



公立芽室病院 だより 第78号

ホームページアドレス
http://memuro.com
又は芽室町ホームページのトップページから
アクセスできます。

新しいCT その素晴らしい能力

外科診療部長 野坂 哲也

古くなった機器の更新に伴い、平成21年9月に当院のCT装置が新しくなりました。CT検査を実際に受けられた事のある町民の皆様も多いと思いますが、簡単に説明いたしますとレントゲン撮影装置の一種です。一般的な胸部レントゲンや、手足の骨を見るためのレントゲンは、一方から放射線を浴びせて体を通り、それをフィルムに受け取る事によって撮影しますが、CTは放射線を出す装置を体の周りで360度回転させながら放射線を照射し、それをフィルムの代わりにX線検出装置が連続して受け取り、体内の様子を輪切りの断面として観察する事が出来ます。昨年までの機器は、放射線を照射して受け取る装置が1対のものでしたが、新しい機器は128対のものになりました。ひとつの目が体の周りをグルグルと回りながら体の内部を覗いていたのに対し、128個の目が一度に体の中を覗く様になった訳です。これに伴い、画像情報量も膨大な量になりましたので、それを処理する専用のコンピュータも導入しています。具体的に変わった事といえば、撮影時間が大幅に短縮された事、体の内部を非常に細かく再現出来る様になった事、コンピュータ処理により様々な情報が得られる様になった事が挙げられます。また放射線を照射する装置の個数は増えましたが、被曝量は逆にかなり少なくなりました。撮影情報を処理すると、誰が見ても判りやすい立体的な画像をつくる事が出来ます。

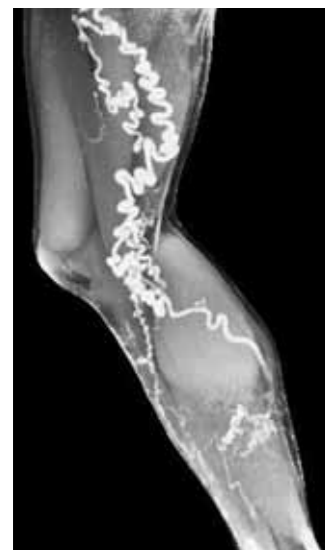


図1.

図1は静脈瘤のある下肢のCT画像ですが、モコモコとした静脈瘤が一目でお解り頂けると思います。以前は静脈瘤を撮影しようとする、造影剤という薬を血管注射しながらでないと撮影出来ませんでした。今は注射することなく、ほんの

1分間横になって頂くだけでこのような画像を得ることが出来る様になりました。

また、皮下脂肪や内臓脂肪量も判別し計算出来るので、肥満の状況も一目瞭然です(図2オオソの高さの断面図を用いて計算)。町民の皆様の健康増進に役立てる事が出来れば幸いです。特定検診のオプションで検査ができます。詳細は医事係までお問い合わせください。

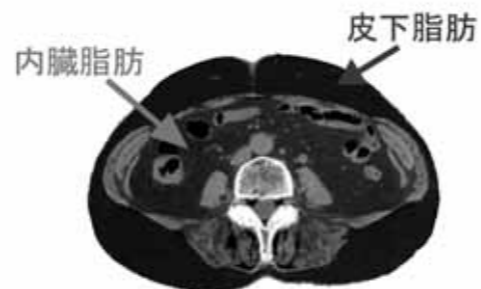


図2-1. CT画像

あなたのおなかの中は...

検査日 2010年 月 日

氏名 様 検査番号 性別 女

生年月日 1950年 月 日 患者番号 年齢 79歳

身長 153.2 cm 体重 62.7 kg

計測結果	
全脂肪面積	297.26 cm ²
内臓脂肪面積	126.57 cm ²
皮下脂肪面積	170.69 cm ²
体周長さ	83.53 cm
BMI	26.71

診断結果

【BMIによる肥満度診断】肥満
あなたの理想体重は、51.63 kgです。
45.45~51.63 kgの間であれば、標準です。
【内臓脂肪量による診断】内臓脂肪型肥満
内臓脂肪量が増加している傾向があります。

BMIとは？
体重(kg)÷身長(m)²で計算される、身長と体重の理想的バランスを算出する指標です。
一般的に、18.5未満は痩せ、18.5~24.9は標準、25以上は肥満として判断されます。

内臓脂肪型肥満とは？
男性と女性ともBMIが25以上で「内臓脂肪型肥満」の疑いがあります。1995年 日本肥満学会
【注】今回の検査は、体内脂肪量を計測するものです。BMIなどの測定を回る検査ではありません。
2010年05月 日 時 分作成
読影医師: 公立芽室病院 VINCENT

図2-2. 結果用紙

特定保健指導を活用しましょう

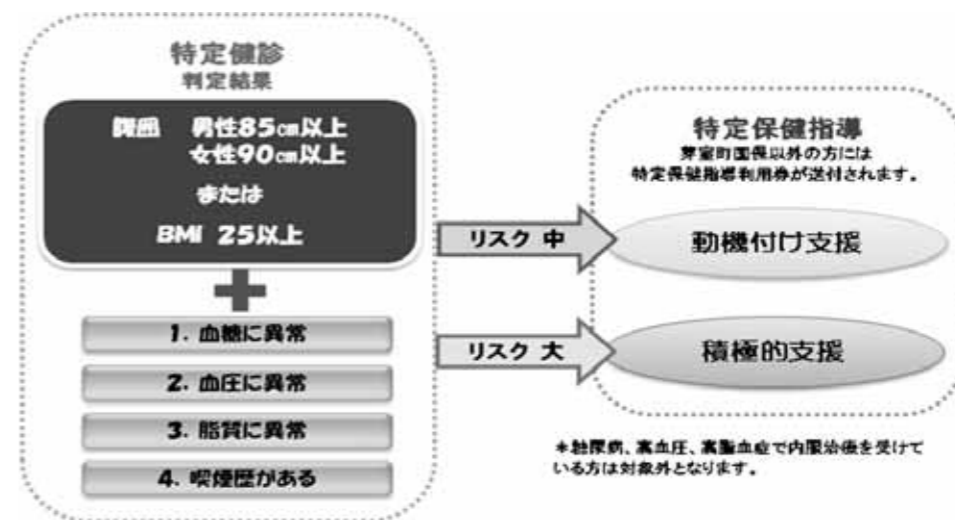
特定検診保健指導室
保健師 社内 由香

現在、日本人の死亡原因に占める生活習慣病の割合は約6割に及び、生活習慣病の中でもとくに、動脈硬化が原因となる病気が増加しています。また、発症前の段階であるメタボリックシンドロームが疑われる人や予備群の割合が男女とも40歳以上で高く(40歳未満の若年者でも増えていますが…)、男性では2人に1人、女性では5人に1人が該当すると言われていています。そこでメタボリックシンドロームの危険を重点的に検査する特定健診・特定保健指導が40~74歳の男女を対象に平成20年4月から始まり、公立芽室病院でも、すこやか健診と合わせて実施し、今年3年目に入りました。

特定健診から特定保健指導へ

これまでの健診は個別疾病の早期発見・早期治療に重点を置いていましたが、特定健診はメタボリックシンドロームのリスクに着目して、大きな病気を予防していこうという健診です。しかし、特定健診を受けてメタボリックシンドロームのリスクに着目した検査値を確認したからといって、病気の予防ができるわけではありません。その検査値を元に、ご自分の体で起こっていることを知り、ご自分の生活を見直し改善できて初めて病気の予防につながります。

そこで、特定健診の結果に基づいて行われるのが特定保健指導です。公立芽室病院では、医師、保健師、管理栄養士が特定保健指導を行っています。特定保健指導は、リスクの大小に応じて「動機付け支援」と「積極的支援」に分かれます。



公立芽室病院の特定保健指導の内容は以下のとおりです。特定保健指導の対象になったら、一緒に生活改善に取り組みましょう。

動機付け支援

- 初回面接：
自分の体で起こっている変化を理解し、生活習慣改善に向けた行動目標と行動計画を作成します。
- 2週間後：
面接または電話で取り組み状況を確認し、アドバイスします。
- 1か月後：
電話またはメールで取り組み状況を確認し、アドバイスします。
- 3か月後：
励ましのお手紙を送付します。
- 6か月後：
電話またはメールまたは面接で、6か月間の振り返りを一緒に行います。

積極的支援

- 初回面接：
自分の体で起こっている変化を理解し、生活習慣改善に向けた行動目標と行動計画を作成します。
- 2週間後：
面接または電話で取り組み状況を確認し、アドバイスします。
- 2か月後：
面接または電話で取り組み状況を確認し、アドバイスします。
- 3か月後：
面接または電話、メールで生活習慣改善について中間評価を行い、行動目標・行動計画を見直します。
- 5か月後：
励ましのお手紙を送付します。
- 6か月後：
面接または電話、メールで6か月間の振り返りを一緒に行います。