

親愛通信

Shin'ai Communication

2024

Vol.3

特集

SPECIAL FEATURE

『要精密検査』の通知 放置していませんか？

P 2 『要精密検査』の通知、
放置していませんか？

P 4 施設ガイド
ステーションクリニック

P 6 お家で簡単！腸活のススメ
腸活おすすすめレシピ「アボカド納豆」

P 7 採血で早期発見「LOX-index[®]」
胃X線検査装置を更新しました



特集

SPECIAL FEATURE

自覚症状がないから、時間がないからと受診『要精密検査』の通

精密検査は自分の体と向き合う機会です。
先延ばしをせずに、早めの受診を心がけましょう！

健康診断の結果で、特定が難しい病気が疑われる場合や、詳しく調べてみる必要がある場合に通知される『要精密検査』。案内が手元に届いても「自覚症状がないから」「時間がないから」と、受診せずに放置していませんか？

健康診断の結果は前日の食事や行動、当日の体調など様々な要因に左右されるため、異常あり＝病気があるとは限りません。しかし、糖尿病や高血圧などの生活習慣病やがんなど、中には自覚症状に乏しいものもあり、発見されたときにはすでに進行していたというケースもあります。

精密検査は自分の体と向き合うよい機会です。たまたま数値などが悪かったのか、あるいは病気のサインなのかを調べるためにも、先延ばしをせず、早めの受診をおすすめします。

01

病状の悪化や進行状況、
潜んでいる病気を
発見することができる

02

病気の特定や、
異常の程度を
詳しく知ることができる

03

治療が必要な病気だと
特定された場合に
早めの治療ができる

04

生活習慣を
見直すきっかけとなり、
健康的な生活を
送ることができる

Merit

精密検査を受診する

4つのメリット

精密検査・治療受診のお知らせ

天神クリニックとステーションクリニックの外来では精密検査や治療を行っております。予約が必要な検査もありますので、お電話またはホームページでご確認ください。受診時は健康保険証と紹介状をご持参ください。



予約不要…予約無しで検査可能です。注意事項をご確認のうえ直接ご来院ください。

要予約…受診の際には予約が必要ですが、ホームページからも予約申し込みができます。

精密検査
受診のすすめ

せず

知、放置していませんか？

精密検査で病気を「早期発見、早期治療」ができれば、重症化を予防したり、完治する確率が高まります。

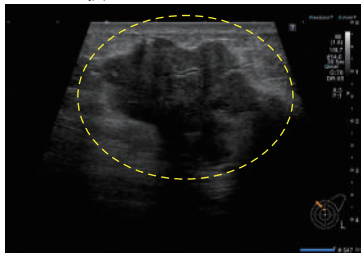
乳がん

乳がん検診の「要精密検査」は、治療が必要な状態なのかを診断するために行われるもので、必ずしも「乳がん確定」ではありません。

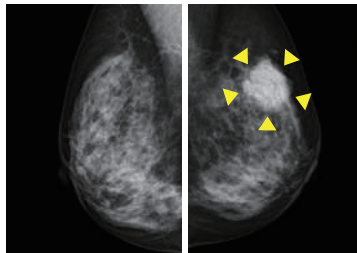
しかし、乳腺エコー検査で乳房に35mmの腫瘍が見つかり、二次検査のマンモグラフィ検査でも同部位に腫瘍が認められたケースでは、精密検査で乳がんの診断がつくこともあります。特に乳房のしこりなど自覚症状がある場合は迷わず精密検査を受けましょう。



■エコー検査



■マンモグラフィ検査



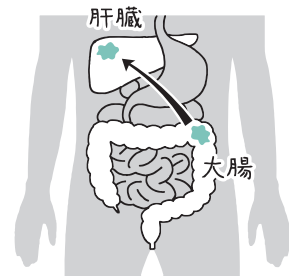
Point

乳がんは自分で見つかる数少ないがん。
自覚症状があれば迷わず受診しましょう。

肝臓に転移が認められた大腸がん

一生の中で大腸がんになるのは13人中1人。日本人のがん罹患数の中でもっとも多いがんと言われていますが、比較的進行が遅く、早期発見・早期治療でほぼ100%近く完治するがんです。

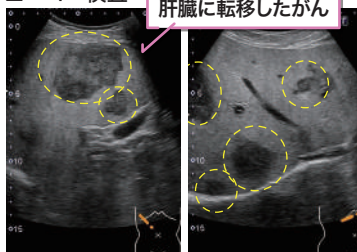
一方で、過去数年にわたり便潜血陽性で要精密検査になっていたが放置した結果、発見年には腹部エコー検査で転移を疑う肝腫瘍が認められ、精密検査で大腸がんと診断されたケースも珍しくありません。痔が原因の便潜血もありますが、がんリスクを避けるためにも放置せず、精密検査を受けましょう。



■大腸CT検査



■エコー検査



Point

便潜血陽性の場合は大腸がんの可能性も。放置せず、精密検査を受けましょう。

(保健科、診療放射線科、臨床検査科)

医療法人親愛 ステーションクリニック (外来)

内科や各専門外来のほか、人間ドック・健康診断・再検査・精密検査を行っています。各専門のスタッフが連携し、きめ細かなフォロー体制で、質の高い医療の提供に努めています。

博多駅筑紫口に隣接していますので、駅を利用される方やお忙しい方にも気軽にご利用いただけます。



ENTRANCE



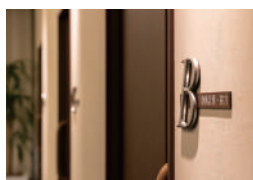
コーヒーコーナー・ ウォーターサーバー

人間ドック・健康診断終了後に
ご利用ください。



総合案内 (健診受付)

人間ドック・健康診断の
受付はこちらです。



FREE
WiFi

健康診断・外来フロアともに
Wi-Fi完備です。



LOBBY



胃X線検査装置

令和6年1月に更新しました。寝台のさまざまな向きに動き出すときや停止がソフトでスムーズになりました。被ばくも少なく、よりきれいな画像を提供できるようになりました。

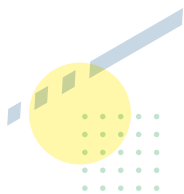


STATION CLINIC

/人間ドック・健康診断)



クリニック直通の専用エレベーター



DEITOS ANNEX BLDG
3F



外来受付

受付時に健康保険証をご提示ください。

マイナンバーカードによる健康保険証利用（マイナ受付）にも対応しています。



マンモグラフィ装置

令和5年10月に更新しました。

以前の装置よりも被ばくが少なく、高画質の撮影が可能になりました。さらに、受診者への優しさにもこだわったデザインと機能を持ち合わせています。

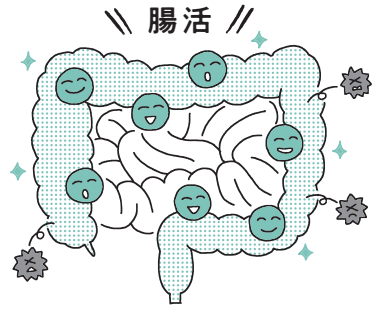


お家で簡単！腸活のススメ

「腸活」で腸内環境を整えましょう！

近年、腸内環境を整える「腸活」が注目されています。腸活とは、生活習慣などを見直して腸内環境のバランスを整えること。腸内には善玉菌（ビフィズス菌や乳酸菌、酪酸菌など）と悪玉菌（ウェルシュ菌やブドウ球菌、大腸菌など）という細菌が存在し、悪玉菌を減らして善玉菌を増やすことで腸内環境が整います。

腸内細菌はホルモンバランスとも深く関係しているため、腸内細菌叢（そう）をより良い状態に保つことが自律神経のバランスを整えることにもつながります。善玉菌を含む発酵食品や大豆食品、善玉菌のエサとなる食物繊維などを毎日の食事に積極的に取り入れたり、適度な運動の継続を心がけ、腸内環境のバランスを整えましょう。



女性特有のトラブルも腸内細菌が影響

閉経の時期をはさんで約10年を「更年期」と呼び、この時期は女性ホルモンが徐々に低下するため自律神経のバランスが崩れやすくなり、心身にさまざまなトラブルが起こります。また、月経がある女性の78%が月経前や月経中にさまざまな身体的あるいは精神的不調を自覚しています。これは月経随伴症状（月経に伴って起こる症状）であり、日常生活に支障がでるほどの症状に悩んでいる方も少なくありません（月経前症候群：PMS、月経困難症と言われます）。



鎮痛剤やピルを使う薬物療法などの治療法もありますが、近年では腸内細菌叢との関係も注目されていて、PMSの方々には特徴的な腸内細菌が増えているという報告があります。また、PMSの女性はお菓子など甘い物を欲する傾向があり、たくさん食べて一時的に血糖値の上昇後急激に低下することで、疲労感を覚えたり憂うつになったりと、不安定な気分になりやすいこともわかっています。

PMSや月経困難症などの予防や改善のためには、日常的にバランスのよい食事を摂ることを心がけましょう。（婦人科）

簡単、おいしい！腸活おすすめレシピはこちら



アボカド納豆

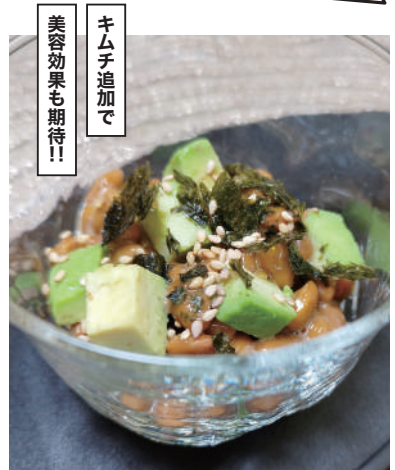
腸内環境を整える最強コンビを和えるだけ！

材料

納豆……………1パック
アボカド……………½個
ごま……………小さじ½
のり……………適量
醤油……………適量
ごま油……………適量

作り方

- ①アボカドをサイコロ状に切ります。
- ②納豆に付属のたれを入れ、よく混ぜます。
- ③①と②とごま油を入れ、和えます。
(醤油はお好みでプラスする)
- ④お皿に盛ってのりをちぎり、ごまをふりかけてでき上がり。



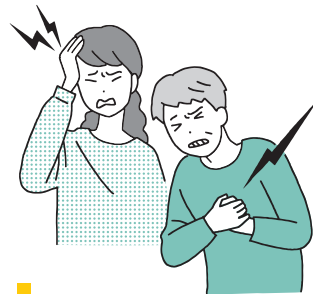
キムチを加えれば乳酸菌効果でさらに腸内環境グッド！

採血で早期発見「LOX-index[®]」

ロックス-インデックス

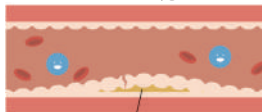
日本人の疾患別死因は脳血管・心疾患が多く、合計数は1位の悪性腫瘍と同水準。突然死の死因の約6割が心疾患といわれています。脳梗塞・心筋梗塞を発症させる動脈硬化は脂質が血管内に取り込まれることで進行します。脂質が溜まると血管内にこぶ(プラーク)ができて血管の内側が狭まり血流も悪くなります。このプラークが破れると血の塊の血栓が血管の内側を塞ぎ、血流は完全に途絶えてしまいます。これが脳で起きると脳梗塞、心臓で起きると心筋梗塞

です。『LOX-index[®]』は血液中で酸化した最大の悪玉である酸化変性LDLコレステロールと、動脈硬化を進行させるLOX-1という2つの物質を測定し、将来の脳梗塞・心筋梗塞発症リスクを評価する検査です。方法は採血のみ。脂質代謝異常など動脈硬化のリスクがある人、家族に脳梗塞・心筋梗塞の既往歴がある人、健康診断でLDLが高いと言われた人、人間ドックや健康診断でプラスアルファの検査がしたい人などにおすすめします。(健診予約課)



動脈硬化のメカニズム

日々の生活習慣(喫煙等)の乱れによりプラークが発生!



プラーク(コレステロール等の塊)



プラークが破れ血栓が形成され、脳梗塞・心筋梗塞へ



- 血液検査で脳梗塞・心筋梗塞の発症リスクを評価する
- 検査対象は、脂質代謝異常、糖尿病、高血圧など動脈硬化リスクがある人、プラスアルファの検査がしたい人など

検査料
13,200円(税込)



胃X線検査装置を更新しました

低被ばく・低侵襲で高精度の診断が実現

今回導入した胃X線装置は天板(体を密着させる部分)が検査を受ける方(受診者)の身体を包み込むような弧状になっています。そのため、平面の天板よりも検査中の安心感が上がったと感じていただけるでしょう。

また、この天板には撮影技師が左右に動かすことのできるローリング機能が付いており、検査中に受診者に行っていただく体位変換時の動きや撮影時の角度調整をアシストできるようになりました。これによって、X線撮影時間の短縮、受

診者への被ばく低減・負担低減にもつながり、体によりやさしく、安心・安全に配慮した検査を提供できるようになりました。

撮影画像においても、高度な画像処理技術によって、高画質・高精度の画像が得られるようになり、より正確な診断が可能になりました。



(診療放射線科)



医療法人親愛 天神クリニック

MEDICAL CORPORATION SHIN-AI TENJIN CLINIC

福岡市中央区天神2-12-1 天神ビル3F

☎092-721-3571

※内容によっては、電話受付の時間が異なります。

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~18:00	●	●	●	●	●	13:00迄

休診日/日曜・祝日・年末年始・お盆

※診療時間は診療科目や状況により異なる場合がございます。予めご了承ください。

※診療科目によっては予約が必要です。

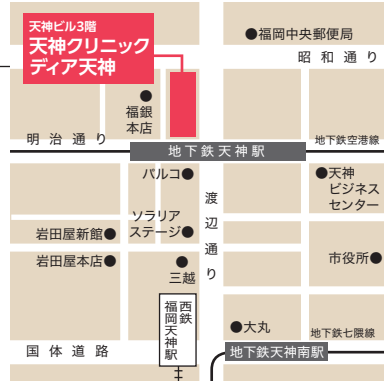
※最新の情報はホームページでご確認ください。



天神クリニックは人間ドック・健康診断を専門とした『ヘルスケアセンター ディア天神』を併設しています。

ACCESS

- 福岡市営地下鉄 空港線「天神駅」 → 中央改札口を出て地下街を北へ進む。
- 福岡市営地下鉄 七隈線「天神南駅」 → 中央改札口を出て大丸を右手に地下街を北へ進む。
- 西鉄 天神大牟田線「西鉄福岡(天神)駅」 → 改札(北口)を出て北へ進み、明治通りを渡ってすぐ。



医療法人親愛 ステーションクリニック

MEDICAL CORPORATION SHIN-AI STATION CLINIC

福岡市博多区博多駅中央街1-1 デイトスアネックス3F

☎092-441-5446

※内容によっては、電話受付の時間が異なります。

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~18:00	●	●	●	●	●	13:00迄

休診日/日曜・祝日・年末年始・お盆

※診療時間は診療科目や状況により異なる場合がございます。予めご了承ください。

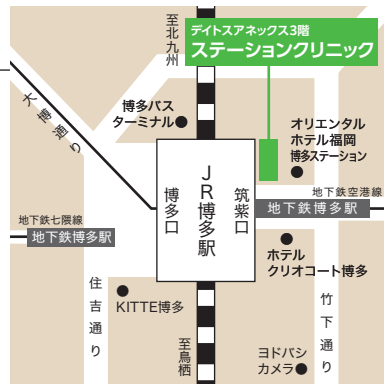
※診療科目によっては予約が必要です。

※最新の情報はホームページでご確認ください。



ACCESS

- 福岡市営地下鉄 空港線「博多駅」 → 筑紫改札口を出て東3出口からエレベーターで3階へ。
- 福岡市営地下鉄 七隈線「博多駅」 → 七隈線改札口を出て東3出口からエレベーターで3階へ。
- JR九州 鹿児島本線「博多駅」 → 筑紫口(空港方面)を出て左手すぐ。



<https://www.tenjin-c.jp>



編集後記

昨年5月にコロナ感染症も5類に分類され季節性インフルエンザと同じ扱いとなり、約1年経過し社会も少しずつコロナ禍以前に戻ってきた気配を感じます。親愛通信第3号を無事お届けできて安堵しているところです。今号の特集は『要精密検査』の通知についてです。通知は病気を早期発見するいい機会です。放置すると健診をうけた意義を減じます。もし放置されている方がおられたら、ぜひ医療機関を受診しましょう。

編集長 瀬尾