# OIKE CLINIC REPORT



#### CONTENTS

▶1 「Choosing Wisely 賢く選択しましょう」ご存知ですか? 御池クリニック レディースドック長 プレヴォ 田辺 智子

[223] 3.0 テスラ MRI 装置を導入して 放射線技術課 主任 益田 研二

▶4 インタビュー 放射線技術課 放射線技師長 井手田 英樹

#### **COLUMN**



「Choosing Wisely 賢く選択しましょう」 ご存知ですか?

医療法人 知音会 御池クリニック レディースドック長 プレヴォ 田辺 智子

American Board of Internal Medicine (ABIM) は、アメリカ 内科学会 (ACP) とアメリカ医師会 (AMA) が設立した内科専 門医養成に特化した団体で、米国に於ける内科医の質を維 持、向上する為に各学会から完全に独立して運営されてい ます。この ABIM が 2012 年に「Choosing wisely®(賢く選 択しましょう)」というキャンペーンを打ち出しました。「科 学的根拠(エビデンス)に裏付けされ」「すでに受けた検査 を重複することなく」「医療による害を避け」「本当に必要 な」医療を推進するため医師と患者間の双方向からの会話 を促進することを目的として提唱され、現在ではアメリカ の 70 以上の専門医学会が賛同し全世界的な広がりを見せ ています。日本でも一般向けに1冊が総合内科医より、も う―冊が医療経済ジャーナリストから出版されていること から医療者側、患者側双方の高い関心が窺えます。日本の 学会でも少しずつ提唱されてきているので、耳にされた先 生方もいらっしゃるかも知れません。

どんどん進化していく医療技術に惑わされ、ついあの検査、この検査ともしかしたら必要ない検査までオーダーしているかも知れない医療者を戒め、ネットで溢れる情報に翻弄されやすい患者に過剰医療による害を警告しているのです。(Choosing Wisely® のサイトは、医療従事者用と患者用に分かれており読みやすく整理されています。

www.choosingwisely.org)

今回は患者用サイトからいくつかの例をご紹介しましょう。

- カゼ、一般的な上気道炎:咳、のどの痛み、鼻汁などの症状が出たらしんどくなります。早く良くなりたいために抗生剤を欲しいと思うでしょう。でも、ほとんどの上気道炎はウイルスにより起こります。抗生剤は、細菌には効果がありますが、ウイルスには効果がありません。カゼの時に抗生剤を飲むことは、あなたの身体の内外で保たれている良い細菌と悪い細菌のバランスを崩してしまい、下痢などの副作用がでます。また、抗生剤に耐性を持つスーパー細菌を増やす原因となります。
- 心臓病やがん予防のためのサプリ:2013 年にアメリカ人は 340 億円(2015 年に日本人は 1 兆 5785 億円!)をサプリメントや健康食品に費やしました。広告で謳われる効能を検証するための研究では、次のようなことが判明しています。ビタミン E やβカロチンを含むサプリは、心臓病やがん予防に効果はありません。マルチビタミンもどのような効果があるのか良くわかっていません。ビタミンE やβカロチンのサプリは喫煙者の肺ガンのリスクを上昇させ、55 歳以上の男性で多量のビタミンE を摂取すると前立腺ガンのリスクが高くなります。それよりも心臓病やガン予防のためにずっと有効なことは、タバコを吸わないこと、健康的な体重を維持すること、そしてほぼ毎日 30 分以上の運動をすることです。
- 腰痛: 腰痛はよくある症状です。 腰痛が出たからといってすぐに画像検査は必要ありません。 運動をやめる必要もありません。 画像検査の中には放射線を使用する検査もあり、あなたにとって一番良い検査でないかも知れません。 定期的な運動は腰痛の予防に役立ちます。 Bed rest (安静)が腰痛に効くという科学的根拠はありません。

医師側にも厳しい選択が迫られています。今まで漫然と続けてきた慣習を見直し、本当にそれが良い医療なのか、問われる日が来ているのです。患者、医師どちらもが満足する医療、それが私たちの最終的なゴールです。

# 3.0 テスラ MRI 装置を導入して

Philips社製3.0テスラMRI装置であるIngeniaが御池クリニックに設置されて2ヶ月たちました。 使用経験や患者様の反応などについて報告したいと思います。

#### 使用感

導入前に考えていたよりはメーカーのコンセプトの 違いにより撮影条件の設定に難航しているのは正直 なところですが、ようやく各パラメータと画質の関連 がわかるようになり、画質改善の方向性が見えてき たところです。

スループットの点では、3.0 テスラ MRI 装置にはマルチトランスミッターという 3.0 テスラ MRI 装置の撮影原理上起こる画質の低下を改善する機能があり、この計算に結構な時間を取られる為、検査時間の短縮に苦労しています。

先に導入されている 3.0 テスラ MRI シーメンス社製の Skyra では、整形専用コイルの 1 5 チャンネル膝コイルが大変優秀で、他の部位をこのコイルで撮影することで高画質な画像を撮影していました。 膝用のコイルで手関節や足関節を撮影するため窮屈目



な体位で撮影することが多くあり、セッティングに意外と時間 が掛かりましたが、今回ご紹介する Ingenia では優秀な専用 コイルを各関節ごとに用意しており、患者様に無理の無い撮 影体位での高画質な撮影が可能になりました。

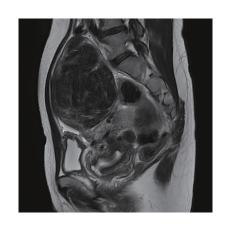
#### 画質

画質は専用コイルの性能が高いため撮影部位によっては Skyra より楽な姿勢で Skyra と同等か優れた画像撮影できていると思います。

現段階では Skyra の膝専用コイルの性能とシーメンスの画像作成の技術力が高いことも改めてこの Ingenia を使用することで実感しました。

より高分解に、薄いスライスに、高コントラストにして行くことが可能になっていますが、そこはやはり時間とのトレードオフなので、静止が可能な30分という時間の中でベストを目指しています。







### インボアシステム

Ingenia 導入で予想外によかったのがインボアシステムです。

患者様の MRI 検査のイメージは、うるさい、狭い、怖い、 検査時間が長いとよいイメージはありません。しかし各 MRI メーカーの努力により少しずつ改善しています。

今回導入した Ingenia は居住性を高めるために他社には無い工夫がされています。

写真を見てわかるように顔の前にミラーを設置し、装置 の前にあるモニターの画像を映して閉塞感を感じさせな いようにする機構です。インボアシステムといわれてい ます。



見た目は単純な発想なのですが効果は絶大で、今まで 閉所恐怖症で苦しい思いをされていた患者様が検査終 了後に「画期的だ。」とか「もう少し入っていてもよい。」 などの感想をいただいています。

装置選定では画質の優秀さと専用コイルのラインナップを評価して導入しており、特にこのインボアシステムを評価していたわけではなく、コスト的に省略も考えましたが、結果導入していて本当に良かったと評価しております。



MRI 検査は頭を検査するには頭部撮影用の装置を取り付ける必要があり、装着するとヘルメットをかぶったような状況になります。そのような状態で狭くて長い筒の中に入れられるのですから、検査で無ければ拷問に近い状態です。このシステムを使用するとヘルメットをかぶるのは同じですが、前方にかわいい魚の画像や歩く象が現れ、筒の奥に進むと画像が目の前いっぱいに広がります。以前感じていた閉塞感は無く方向感覚が鈍り体が宙に浮いているかのような感覚になります。景色の表示を選択すると画像の動きは少ないものの画像に奥行きがあります。ヘッドフォンからは風景に合わせた自然の音、鳥の声などがヒールミュージックと一緒に聞こえてくるのでリラックスできます。



## 最後に

現在4台あるMRI装置のそれぞれに特徴があり、特殊撮影やアプリケーションなど未開拓の部分もあるので装置の特徴を生かし高度な医療情報が提供できるようにこれからも研鑽を積んでいこうと思います。

#### インタビュー

# "最先端の画像の提供を より追求していきたいです。

放射線技術課 放射線技師長 井手田 英樹

放射線技術課:常勤15名

仕事内容:胃透視、胸部レントゲン、マンモグラフィ、MRI・CT・PET・RI による画像の撮影



#### ▲ 仕事について

#### ①井手田さんの仕事内容を教えてください

画像の撮影、画像撮影の枠管理、緊急撮影時の対応、安全管理、機器管理、 社員教育、検査が円滑に進むようスタッフの配置管理、他部署との調整

#### ②気を付けていることは何ですか

検査の依頼について、要望されていることに対する見落としや見逃しがないよう細心の注意を払って撮影をしています。画像をただ数多く 撮るのではなく、求められている画像を見極めて、撮影条件を選択 しています。

#### ③一番やりがいを感じるときはどんな時ですか

やはり、受診者の方に気持ちよく検査を受けていただけたときです。そして、限られた時間の中で、いかに条件良く撮影できるかを追求し、納得のいく画像が撮れたときは技師冥利につきます。

④御池クリニックを今後どうしていきたいですか 最先端の画像の提供をより追求していきたいです。

# プライベートについて

#### ①趣味は何ですか

バイクに乗ることです。子供が大きくなり、時間的にゆとりができた10年ほど前から乗り始めました。

#### ②休日はどのように過ごしていますか

遅くとも朝6時までには家を出てバイクで走りに行きます。昼前には帰宅し、バイクのメインテナンス。午後からは大切な家族との時間を過ごします。

③あなたの一番大切なものは何ですか 時間です。

④この先の夢は ツーリングで西日本は 制覇したので、 次は東日本制覇!!



# ■ 診療カレンダー

※日曜診療(画像検査)は日程が変更になる場合がございます。

2016年7月							2016年8月							2016年9月							2016年10月						
日	月	火	水	木	金	±	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	±
					1	2		1	2	3	4	5	6					1	2	3							1
3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10	2	3	4	5	6	7	8
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17	9	10	11	12	13	14	15
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24	16	17	18	19	20	21	22
24 31	25	26	27	28	29	30	28	29	30	31				25	26	27	28	29	30		23	24 / 31	25	26	27	28	29

診療日

■ 日曜診療(ドック・画像検査:MRI)

土曜 PET 診療日

赤 休診

# ■■ 画像検査予約方法

#### STEP 1

## STEP 2

#### STEP 3

#### STEP 4



医療機関(主治医) より電話にて予約 日時を決定



検査依頼書に 必要事項を記入



患者さまへ検査 のご案内・依頼書 をお渡しいただく



御池クリニック で検査受診

#### 編集後記

先日、母の73歳のお祝いに、京都のホテルに両親と私たち家族で 泊まり、お祝いをしました。亭主関白な父は、今まで自分から母の お祝いなど言い出したことがなかったのですが、ここ数年足腰が弱 くなり、自分が動けるうちに何かしてあげたいとめずらしく相談の電 話がかかってきました。気丈に振る舞っているようで、内心は色々 な思いがあるのかなと感じました。私も親が元気なうちにもっと親 孝行したいと思います。 (A.M)

OIKE CLINIC REPORT Vol.31 2016年7月発行



〒604-8436 京都市中京区西ノ京下合町 11 TEL 075-823-3000 代表 http://www.oike-clinic.jp/

