

Contents

1 P. 星にねがいを

坂崎診療所 内科医長 藤田 美保子

3 P. あなたの動脈だいじょうぶ？

臨床検査技師 横川 純子

2 P. 造影剤について

診療放射線技師 長谷川 亮介

4 P. 坂崎 れしび

星に願いを

新年度を迎え、桜の花や明るい陽光になんとも気持ちも改まる季節です。進学や就職など、環境の変わった方も多くいらっしゃると思います。

夜空を彩る星たちも、冬のオリオン座や大いぬ座のシリウス、小いぬ座のプロキオンなどから、春の星座へと変わってきました。オリオン座は、基本の形が1等星と2等星だけからできていますし、シリウスは-1.4等星、プロキオンは0.4等星と、とても明るい星々ですから、京都市内の街中で見上げても、いつも変わらずそこにあり心を和ませてくれていました。

春の星座といえば、しし座やおとめ座、うしかい座などになりますが、それぞれ1等星を1つずつ持っているだけで、あまり目立たない形をしていますから、うす曇りの日などははっきり確認することができず、寂しい思いをすることがあります。

それでも、同じ星座を世界中の人が眺めているいろいろなもの思いにふけるのかと思うと、地球上のすべての人とつながっているような連帯感を感じ、心が少し温かくなります。そして、星に向かってこっそり個人的な願いをしてみたりするのです。

皆様の、ご多幸やご健康もお祈りさせていただきます。



坂崎診療所 内科医長
藤田 美保子

造影剤について

診療放射線技師 長谷川 亮介

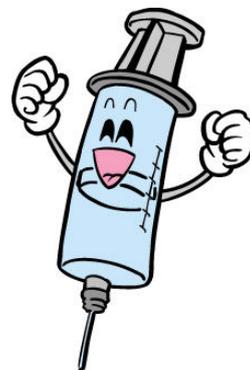


造影剤は、静脈内投与により血中および細胞外液に分布する性質を持っており、目的臓器の内部又は周囲にコントラストをつけて、血管系の描出、腫瘍系の検出・鑑別を判断しやすくし評価するのに役立ちます。

MRIの造影剤は、ガドリニウムキレートを主成分とする常磁性体のガドリニウム製剤や鉄製剤の造影剤を使用し、縦緩和を短縮させて造影効果をあげています。CTの造影剤は、ヨードを原料とする非イオン性ヨード造影剤が多く使われています。どちらの造影剤も通常は、投与後24時間ではほぼ全部腎臓から尿として体外へ排出されます。

造影剤は比較的安全な薬剤ですが、他の薬と同様に過敏症による副作用が出現することがあります。

副作用として多い症状は、**発疹・発赤、吐き気、嘔吐、かゆみ、じんましん、くしゃみ、熱感**(造影剤注入時に熱い感じがする)などです。これらの症状は、検査中～検査後1時間の間に発現することが多く、軽度のもものがほとんどです。しかし、ごくまれに、**ショック、アナフィラキシー様症状、呼吸困難、血圧低下、咽頭浮腫、意識障害、痙攣発作、腎性全身性線維症、腎不全**など重篤な副作用が発現することがあり、造影剤に対し過敏症のある患者や、一般状態が極度に悪い患者、気管支喘息の患者、重篤な心障害・肝障害・腎障害のある患者、甲状腺疾患のある患者などに対しては、それ以外の患者よりも高い頻度で重篤な副作用が発現するおそれがあるので禁忌として患者に投与しないこととなっています。



造影剤の投与にあたっては、過敏症や気管支喘息等のアレルギー体質等について十分に問診を行うことが大事です。

造影剤は生物学的作用がまったくなく、生体にとって無害が理想であるが、ほとんどの造影剤がなんらかの副作用をもっており、重篤な症状が突発することがあるということを念頭において使用する必要があります。

坂崎診療所におきましても、造影剤使用に際しては問診を行い、前出の既往のある方への投与は禁忌としております。ご紹介頂いております先生方には問い合わせなどでご迷惑をおかけする時もございますが、御理解いただき、御協力をお願い致します。



あなたの動脈大丈夫？

～頸動脈超音波検査でわかる事～

臨床検査技師 横川 純子

最近の超音波装置の技術革新には、目覚しいものがあり、画像解像度が飛躍的に向上し、頭蓋内から四肢の先まで観察することが可能になってきました。近年の生活様式の変化に伴い、高血圧・脂質異常症・糖尿病などをはじめとする生活習慣病が増加しています。生活習慣病に伴う動脈硬化は重要臓器の虚血をきたし、重篤な全身性疾患を引き起こします。したがって予防・診療の観点から血管病変への関心が高まっています。

検査の方法

頸動脈超音波検査は、図1のように仰向けに寝た状態で頸部にゼリーを塗り、機械をあてて検査を行います。被曝や痛みを伴わないため、リラックスして検査を受けて頂けます。



図1

動脈硬化の評価方法

血管壁を観察して、図2のように、3層の第1層と第2層の内中膜複合体(IMT)を計ります。IMTは通常1mm未満で加齢と共に肥厚していきます。また、1mmを超え、限局性の隆起が見られるところを、プラーク(図3)と言い性状・形態・血管腔がつまっていないか、狭くなっていないかの程度を観察します。

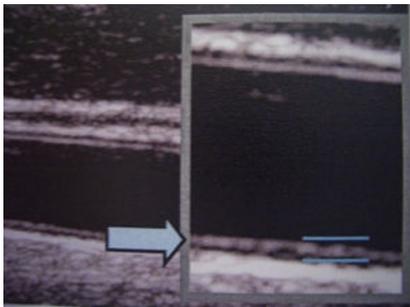


図2 IMTの計測



図3 プラーク

プラークの有無、狭窄、閉塞があっても自覚症状が乏しい事もありますので、他の検査との併用が必要となる場合もあります。





夏バテ予防の食事

管理栄養士 大島 佳澄

豚ヒレ肉の夏野菜トマトソース添え

夏のストレス(暑さ・紫外線・外と部屋の温度差など)に打ち勝ち夏バテを予防するには、その日の疲れをその日のうちに回復させることが大切です。そのためには元気の素であるビタミンB群をしっかりとるのがおすすめ！今回は夏に特に消耗するといわれている**ビタミンB1を多く含む“豚肉”**を使ったレシピをご紹介します。



1人前 179kcal たんぱく質 15.5g
ビタミンB1 0.84mg

【材料：2人前】

- ・豚ヒレ肉 120g (塩・こしょう)
- ・オリーブ油 大さじ1
- 〈ソース〉
- ・トマト水煮缶 1/2缶弱
- ・なす 100g (約1本)
- ・ピーマン 40g (小2個)
- ・赤ピーマン 40g (1/3個)
- ・黄ピーマン 40g (1/3個)
- ・オリーブ油 大さじ2
- ・ニンニク 1かけ
- ・水 大さじ4
- ・塩 小さじ1/2
- ・こしょう適量

【作り方】

- ①豚ヒレ肉に塩・こしょうをし、フライパンをあため、オリーブ油で焼く。
- ②〈ソースを作る〉にんにくをスライスし、なす・ピーマンは一口大に切りオリーブ油で炒める。油が絡んだらトマト水煮缶と水を入れ、柔らかくなるまで煮る。
- ③塩・こしょうで味をととのえる。
- ④①の肉を皿に入れ②をかける。

	日曜診療：(画像検査のみ)		土曜PET診療
	日曜診療：(ドック・画像検査)		休日

2010年 4月

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

2010年 5月

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

2010年 6月

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

※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。

オンラインモダリティ予約

■当診療所へ検査をご依頼頂いている先生方へ。

インターネットにて24時間検査予約ができます！

インターネットにて当クリニックの高度医療機器(MRI、CT、PET)の空き状況を確認していただきながら検査をご予約して頂けるシステムです。

ご登録は <http://www.sakazaki-clinic.jp/> にアクセスして頂き、右下の  をクリックして下さい。

オンラインモダリティ予約のログイン画面にある、[オンラインモダリティ予約申込書](#)をダウンロードし、必要事項をご記入の上FAX:075-823-3200まで申込書をご送付下さい。

皆様からのご意見・ご感想をお待ちしております。
E-mail:support@sakazakiclinic.jp

—編集後記—

街中が観光客やお花見をする人たちで賑わう季節となりました。過ごしやすくなったとはいえ、季節の変わり目、体調を崩しやすい時期でもあります。

体調管理を万全にし、新年度のスタートを切りたいと思います。今年度もSAKAZAKI CLINIC REPORTをよろしくお願ひ致します