

血圧測定

心臓のポンプの作用の変化

末梢血管の抵抗性

全身の血液量

血液の粘り具合

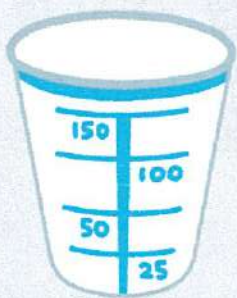
血管壁の弾力度



血圧は、上記の事などによって変動し、これらのどれかに異常があると、高血圧、低血圧になります。血液を送り出すポンプである心臓が収縮している時が、最高血圧で、心臓が拡張している時が最低血圧です。高血圧が続くと動脈に負担がかかり、動脈硬化を引き起こし、動脈硬化は脳卒中や心臓病の危険を増します。血圧を、薬や生活習慣でコントロールすることでこれらの病気を予防することにつながります。

尿検査

尿たんぱく (たんぱく定性)



健康な人は尿の中にたんぱくはほとんど出てきません。一定量をこえるたんぱくが尿の中に出ている場合「たんぱく尿」といいます。腎臓や尿路に異常がある場合、「たんぱく尿」になります。たんぱくが尿中に出ている陽性(+)は異常値と考えて再検査を行います。

ただし、正常な方でも立ちっぱなし、運動後、精神的ショック後は一時的に陽性になる時があります。

尿糖

尿の中に糖が漏れ出している状態です。健康な人ならば、尿の中に糖が漏れ出すことはほとんどありません。糖尿病のスクリーニング(ふるいわけ)検査として利用されています。陰性(-)、偽陽性(+-)の場合は正常です、陽性(+)や(++)の場合は、異常と考えて糖尿病を疑って再検査を行います。尿糖の検査が陰性であったとしても、糖尿病ではないとは言いきれません。糖尿病を見つけるには尿糖よりも空腹時血糖値やHbA1c(ヘモグロビンエワンシー)の値がスクリーニングとして優先されます。健康な人でも甘いものを食べすぎた後や強いストレスを受けた時は、一時的に尿糖が陽性に出ることがあります。また、病気ではないのに体質的に尿の中に糖が出やすい「腎性尿糖(じんせいによとう)」の方もいます。しかし、将来的に糖尿病に移行する可能性もあるので、年に1度は検査を受けていると安心です。

心電図検査

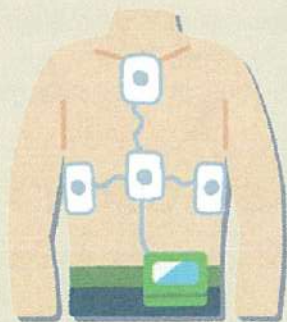
心電図



心臓は筋肉でできていて、鼓動するたびに肺から酸素を含んだ血液を身体中に送っています。その鼓動のたびに小さな電気を発生しています。規則正しい電気的な刺激が出て、それが心臓全体に伝わることにより収縮したり、拡張したりして身体中に血液を送り出しています。これらの微弱な電気を心電計で記録するのが心電図です。不整脈は心臓が不規則に収縮して、脈が乱れた時に現れます。

ホルター心電図

心電図は電気刺激の異常を見付けることと、心臓の筋肉の状態もわかります。24時間の「ホルター心電計」を付けて検査をすると、24時間の間にどれだけ、不整脈が起きているか等の異常な状態を見つかる



ほっとニュース

発行:社会医療法人 一成会 木村病院 / 企画広報室

社会医療法人 一成会 理念



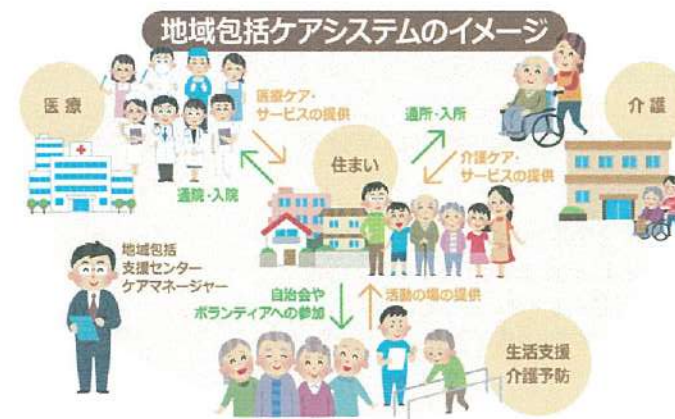
新年明けましておめでとうございます

社会医療法人一成会理事長・木村病院院長 木村 厚

新年明けましておめでとうございます。

2015年は、当法人が10月1日に社会医療法人の認可を受け、今まで以上に社会的な存在となり、地域に貢献することを期待される法人となりました。さて、「地域包括ケアシステム」という言葉をご存知ですか？

「団塊の世代が75歳になる2025年を目処に、重度な要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される地域包括ケアシステムの構築を実現していきます。」「地域包括ケアシステムは、保険者である市町村や都道府県が、地域の自主性や主体性に基づき、地域の特性に応じて作り上げていくことが必要です。」(厚労省ホームページより)



地域の自主性や主体性を求めているということは、皆さんや私たち医療従事者が、この地域にどのような施設や事業が必要なのかを考えて、声を上げていかなければなりません。

また、「最後のとき」をどのように過ごしたいかを意識が清明な時に決めておく「事前指示書」というものがあります。元気な時にはなかなか思いつかないことですが、いざその時(回復不能な、生命維持処置を行わなければ、比較的短期間で死に至る状態)「こんなことになるとは思わなかった」と後悔しないために、「このような治療をしてほしい」、あるいは「して欲しくない」ということを文書しておくことをお勧めします。

私たち日本人は自己主張が少なく、協調性があると言われています。それは、住みやすく安全な日本であるために良いことではありますが、自分のことを他人任せにしてしまいがちでもあります。でも、それで本当に良いのでしょうか？後悔することはありませんか？今年は、自分や家族の将来を考えて、より良く、主体的に生きることを始めてみませんか。

一成会は、そんな方々のお役に立てるように努力してまいります。よろしくお願い致します。



今回は皆さんが健康診断で受けている **検査の説明** を特集します



2014年4月に人間ドック学会や健康保険組合連合会が共同で健康診断の各項目の新基準を発表しています。しかし、臨床の専門家たちは、それとは異なる意見もあるようです。

もともと、なんらかの持病がある場合は注意が必要となりますし、一概に判断することはできません。心配がある時は、かかりつけの先生と相談してください。



血液化学検査

中性脂肪 トリグリセリド (TG)

中性脂肪は人間の体を動かすエネルギー源となります。別名「トリグリセリド」と呼ばれて検査結果には「TG」と表示されています。

食物から摂取された脂質は、小腸から吸収されて血液中に入り、体内の生命維持活動に使われ、余った脂質は中性脂肪として贅肉・皮下脂肪として体につきます。

中性脂肪は体温を一定に保ったり、脂肪で内臓を守る働きがあります。ですから、ある程度は必要なものです。しかし、余分な脂質は肥満の元になります。また、アルコールの多飲やストレスによって急激に検査の数値をあげる場合があります。過剰なストレスは、ホルモンの分泌に影響して血液中の中性脂肪を増やし、この状態が続くとLDLコレステロールが増え、HDLコレステロールが減ってしまいます。

運動不足や脂質の多い揚げ物や脂身を食べると中性脂肪を溜め、イコール肥満になることとなります。

喫煙は血管を収縮させ、赤血球と酸素の結びつきを妨げ、その結果ドロドロ血となり、血管が傷つきそこにLDLコレステロールや中性脂肪が付着します。

コレステロール

コレステロールは細胞膜の原料になったり、ビタミンDの合成に使われ、心身の活力を高める副腎皮質ホルモンや脂肪の消化を助ける胆汁の材料になります。生きていく上で欠かせない脂質です。コレステロールは肝臓で70~80%作られ、食事からの摂取は20~30%です。

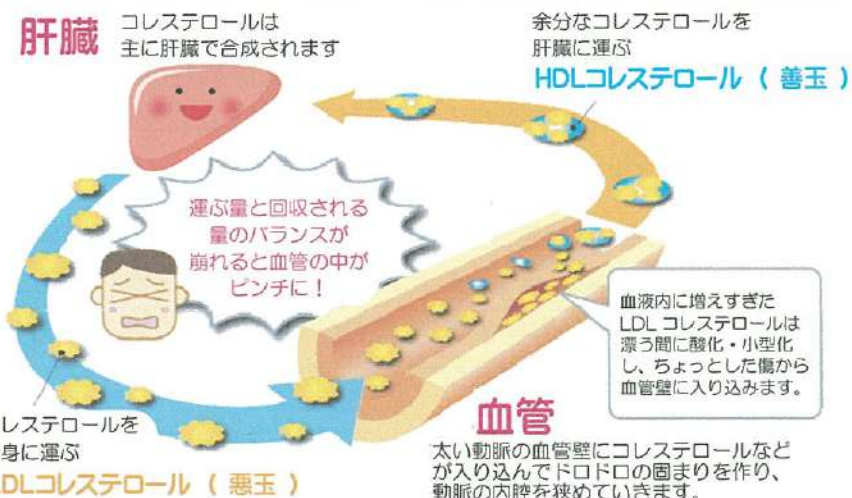
役割の違いと影響によって、LDLコレステロールとHDLコレステロールとに分けられています。

LDL コレステロール (悪玉コレステロール)

LDLはコレステロールを体の組織に運ぶ大切な役割を果たしていますが、必要以上のコレステロールは余ってしまい、血液の壁に付いて動脈硬化を起こす原因になります。動脈硬化は心筋梗塞・狭心症・脳梗塞のリスクを高めます。それで悪玉コレステロールと言われます。

HDL コレステロール (善玉コレステロール)

HDLは余ったコレステロールを回収して肝臓に戻す働きをします。血管壁にたまったコレステロールも回収して、動脈硬化を防ぐ働きをします。それで、善玉コレステロールと言われています。



血算検査



血算とは、血球計算の略です。血液1mm³の中の血球成分を検査することで体内の様子を知ることが出来る検査です。

ヘマトクリット

血液全体に占める赤血球の割合をヘマトクリットといいます。赤血球数、血色素、ヘマトクリットで貧血と診断された場合、貧血の原因を調べます。胃や腸、子宮筋腫などからの出血がわかれば、直ちに治療を開始する必要があります。

赤血球

赤血球の中にはヘモグロビンがあり、肺で酸素を取り込み、体内で発生した二酸化炭素を肺へ放出し、呼吸の役割を担っています。これは赤い色素を持っているので血液が赤く見えます

白血球

白血球は外から入ってきた細菌などに対抗する役割があります。細菌が体内に入ると、白血球の数が増えて、細菌と戦い感染を治そうとします。なんらかの原因で白血球の数が減少すると免疫機能が低下して感染しやすい状態になってしまいます。検査で白血球の数が多い時は細菌が体内に入って白血球が戦っている、感染を起こしているということがわかります。



血色素 (ヘモグロビン)量

血液中の100ml中のヘモグロビンの量を表します。血液が酸素を運ぶ力は、ヘモグロビン量と比例します。せっかく、呼吸によって酸素を取り込んでも運ぶヘモグロビンが少ないと貧血という状態になり、身体中の酸素が欠乏して思うように動けなくなってしまいます。



血糖検査 (空腹時血糖又はHbA1c検査)

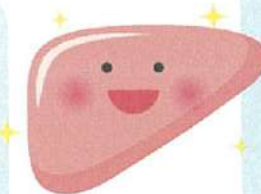
糖尿病の診断に用いる検査です。糖尿病は自覚症状が無いのに進行して、失明や腎臓病、動脈硬化、心筋梗塞のような命に関わる合併症を引き起こす病気です。膵臓から分泌されるインスリンによって血液中の血糖値を一定に保っていますが、インスリンが減少することによって血液中のブドウ糖が利用できなくなり、血糖値が上がります。早期発見して、血糖のコントロールをすることで合併症の発症を予防することが大切です。

肝機能検査

肝臓や心筋、筋肉などの細胞の異常があるかどうか分かります。肝機能障害があるかどうか確かめる際のスクリーニング(ふるいわけ)検査となります。ただし、基準内であっても、必ずしも肝疾患が除外できるわけではありません。

AST (GOT)・ALT (GPT)

GOTは肝細胞に最も多く含まれていますので、この数値の異常ではじめて肝臓病が発見されることがあります。一方、GPTは心筋に多く存在するので、心筋梗塞を診断する手掛かりになります。



γ-GT (γ-GTP)

γ-GT(γ-GTP)は一般にアルコールによる肝臓障害の指標となります。肝臓に毒性のある薬剤やアルコールなどを慢性的に摂り続けた場合や、結石・がんなどで胆管が閉塞した時に血中濃度が高まります。