

もまして元気な生活を送ることが出来るようになります。現在のステントは図4の様に、薄いメッシュ様の金属の表面に特殊な薬が塗ってあり、ステントの色々な問題点が改善されるようになっています。さらに今



図4 ステント

後は体に吸収される材質で作られたステントも実用化されていくでしょう。しかし動脈硬化は避けられない点、後述する心筋梗塞の治療でのステントの果たす役割と異なり、**狭心症治療におけるステントはあくまでも症状の改善に役立つだけで、決して予後を改善する治療ではない**ことです。血管が狭くなることは、**冠動脈全体の動脈硬化の「冰山の一角」**であって、ステントは動脈硬化の進行を抑制するわけではありません。

3) 冠動脈バイパス術

胸の動脈や足の静脈を使って、冠動脈の詰まった部分の先に血液を送る「バイパス」を作る手術です。ステント治療の普及に押されて少なくなっていますが、ある特定の狭心症の患者さんには今でも第一選択となる治療法です。冠動脈は右冠動脈と左冠動脈があり、左冠動脈はさらに大きな二つの枝に分かれます。「これら主要な3本の枝にすべて狭い所があり、かつ心臓のポンプ機能が低下している場合」と、「左冠動脈の付け根に狭い部分がある場合」は、冠動脈バイパス術をした方が長生き出来るというデータがあります。もちろん狭心症の改善効果もあります。バイパス手術も進歩しており、心臓を止めないでバイパスをつなぐ手術法が主流となっており、患者さんの体への負担も減らせるようになっています。

急性心筋梗塞（急性冠症候群）

狭心症が悪化すると心筋梗塞になる、と漠然と考えている方が多いのではないのでしょうか。**しかし心筋梗塞の約7割は前駆症状なしに突然起こります**。一部は不安定狭心症（最近起こり始めた、あるいは急に悪化した労作性狭心症）から起きますが、不安定狭心症は先述した安定労作性狭心症とは全く異なり、むしろ心筋梗塞と同じ病態と考えられます（図2）。従って急性心筋梗塞と不安定狭心症を併せて急性冠症候群と呼び、緊急治療の対象となります。

急性心筋梗塞は狭心症を起こすほどには中が狭くない、柔らかい動脈硬化の部分が突然裂けて、そこに出来た血の塊が血管を詰まらせてしまうことで起きます。血流が途絶えて30分以上経つと心筋が徐々に死んでいき、時間が経過するにつれその範囲が広がっていきます。このため急性心筋梗塞と診断された患者さんは、出来るだけ早く病院へ運び、カテーテル治療（多くはステント治療）により詰まった血管を開いて、血流を再開させなければなりません。**この治療により死亡率やその後の合併症が非常に少なくなる**ことが実証されています。この急性期治療後の治療に関しては、先述した狭心症治療と重なる部分が多いので省略しますが、心不全・不整脈などの問題が残る場合には、専門医の継続的な管理が必要となります。

心筋梗塞は突然起こることが多く、現在でもなお残る大きな問題は、その**切迫した予備軍を見つけ出せない**ことです。さらに心筋梗塞発作のごく初期の段階で「心室細動」という致死的不整脈を起こして亡くなる方が依然多いことです。この時に非常に役立つのが**AEDと心臓マッサージ**です。こういうことは医療関係者がやればよいことと思わずに、どこかで受けた講習を思い出して、躊躇せずには是非やってみて頂きたいです。それによって助かる命があるのです。

おわりに

狭心症、心筋梗塞について述べてきました。薬や治療法の進歩はありますが、その原因である動脈硬化は予防が非常に重要で、そのために自分で行えることはやってみましょう。食べ過ぎないこと、たばこを吸わないこと、運動することです。それだけで病気を減らせるのですから。

(相模原市医師会 阿部 純久)

相模原市内科医会 市民公開講座

狭心症と心筋梗塞 ～あなたに忍び寄る動脈硬化～

日時 平成30年3月10日（土）午後3時から
場所 相模原市南メディカルセンター大会議室
講師 阿部内科クリニック 院長 阿部 純久 先生
入場無料、事前申込不要、定員先着150名
お問い合わせ先 相模原市医師会事務局 ☎042-755-3311

相模原市医師会・かながわ健康財団 市民公開講座

今、知りたい！ 最新の乳がん検診、早期発見・治療

日時 平成30年2月3日（土）午後2時～3時30分
場所 相模原南メディカルセンター 大会議室
※お車で越えの場合は、隣接する市営立体駐車場（有料）をご利用ください。
講師 福田 護 先生（聖マリアンナ医科大学附属研究所 プレスト & イメージング先端医療センター附属クリニック 院長）
入場無料、定員100人（申込順）
申込方法 電話にてお申込みください。
申込み先 かながわ健康財団がん対策推進本部 ☎045-243-6933
申込期間 平成30年1月4日～2月2日
【受付時間 午前9時～午後5時（平日のみ）】
※申込順で定員になり次第締め切らせていただきます。

相模原市医師会 女性医師の会 市民公開講座

肩こりを姿勢で治そう！予防しよう！ 正しい睡眠姿勢と簡単体操を教えます

日時 平成30年2月24日（土）午後3時～5時
場所 杜のホールはしもと 多目的室
演題① 「肩こりを姿勢で治そう！予防しよう！
—正しい睡眠姿勢と簡単体操を教えます—」
講師① 16号整形外科 院長 山田 朱織 先生
演題② 正しい睡眠姿勢のための寝具指導
講師② 山田朱織枕研究所 松本 和也 先生
演題③ 毎日できる簡単体操指導
講師③ 16号整形外科 理学療法士 山中 栄興 先生
入場無料、定員先着申込120名
託児サービスあり（※予約制 無料）
申込方法 電話またはFAX、Eメールにて、代表者の氏名・電話番号（連絡先）・申込み人数をご記入の上、平成30年2月9日（金）までにお申込みください。
※託児サービスを希望される方は平成30年1月31日（水）までにお申込みください。
連絡先 相模原市医師会総務課
☎042-755-3311 ☎042-758-9440
メール josei-ishi@sagamihara-med.jp
※詳しい内容については相模原市医師会ホームページをご覧ください。

65歳以上の寝たきりや重度の認知症の人へ 障害者控除対象者認定書の申請を

障害者控除とは

所得を申告する本人が扶養親族等が、障害等で日常生活に支障を来している場合、身体状態に応じて受けられる所得控除の一つです。

障害者控除対象者認定書とは

障害者手帳等を持っていない65歳以上の人で市町村長等が「知的障害者か身体障害者に準ずるもの」として認定をした人に交付するものです。この認定書は確定申告等の障害者控除を受けるために使用できるもので、障害者のサービスが受けられるものではありません。

対象 次の1から4にすべてに該当する人

1. 認定を受けたい年の12月31日で、市内に住所を有する65歳以上の人
2. 特別障害者控除の対象となる身体障害者手帳・療育手帳（判定を受けた人も含む）・精神障害者保健福祉手帳・戦傷病者手帳の交付を受けていない人、原子爆弾被爆者の認定を受けていない人
3. 本人かその扶養者が所得控除を受けられる人
4. 身体の障害や寝たきり、認知症により日常生活に支障がある人

※申請しても、判定により認定されない場合があります。

申し込み・問い合わせ

下記の各課にある申請書（市ホームページの「申請書ダウンロード」→「福祉・相談」からもダウンロード可）を管轄する窓口へ

緑高齢者相談課	☎042-775-8812	城山保健福祉課	☎042-783-8136
中央高齢者相談課	☎042-769-8349	津久井保健福祉課	☎042-780-1408
南高齢者相談課	☎042-701-7704	相模湖保健福祉課	☎042-684-3216
		藤野保健福祉課	☎042-687-5511

新しい学校健診 (内科検診)

はじめに

学校健診は時代の変化とともに見直され、改正されています。

主に内科検診の中で最近、新たに加わった検診項目について解説したいと思います。



運動器検診

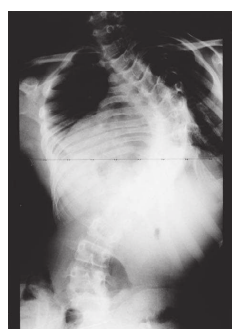
平成28年度より脊柱・胸郭の検診項目に、新たに上肢・下肢などの四肢や骨・関節の運動器障害についての検診項目が加わりました。

運動のし過ぎによるスポーツ障害等（投球による肘痛、肩痛、ランニングやジャンプによる膝痛など。）の運動器の疾患・障害を早期チェックするのが目的です。

また、しゃがみ込みや片足立ちができないという運動能力低下の兆候を早期に見つけ、運動量や運動経験を増やすように促すという効果も期待されています。

また以前より実施されている脊柱の検診で、発見すべき重要なものは特発性脊柱側弯症です。原因不明に背骨が曲ってしまう病気で痛みなどの自覚症状がなく定期的な背中の観察が大切です。頻度はおよそ1～2%と言われており女子に多い傾向があります。

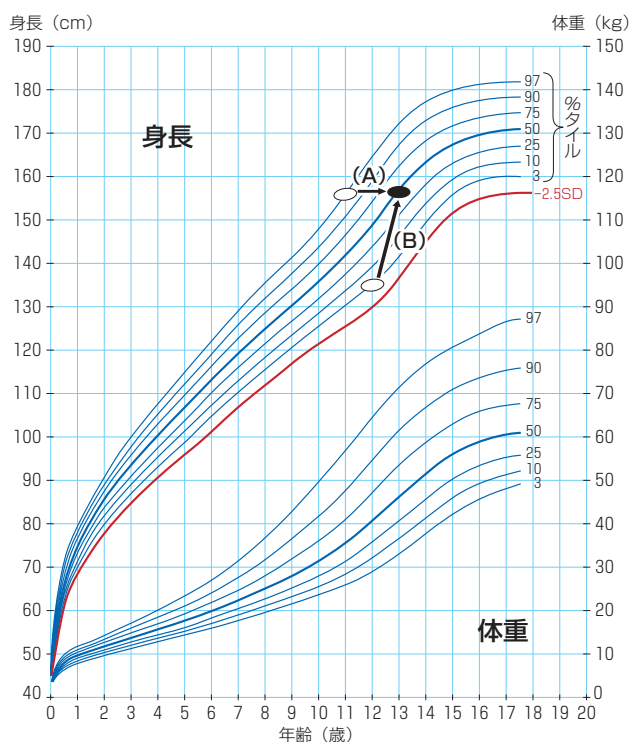
治療は専門医による経過観察、装具の装着、手術がありますが早期発見が大切です。今回、運動器検診と共に図入りで保健調査票（保護者による問診票）に導入されています。これらの検診は保健調査票が大切な資料になりますのでお子さんのからだや姿勢を普段からよく観察していただき、きちんとご記入いただきますようご協力よろしくお願いいたします。



重度の側弯症のレントゲン写真

成長曲線の活用

図1 男子 身長・体重成長曲線



成長曲線は成長とともに（年齢ごとに）身長と体重の計測値をグラフ（成長曲線基準図）につけていき児童・生徒の成長の様子を個別に観察するものです。成長曲線基準図の中には上下7本の基準線があり下から3、10、25、50、75、90、97の数字がついています。この数字はパーセンタイルと呼ばれるもので100人の児童生徒を集め、身長であれば低い順に並べた場合、低いほうから3番目、10番目、25番目、50番目、75番目、90番目、97番目に相当するという統計的意味合いがあります。

身長を例にとり実際の活用の仕方を説明します。図1の中で●は50パーセンタイルにありますので今までの検診では正常範囲内です。ところが成長曲線を活用し、(A)は以前の身長が97パーセンタイルで身長の伸びが停止しており何らかの病気が疑われます。同様に(B)は以前の身長が3パーセンタイルで身長が急激に伸びておりやはり病気が疑われます。

成長曲線の異常により内分泌（ホルモン）の病気や遺伝性疾患、脳腫瘍など重大な疾患の発見の糸口になります。早期の治療（ホルモン療法や手術）で将来のハンデキャップを最小限に食い止めることができます。

文部科学省の学習指導要領によれば小学4年生の保健体育の授業で「成長の仕組みを学ぶ」こととなります。これを機会にお子さんの成長を見つめ直していただきたいと思います。相模原市では、現在、成長曲線の活用に向けて検討しております。もしお子さんに成長曲線に基づく「受診の勧め」が学校からありましたら、体格が人並みに見えても上記疾患の可能性がありまますのでぜひ受診くださるようお願いいたします。



おわりに

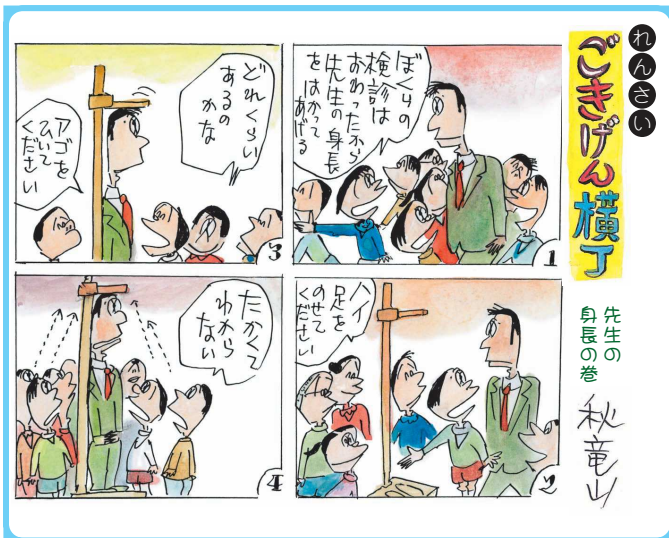
学校健診は健やかな児童・生徒の成長を「家庭」「学校」「学校医」の三者で見守る体制になってきました。

ご家庭でのご協力を重ねてお願い申し上げます。



出典：公益財団法人 日本学校保健会
改訂版知っておきたい脊柱側弯症 日本側弯学会編
出典：児童生徒等の健康診断マニュアル 平成27年度改訂

（相模原市医師会 原田 工）



休日・夜間の急病診療制度の利用

まず、かかりつけの医師に相談してください。かかりつけの医師が不在、近所の医療機関で診療が受けられない方は

☎042-756-9000
相模原救急医療情報センターへ
お電話してください。

	午前9時	午後1時	午後5時	午前9時
平日	電話受付時間	電話受付時間	電話受付時間	電話受付時間
土曜日	電話受付時間	電話受付時間	電話受付時間	電話受付時間
休日	電話受付時間	電話受付時間	電話受付時間	電話受付時間

市民のみなさんへお願い

- ◇診療可能な医療機関を案内します。
- ◇医療相談・歯科案内は行なっておりません。
- ◇急病で困ったときに利用してください。
- ◇応急診療が目的ですので、翌日はかかりつけの医師または近所の医師の診察を必ず受けてください。
- ◇健康保険証を必ず提示してください。されない場合は自由診療扱いとなり、費用が高額になります。
- ◇救急車は、生命に危険が生じた患者さんを一刻も早く運ぶためのものです。安易な利用は避けてください。
- ◇歯科の急病については休日急患歯科診療所☎042-756-1501へ（ウェルネスさがみはら2階）
- ◇服用している薬がある場合は、お薬手帳もしくは処方された薬をお持ちください。