

会員様へのお知らせ

1) 定期健康診断(人間ドック)検査項目の一部変更のご案内

今般、別紙の通り4月より人間ドックの検査項目一部変更をご案内させていただきたくお知らせします。詳細は別紙をご一読下さいませようお願い申し上げます。

2) 内視鏡時の組織採取料金の算定について

内視鏡検査施行の際に組織検査の為に消化管粘膜の一部を採取する場合がありますが、これまで健診時の採取につきましては無償で実施してまいりましたが、諸般の事情によりまして本年4月以降は組織採取及び組織検査については保険診療扱いとして一部負担金をご負担させていただくことになりました。詳細は別紙「ご案内」をご覧くださいませようお願い申し上げます。

3) 利用クレジットカードの拡大について

現在利用できるクレジットカード(DCカード、UFJカード、NICOS、VISA、Mastercard)以外にも利用できるカードをとのご要望が以前からありました。今般、ご要望に応じて「JCBカード」及び「アメリカンエクスプレス」がそれぞれ利用できることになりましたので、お知らせ致します。

4) 子宮頸がんワクチン接種新規申し込み中止のお知らせ

既に新聞等でご存知かと思いますが、本年4月からの公費助成開始に伴い、子宮頸がんワクチンの需要に供給体制が追いつかない事態となって、メーカーよりワクチンが出荷停止となっております。当センターでも当分の間新規希望の方への接種を見合わせることに致しました。

何卒ご了承下さいませようお願い申し上げます。

「開設35周年記念キャンペーン 第2弾」のご案内

昨年11月に開始しましたキャンペーンもご好評のうちに本年3月末日に終了となります。

さて引き続き、第2弾として「PET検査へのご案内」を企画させていただきました。PET検査の有用性につきましては既にご存知かと思いますが、ヘルスマイト会員の皆様方の日頃のご愛顧に感謝申し上げます(別紙の「ご案内」をご覧くださいませ)。

是非、この機会に健診時のオプションとしてご検討いただければ幸いです。

- ◆対象者 ヘルスマイト会員
- ◆期間 平成23年4月1日～平成23年9月30日
- ◆内容 PET検査 (PET-CT検査はキャンペーン対象外) ※ご希望の会員様には「高分解能肺CT検査」をお付けします。
- ◆料金 97,650円(税込) ※通常料金: 115,000円(税込)
- ◆お申し込み 健診時のオプション検査としてお申し込み願います。 ※PET検査単独ではお受けしておりません。
- ◆お問合せ 健康管理科: 03-3499-1474 (健診受付直通)

教職員の異動

3月31日付	退職	医師	足立ヒトミ(消化器科講師)
	〃	医師	古川みどり(消化器科講師)
	〃	医師	布田 有司(循環器科助教)
4月1日付	配転	医師	天野 幸子(消化器科助教) ←本院消化器病センターより
	〃	看護師	佐藤美由紀 主任 →本院看護部へ
	〃	看護師	清川 宮子 主任 ←本院看護部より

編集後記

今号の表紙の記事は福永管理栄養士が担当しました。最近話題となっております「トランス脂肪酸」の摂取過多が血中(悪玉)コレステロールを増加させ、冠動脈心疾患のリスクを高める要因になるとは、脂っこい物が大好き人間にとっては気にせずにはいられない内容でした。中開きの記事については松村講師が執筆しております。総務省の調べでは全国の65歳以上の高齢者は2,901万人で総人口の22%を占めているとのことで、今後その割合は伸び続け5年後には26%に達する見込みとのことであります。同時に認知症の患者数も全国で220万人おり、10年後には292万人、20年後には330万人と予想されております。老老介護も現実となってきており、ぜひ勉強会で認知症について理解を深めたいと思います。

(企画室)

健診についてのご意見やご要望がございましたら、成人医学センター企画室までお寄せください。

発行: 東京女子医科大学附属成人医学センター 〒150-0002 東京都渋谷区渋谷 2-15-1 渋谷クロスタワー TEL.03-3499-1911



ヘルスマイト

HEALTH MATE

第66号

東京女子医科大学附属成人医学センター

—明日への健康—

- 目次 トランス脂肪酸のはなし
- 新しい認知症治療薬との忘れ外来
- 会員様へのお知らせ
- 「開設35周年記念キャンペーン第2弾」のお知らせ
- 教職員の異動

トランス脂肪酸のはなし

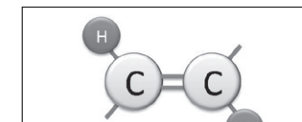
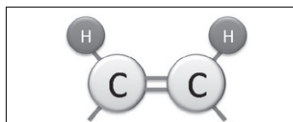
成人医学センター 管理栄養士 福永琴路

『バターをマーガリンに替えましょう!』と言われていた時代から一転、『マーガリンは危険!』と警告がなされ、トランス脂肪酸の名を知った方も多いかと思います。

トランス脂肪酸とは

あぶらには、常温で液体のあぶら(油)と固体のあぶら(脂)があり、これらを油脂と呼んでいます。この油脂は脂肪酸とグリセリンという分子からできていて、この油脂や脂肪酸、グリセリン、コレステロールをまとめて脂質と呼んでいます。

脂肪酸には、飽和脂肪酸と不飽和脂肪酸の2種類があります。さらに不飽和脂肪酸には、分子構造の違いにより、炭素(C)の二重結合をはさんで水素(H)が同じ側にあるシス型、水素(H)が反対側にあるトランス型とがあります。このトランス型の二重結合が一つ以上ある不飽和脂肪酸をまとめてトランス脂肪酸と呼んでいます。



トランス脂肪酸が含まれる主な食品

トランス脂肪酸には、①天然に食品中に含まれているものと、②油脂を加工・精製する工程で工業的にできるものがあります。

① 天然に含まれるもの

牛や羊などの反芻(はんすう)動物では、胃の中の微生物の働きによってトランス脂肪酸が作られるため、牛肉や

羊肉、牛乳や乳製品の中には微量のトランス脂肪酸が含まれます。

② 工業的に作られるもの

常温で液体の植物油に水素添加して製造されたマーガリン、ファットスプレッド、ショートニングや、それらを原料につかったパン、ケーキ、ドーナツなどの洋菓子・揚げ物などにトランス脂肪酸が含まれます。また、植物油を精製する高温処理工程でシス型の不飽和脂肪酸からトランス脂肪酸ができるため、植物油にも微量のトランス脂肪酸が含まれています。

トランス脂肪酸の体への影響

トランス脂肪酸は摂取量が多いと、冠動脈心疾患のリスクを高める血中LDL(悪玉)コレステロールを増加させ、HDL(善玉)コレステロールを減少させると言われています。

日本人のトランス脂肪酸摂取量

世界保健機構は一日当たりのトランス脂肪酸平均摂取量を最大でも総エネルギー摂取量の1%未満(2g相当)にするように勧告しています。日本人の平均摂取量は、総エネルギー摂取量の0.6%(1.3g)程度です。近年の研究では若年層や女性などで、摂取量が1%を超えているとの報告もあります。

トランス脂肪酸の食品含有量表示

近年の科学的な知見の蓄積に伴い、脂質に関する情報が消費者の食品選択の重要な指標となりつつあります。しかしながら、健康増進法により表示の基準が定められている飽和脂肪酸やコレステロールと異なり、トランス脂肪酸については表示のルールが存在しませんでした。このため、消費者庁では2011年2月21日に『トランス脂肪酸の情報開示に関する指針』を公表し、食品事業者がトランス脂肪酸を含む脂質に関する情報を自主的に開示するよう要請しました。今後、トランス脂肪酸含有量表示を目にする機会が増えることでしょう。積極的に活用し、健康的な食生活にお役立て下さい。

新しい認知症治療薬と もの忘れ外来

成人医学センター 神経内科
松村 美由起

■はじめに

このところ、新聞記事を手にお越しになる患者さんやご家族が多くなりました。いずれも新しい認知症治療薬についての記事です。この3～4月に新しい認知症治療薬が日本でも使えるようになります。今回はそのお薬についてご説明します。

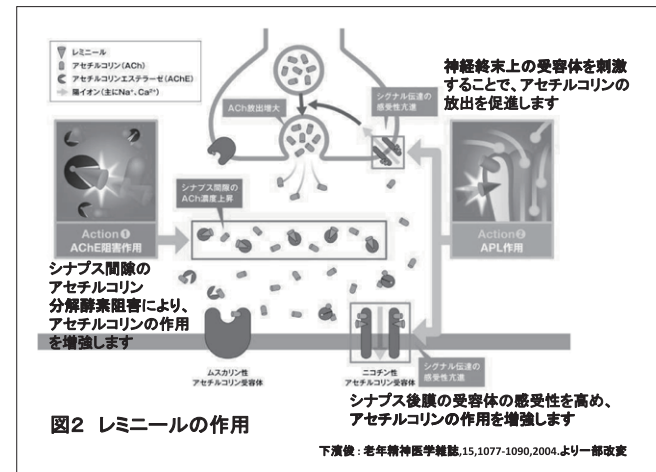
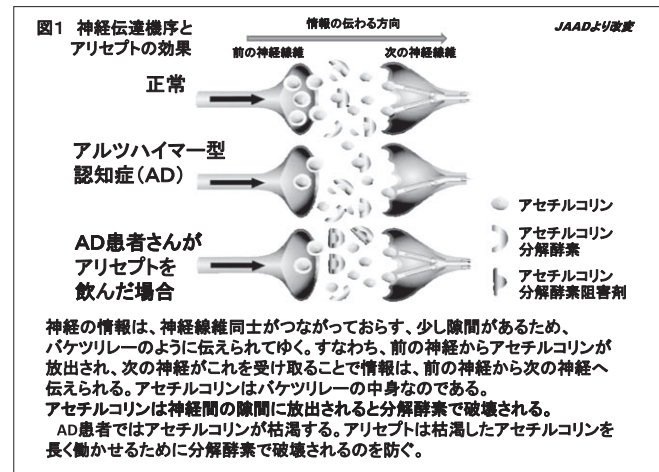
■アルツハイマー病と神経伝達について

お薬を説明するにあたり、認知症の代表的疾患であるアルツハイマー病についてと、脳内で記憶や学習などの情報がどう伝わるかについてご説明しましょう。アルツハイマー病は、何らかの原因によりアミロイドβタンパクやリン酸化タウというたんぱく質が脳内に蓄積され、神経細胞死をもたらします。それにより脳細胞が減少し、記憶障害や他の様々な日常生活を送るための脳機能が侵されてゆきます。

ところで、脳内での情報は、繋がっていない神経線維がバケツリレーのように情報を受け渡すことで伝えられてゆきます。前の神経から次の神経に情報

を伝える場合、神経と神経との間には隙間(シナプス間隙)があります。前の神経の末端(神経終末)からは、神経伝達物質というものが、シナプス間隙に放出されます。この放出された伝達物質は次の神経の端(シナプス後膜)の上に存在している受容体という鍵穴にはまります。すると次の神経は興奮し、さらにこの情報を次の神経に伝えてゆきます。一方、シナプス間隙に放出された伝達物質は分解酵素で壊されます(図1)。

これまでアリセプトというお薬が認知症の唯一の治療薬として使われてきました。アセチルコリンは、脳内における記憶・学習をつかさどる回路における神経伝達物質で、アルツハイマー病ではこのアセチルコリンが枯渇します。従って、この分解酵素を阻害することにより少なくなったアセチルコリンの作用を強化し、記憶・学習能力を高める働きがあることから認知症治療薬として使われてきた訳です(図1)。



■レミニールとメモリー

アリセプトに加えて今春新たに発売されるお薬は、レミニールと、メモリーの2剤です。他に貼り薬も発売されると思いますが、少し先になるようです。近々使うことができるようになるこの2剤についてご説明致します。

まずレミニールについてです。これは、アセチルコリン分解酵素を阻害するお薬です。それでは今まで使っていたアリセプトと同じではないか、と思われるかもしれませんが、この薬はアセチルコリン分解酵素を阻害する作用だけではなく、アセチルコリンが神経終末から放出されることを促進し、これを受け取る神経のシナプス後膜上の受容体の薬剤への感受性を高める働きもあります。従って、アセチルコリンの働きをアリセプトより更に強化するのではないかと期待されています。他に、アルツハイマー病の原因となるアミロイドβタンパクやリン酸化タウタンパクによる神経に対する毒性や虚血から神経細胞を保護し、神経細胞死を抑制する効果もであるとされています(図2)。

もう一つはメモリーです。これはNMDA受容体阻害薬と言われ、これまでのお薬と違う働きをします。NMDA受容体は、グルタミン酸という興奮性の神経伝達物質が作用するシナプス後膜上に存在する受容体です。グルタミン酸は記憶や学習の際に神経終末から放出され、シナプス後膜の受容体に結合することで、神経細胞内にカルシウムを流入させ、次の神経を興奮させて記憶や学習に働くとされています。アルツハイマー病では、グルタミン酸が過剰に放出されることで、カルシウムが神経細胞内に過剰に入り込み、神経細胞を傷害します。メモリーは過剰なNMDA受容体の刺激を抑えることで神経細胞死や記憶・学習効果の低下を改善する効果があるとされています。これまで、吐き気、食欲低下、イライラ、徐脈などのためにアリセプトを使うことができなかった患者さんは、作用機序の全く異なるこの薬に期待されるところが大きいでしょう。また、アリセプトを飲んでいただけてももう少し効果が欲しいという人もアリセプトと一緒に飲むことでより認知症の症状を改善させることが期待されます。

その他に承認を待っているお薬としてリバスチグミンという貼り薬も今後発売される予定です。これは、アセチルコリン分解酵素阻害剤ですが、経口薬のみであった認知症治療薬のなかで唯一の貼り薬であり、内服困難な方への治療として期待されます。

■“もの忘れ外来”、“もの忘れドック”の新しいコースと勉強会のこと

さて、認知症の治療も薬が増え、様々な研究が進むことで新たなステージに入ろうとしています。成人医学センターでも、認知症専門医のいる施設として患者さんが多くいらっしゃるようになりました。そこで、4月より第2,4月曜日の午後に“もの忘れ外来”を始めることと致しました。

これまで“もの忘れドック”は行っていましたが、ドックはあくまでも診断に留まり、その後の治療は外来で行うことになりました。これまで、通常外来の中で診療を行って参りましたが、認知症患者さんが増えることでより多くの時間枠を設けることのできるもの忘れの外来を別日に設けることに致しました。認知症の診療にはご家庭でのご本人の様子をご家族から伺うことがとても重要になります。4月からスタートする“もの忘れ外来”では少し長めの診療時間のなかで、ご家族から十分なお話を伺うことができるようになります。

もの忘れでお悩みの患者さん、ご家族の方はどうぞご活用ください。

また、もの忘れ外来開設に伴い、“もの忘れドック”の内容もリニューアルすることに致しました。これまでのコースに加え、PETなど詳細な画像検査や特殊な血液検査を加えた精密コースです。詳細は追ってお知らせをさせて頂きたいと思っております。

認知症の介護にはコツがあります。それは認知症という病気をよく知って頂くことで身に付けることができます。そのために、勉強会を開きたいと思っています。こちら、改めてホームページ上などでお知らせをしたいと思っております。

認知症は病気です。当たり前のことですが、このことを知って頂くには相当な苦勞を要します。これまでなかったような行動もすべて病気のなせる業です。そのことをどうか受け止めて頂きたいのです。そして認知症になった患者さんをご家族としていつまでも愛おしく思って頂けるような環境を整えられるように医療者として努めてゆきたいと思っております。ご家族には多くのご苦勞があると思っておりますが、そのお手伝いをするために我々は努力を惜しまないつもりです。認知症の新しいお薬も成人医学センターも、認知症に苦しむ皆様のお役に立てますことを願っております。