

まるやまファミリー
クリニック

健康便り

Introduction of Staff



管理事務 木下 昌彦

8月から当クリニックに勤務しています、木下昌彦です。普段は奥の事務室にいますが、身体測定などで皆さんとお話しする機会も多くあります。人と話すことは大好きなので、何かあった時には気軽に声をかけてください。よろしくお祈りします。

スタッフ紹介

お知らせ

人間ドック・脳ドック・大腸ドック・肺ドック・認知症ドック
受付中！詳しくはスタッフまでお気軽にご相談ください。

院長の巻頭言



暮 秋の候、ますますご健勝にお過ごしのことと存じます。今年もあと2ヶ月と時は待ってもくれず、どんどん過ぎて行きます。毎日毎日飽きもせず新型コロナ感染者数の報告。長野県は8月頃からぐんぐんその数は増え、特に東信、北信の患者数の伸びが著しく、これは長野新幹線の影響が大きいと思います。今のところ飯田市は3件で7名と極めて少ない。下手な鉄砲撃つても中らずと云ったところ、感染症対策をしていて何か不合理にさえ思えてくるのはどうしてでしょうか。最近、こんな平和な飯田市において、発熱外来でどうして防護服を武装して診療しなければならないのか、馬鹿馬鹿しい、不合理であると、口ずさむようになった。いつまでこんな馬鹿げた診療を続けなければいけないのだろうか。

新型コロナ禍におかれまして、ワクチンがいくつものぼしゃったり、有害事象で中止になったり、今季冬にはワクチンが始まる予定でしたが、なかなかどうして、そう簡単には問屋は下ろしてくれませんね。来年本当に東京オリンピックが開催されるのでしょうか。なにかと暗い話題ばかりでしたが、ここに来て医療業界では明るい話題が2つあります。

ついに日本初の抗認知症薬が上梓されそうです。これまでにいくつもの抗認知症薬が治験され期待してきましたが、どれもぼしゃる結果に終わり、この領域の薬は本当に開発が難しいのだと思知らされてきました。注目が集まっている抗認知症薬の一般名はアデカヌマブ（開発コード：B11B037）といいますが、アルツハイマー病の治療薬候補として開発されたモノクローナル抗体で、認知症なら誰でも使えるというような代物ではありません。あくまでもアルツハイマー病の病理、つまりアミロイドが脳にたまっていることが検査において証明された患者さんに限ります。この薬は日本のエーザイ株式会社とアメリカのバイオジェンで共同開発されました。臨床試験データに基づき、アデカヌマブは、疾患の原因となる病態生理に作用し、認知機能の低下（悪化）を抑制し、金銭管理、家事（掃除、買い物、洗濯など）や単独での外出などの日常生活動作における効果が得られると期待されます。承認された場合、アデカヌマブは、AD当事者の疾患の経過に本源的な変化をもたらす初めての治療薬となります。7月に、米国食品医薬品局（FDA）へ生物製剤ライセンス申請の提出が完了したそうなので、疾患が疾患だけに、関係者は、「アルツハイマー病は、現代の公衆衛生上の最大の課題の1つです。患者の記憶、自立、そして最終的には私たちの大切な人々から日常生活動作の能力を奪います。今回のアデカヌマブは、このような状態に関連する臨床症状の悪化と疾患の病理に対する治療法として初めてのFDAへの承認申請となり得ます。私たちは、ADコミュニティへ進歩をもたらすことにコミットし、FDAによる本承認申請の審査に期待しています。」と云っています。FDAの早期認可を願うばかりでして、日本でもできるだけ早く認可され、早期アルツハイマー病の患者さんに投与できるようになれば多くの人々に恩恵が届けられると期待します。エーザイ株式会社は、認知症治療薬の先駆けのアリセプトを開発した製薬メーカー、今度は新たに進行阻止する抗認知症薬を開発したという世界に誇れる日本開発と云ってのも良いでしょう。

次の明るい話題は、がん治療において、これまで日本人医師の小林久隆が開発した光凝固療法についてですが、一昨年巻頭言にもこの治療について紹介した覚えがあります。2017年に日本でも治験が開始され、まだ対象の癌は頭頸部癌に限られていますが、将来的には内臓の癌にも応用されると思います。何が明るいかといえば、楽天メディカルジャパン（三木谷代表取締役社）は9月29日、事業発表記者会見を開催し、世界初の頭頸がんの光免疫療法用薬アキシャルクス点滴静注（一般名：セツキシマブサロタロカンナトリウム（遺伝子組換え）（開発番号：ASP-1929）について説明しました。アキシャルクスは、抗体薬セツキシマブと光感受性物質からなる抗体薬物複合

体で、特異的に上皮成長因子受容体（EGFR）を標的とする局所療法として用いられます。アキシャルクスは、楽天メディカル初の医薬品であり、2020年4月に厚生労働省が頭頸部がん患者に対する治療薬として先駆け審査指定制度の対象品目に指定し、9月25日に薬事承認しました。アキシャルクスの投与後に専用のレーザ照射システムでレーザ光をがん病巣部位に照射すると、腫瘍細胞の細胞膜上に発現するEGFRに結合したアキシャルクスが励起され、腫瘍細胞を傷害するという仕組み。楽天メディカルの三木谷浩史代表取締役社長は、「がんの光免疫療法については、米国立衛生研究所主任研究員の小林久隆氏と出会って革新的な治療法と知って全面支援してきた。光免疫療法は、欧米で2013年から実施されており、新しい仕組みのがん治療法だ」と紹介しました。小林久隆氏は、『光免疫療法新しい仕組みのがん治療』のテーマで特別講演を行い、最近のがん治療の研究で、手術、化学療法、放射線療法に続いて免疫療法の効果が認識されてきているが、光免疫療法は、正常細胞を傷つけることなく、患者の個別的な医療に適しており、医療経済的にも有用だ」と述べられました。

光免疫療法は、抗体によりがん細胞を選択的に標的とし接着し、レーザによってがん細胞を速やかに壊死させる治療法です。生物学と物理学の双方のメカニズムを組み合わせてがん細胞を死滅させるものです。楽天メディカルは、上皮成長因子受容体を標的にした再発・転移性頭頸部扁平上皮がん、進行性皮膚扁平上皮がんに対し、アキシャルクスの投与と光照射による治療とPD-1阻害薬（オプジーボ）の併用に関する第1b/2相試験を実施する予定としています。今後ますますこの光凝固療法が他の治療法を凌駕し、多種多様の癌に対して個別的に癌の表面抗原に適合した交代が作成され、個別的なテーラーメイド治療が普及することは間違いないでしょう。ここでも日本人の偉業の結果として日本の医学は世界に誇れると思います。

今季秋、オフコースの歌を聴くことが多くなりました。20代の頃よく聴いていましたが、最近改めて聴いてみると素晴らしさがわかります。今お気に入りですが、歌い出し「震える肩を抱けば、それだけつらくなるから…」という「冬が来るまえに」です。オフコースの曲の中で、この「冬が来るまえに」はあまり広く知られていないかもしれませんが、この楽曲は昭和51年に発売されたアルバム『Song Is Love』に収録された歌で、作詞、作曲が小田和正さんによる作品です。このタイトルを聞くと同名異曲である紙ふうせん のヒット曲『冬が来る前に』の方が思い出されますが、紙ふうせんの『冬が来る前に』が昭和52年に発売されていますので、オフコースの方が一年早いと言うことになります。オフコースは男性側、紙ふうせんは女性側の立場から冬が来る前に別れた相手に会いたいと歌っているようです。交響曲のような壮大さを持っている曲で、歌詞も初期のオフコース独特のポジティブかつ典型的なフォークソング調に仕上がっています。強烈なメッセージがあるわけではないけど、最初の「震える肩を抱けば・・・」でググーっとオフコースの世界に引き込まれていきます。

10月18日、とうとう還暦を迎えました。17日にクリニックのスタッフらから素敵な花束を戴き祝福していただきました。満六十歳になり、厄年も漸く抜けられます。ここまで一日も病気にならず、欠勤することも、遅刻することも、早退もすることなく、25歳から35年間働き続けました。まだまだ仕事を続けなくてはなりません。家内や子供たちは私が90歳まで現役に働いて欲しいといいますが、そのためには病気になることも、認知症になることも許されません。あと30年かあ～、長いようで短いかあ～、ピンピンコロリと90歳で逝くことができればいいけれど、まだまだ養生しないといけませんね。

それでは皆さん
ご機嫌よう、
さようなら。



まるやまファミリークリニック院長
医学博士 丸山 哲弘

発熱外来をはじめました!!

※当クリニックで新型コロナウイルスのPCR検査を受けることができます。
結果は後日報告。会社への証明書が必要な方はお申し出ください。
※完全予約制。受診希望者は受診前に電話にてお問い合わせください。



今般の新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、発熱患者が病院への受診を断られてしまうケースがあります。当クリニックでは、地域の適切な医療体制の保持に貢献するため、感染防止策を強化した診療を行う発熱外来を開設します。

認知症予防効果

レシチン

レシチンとは、約150年前にフランスで発見された成分です。卵黄から発見されたことから、ギリシャ語で卵黄を意味する「レシトス」に由来し、レシチンと名付けられました。レシチンはリン脂質の一種で、ホスファチジルコリンとも呼ばれています。レシチンは人間の体内に存在するリン脂質としては最も多く、人間の体を構成する約60兆個といわれる細胞のすべての細胞膜を構成している主成分です。



レシチンとは

レシチンは人間の体内に存在するリン脂質としては最も多く、人間の体を構成する細胞のすべての細胞膜を構成している主成分です。脳神経系や血液、骨髄、心臓、肺、肝臓、腎臓、胃腸などの主要な細胞組織に多く含まれています。体内ではあらゆる細胞の膜に含まれており、生理機能を担ったり、神経伝達物質のアセチルコリンの材料としての働きも知られています。副交感神経の刺激を伝え、学習や記憶、睡眠に関わっています。また、脂質の代謝にも関わっており、肝臓を保護する働きもあります。

レシチンの種類と特徴

レシチンは、大豆レシチンと卵黄レシチンの2つに大別されています。働きや効果には大きな違いはありませんが、目的によって使い分けされています。

- ・卵黄に含まれる
- ・脳機能改善
- ・ホスファチジルコリン
(神経系に關与する成分)
が多く含まれる

卵黄レシチン

大豆レシチン

- ・大豆に含まれる
- ・ダイエット効果
- ・血液中に長く留まる
- ・動脈硬化、脳卒中、
高脂血症、心臓病の予防

レシチンの効果



コレステロール値を調整し動脈硬化を予防する

肝機能を高める

認知症を予防する

記憶力や学習能力を高める

美肌効果

人間の脳内には、約30%ものレシチンが存在し、脳細胞の活動を支えているため、「脳の栄養素」とも呼ばれています。しかしながら人間の細胞は、年を重ねるごとに減少していく脳細胞の数が増加していきます。日頃からレシチンをしっかり補給することで、アセチルコリンという記憶に関係した神経伝達物質の生成を促進し、アルツハイマーや認知症の予防や、記憶力を維持して学習能力を向上させるとともに、脳細胞の破壊を最小限に抑えることができます。

レシチンの摂り方

レシチンを多く含む食品



調理の際の注意点



レシチンは熱に弱いです。なので、できるだけ熱を加えない状態で食べるのがよいと言えます。卵黄の場合であれば、ゆで卵や目玉焼きは避けて、生で卵黄を食べられる卵かけご飯や、もしゆで卵をつくるなら半熟で仕上げるといいでしょう。

当院の設備紹介

ドーム型ハウス EZDOME HOUSE



院内感染防止に最適。隔離スペースにも活用可能。

元々はキャンプ用に自分で組み立てられる独立居室として開発されたEZDOME HOUSE(イージードームハウス)。外壁は高密度ポリエチレン製のパネルでできており、雨に強く防音性、保温性に優れています。新型コロナウイルスの感染拡大に伴って、当クリニックでは院内感染防止のための発熱外来専用診察室として活用しております。