嶺	高玉院長(10:30まで)・勝山・長嶺
	禁煙外来				勝山(完全予約制)	勝山(完全予約制)	勝山(完全予約制)	
	神経内科	岡本・菊池	岡本・甘利	岡本・甘利	岡本・酒井	岡本・池田	菊池	
	循環器内科		天野	天野	天野	天野	天野	天野
	循環器内科(不整脈外来)							田村
	脳神経外科	1診:内藤 2診:岩井	高玉 真	1診:内藤 2診:高玉 真	1診:内藤 2診:岩井	1診:宮本 2診:内藤	1診:高玉 真 2診:宮本	
	整形外科	佐藤(圭)・加藤	島田	佐藤(圭)・館野	佐藤(圭)(10:30まで)・加藤	館野・島田	佐藤(圭)・島田・館野・加藤 (第1) (第1-5) (第3-5) (第3)	
	眼 科	高玉 篤	高玉 篤	高玉 篤	高玉 篤	高玉 篤・遠藤	高玉 篤	
	皮 膚 科	渋谷	渋谷				渋谷	
	泌尿器科	矢嶋		一ノ瀬			黒川	
	漢方外来(内科)				古川			
	高血圧外来	中村(哲)	中村(哲)					
	糖尿病外来		中村(保)					中村(保)
	内 視 鏡			山田(第2-4)	古川(胃・大腸)	乾(胃)		
	麻 酔 科	増田		増田(10:30まで)		佐藤(美)		
	歯科・口腔外科	福士・戸谷	福士・戸谷	福士・戸谷	福士・戸谷・伊達	福士・戸谷	福士(第1-3-5)・戸谷(第2-4)	
午後	内 科					下田		
	神経内科	清水	清水	梶原	甘利・梶原・漆田 (14:00まで)	池田(15:30まで)		
	物忘れ外来(神経内科)			山口(完全予約制)				
	整形外科	加藤		館野		島田		
	脳神経外科		岩井(14:30まで)	岩井(14:30まで)				
	眼 科		高玉 篤	高玉 篤(隔週)	高玉 篤			
	皮 膚 科			渋谷				
	泌尿器科	矢嶋						
	リハビリテーション科				神宮			
	腎臓リウマチ内科		大石(第1-3)					
	睡眠時無呼吸外来					前野(隔週) (完全予約制)		
	糖尿病外来					中村(保)		
	歯科・口腔外科	福士・戸谷	茂木・福士・戸谷		福士・戸谷・伊達	福士		

受付時間

午前8:30～11:30まで

午後1:30～ 4:00まで

(土曜の受付は11:00まで)

※急患は24時間

受付けております

※禁煙外来は初診のみで
再診は内科外来で
行います

公益財団法人 老年病研究所附属病院

〒371-0847 群馬県前橋市大友町3-26-8 TEL 027-253-3311(代表) FAX 027-252-7575(代表)

E-mail: info@ronenbyo.or.jp ホームページアドレス http://www.ronenbyo.or.jp/

地域医療福祉連携室・相談室

TEL 027-253-4108 FAX 027-253-4135