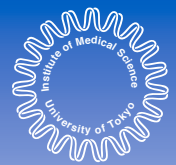


医科研病院だより



第20号

発行：東京大学医科学研究所附属病院
平成25年7月15日
〒108-8639 東京都港区白金台4-6-1
代表電話03-3443-8111
ホームページ <http://www.transrec.jp/>

CONTENTS

耳慣れない病気、“IgG4 関連疾患”とは？… 1
すこやか・カフェ…………… 2
栄養サブリ…………… 3
なんでも・ひろば…………… 4

耳慣れない病気、“IgG4関連疾患”とは？

アレルギー免疫科診療科長 田中 廣壽

私どもが担当させていただいておりますアレルギー免疫科では、おもに自分の身体を免疫系が攻撃してしまう病気－自己免疫疾患の患者さんを診療しています。いまだに原因は不明であり、残念ながら根本的治療法はありません。前回のお話の主題であるステロイドは今でも最もよく使うお薬です。不思議なことに、免疫系が攻撃する臓器は多彩であり、病気によって、あるいは、同じ病気でも患者さんによって大きく異なります。したがって、その診断は時として困難を極め、患者さんにもたいへんな負担を強いている場合もあろうかと思えます。私どもの医師は、そのような場合でも、病状や検査所見を詳しく説明し、できるだけ患者さんのお気持ちをくみ取って診療するよう努めております。もし不行き届きの点があるようでしたら、遠慮なく私どもにおっしゃってください。さて、本日は、診断が難しいという点に関連して、最近注目されている比較的新しい病気－IgG4関連疾患のお話をしたいと思います。

1990年代、自己免疫性膵炎、ミクリッツ病、シェーグレン症候群と診断されていた患者さんの中に高IgG4血症を伴う症例が存在することが注目されました（IgG4とは免疫グロブリンに数パーセント含まれるタンパク質です）。その後、シェーグレン症候群、キャッスルマン病、悪性リンパ腫、自己免疫性膵炎、硬化性胆管炎、後腹膜線維症、炎症性偽腫瘍、キュツナー腫瘍、間質性腎炎、各臓器癌などと診断されてきた症例のなかに、血清IgG4高値とIgG4陽性形質細胞の組織浸潤または腫瘤形成を特徴とする疾患群が存在することが明らかとなり、IgG4関連疾患と命名されました。この病気は、全身諸臓器に発生する可能性があり、診療科を問わず全臨床医が周知していかなくてはならないにも関わらず、いまだに疾患の認知度は低く、既存の疾患と混同されたりします。前立腺肥大や橋本病と診断されていた症例にも本症が含まれていることがわかってきました。原因不明疾患として取り扱われることも少なくなく、私どもの施設に紹介された患者さんの中に、実は、最終的にこの病気と診断されたケースが多いのです。これらの患者さんの血清IgG4値は必ずしも異常を示しておらず、ある意味で疑うことも難しい症例でした。この病気を最終的に診断するには、外科的な手術に近い手技（生検）（マ）

（マ）のもとで内蔵の一部をとり、IgG4が陽性の細胞を証明しなくてはなりません。むろんその必要性とリスクを詳しくお話ししますが、最終的な決断は患者がなさいます。私どもは、この生検部位を決める際に、PET-CTという方法を用いています。残念なことに保険適応ではなく、経済的負担のある検査です。しかし、実際にこの病気が活動性を有する場所をかなりの精度で特定可能であり、生検を担当する外科系医師や病理医に的確な情報を与え、安全で意義のある生検につながっていると思います。診断が決まると、前回お話ししたステロイドというお薬をしっかりと使います。今までのところ、すべての患者さんに効果が認められています。このように、膠原病のみならず医学は常に新しい展開をみせております。私どもは、可能な限り早く、そして安全に、最先端の医学の進歩を皆様にお届けしたいと思っております。また、この紙面や私どものホームページ（下記をご参照ください）を通じて皆さんにご紹介できれば幸いです。

診療に関するご案内

医科研病院アレルギー免疫科

<http://www.h.ims.u-tokyo.ac.jp/gairai/depts-03.html>

研修、臨床研究、基礎研究などに関するご案内

抗体・ワクチンセンター / アレルギー免疫科

<http://www.ims.u-tokyo.ac.jp/Rheumatol/allergy/>

トピックス

◆5月15日に、病院棟8階トミーホールにおいて、“La Gemma”の皆さんのご好意により、病院コンサート～Early Summer Concert 初夏の夕べに～が開催されました。

郷愁を誘うあたたかな日本歌曲の名曲たちを、鮮やかなピアノ伴奏にのせて、ソプラノのお二方が美しく歌い上げるとともに、素敵なお詩の朗読などもご披露くださり、来場者にさわやかな初夏の風を届けてくださいました。



すこやか・カフェ



初めての入院（生活の備え）

社会福祉士 石松 昌也

皆様、医科研便りをお読み頂きありがとうございます。
ソーシャルワーカーは、色々な生活相談や退院相談をお受けしますが、「初めての入院」で知っておくと役に立つ制度をご紹介します。

①高額療養費（医療費の自己負担）

通常の3割自己負担（月額）が限度額を超えた場合に、その超過分を医療保険側が負担するという制度です。保険適用の治療であれば、一定条件下で誰でも（被扶養でも）対象になります。具体的な限度額は前年度所得に応じて「35400円」「8万 + a」「15万 + a」の3段階です。以前は一旦3割負担を全額支払い、後日保険へ還付請求する形式でした。現在は、事前に限度額認定証を保険から交付してもらい、それを保険証と共に病院（医事受付）へ提示すれば、病院会計の時点で限度額までの負担支払いで済みます。食事代や差額室料は対象となりません。認定証の取得方法は、各保険窓口へご確認ください。なお、全国健康保険協会の場合には郵送で取得することができます。

- * 健保組合や共済の場合、この制度に上乘せして更に払い戻しを実施している場合があります。
- * 70歳以上の場合には「高齢受給者証の提示」あるいは「後期高齢者医療保険の保険証」を提示すれば、自動的に限度額が適用されます。

②傷病手当金（休職中の生活費）

被雇用者が、労災以外（私傷病）で休職する場合には、まず職場の就業規則に基づいて有給／無給どちらかで休職します。無給あるいは減額給与で休職する場合、生活費の補てんとして健康保険から給付される「傷病手当金」という制度があります。職場からの給付金ではなく、高額療養費等と同じく健康保険からの給付です。休職連続4日目から給付対象となり、支給額：給与2/3相当、支給期間：最長1年半です。なお、1疾患1回きりが原則です。注意点として、支給期間は支給日通算ではなく暦の上でのカウント＝職場復帰しても中断できません。

申請の手順は、通常は職場から申請書を入手し、その用紙に「ご本人」「主治医」「事業主」それぞれが情報を記載します。ご本人・医師が記入した後に職場へ提出し、保険の決済を経て、ご本人の口座へ入金されます。

- * 自治体の国民健康保険加入者や社会保険の被扶養者は対象外となります。
- * 健保組合や共済では、額と期間がより優遇されている場合があります。

(ノ)

③高齢者支援策など

ご高齢の方々を対象に各自治体が発行している支援策として、以下のようなサービスがあります。

- ・おむつ給付：おむつの現物支給または費用の補助。
- ・移送サービス：転院や通院の際に、車椅子や寝たままでも乗り降りできる車両運行。

この他に、入院中の支援として病室にヘルパーを派遣する制度を実施している自治体などもありますが、各自治体独自のサービスであるため、地域により差があります。まずは、機会がありましたら、必要に応じて各自治体の高齢者福祉相談の窓口でお話を聞いてみられてはいかがでしょうか。本格的な生活支援が必要な場合には、介護保険の利用や要介護認定調査の申請などの手続きも登場してきます。

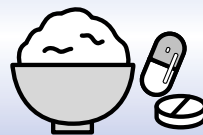
お役にたてば幸いです。



◆病院からのお知らせ◆

- 臨床検体の取扱いにつきまして
当院での保存・追加採取検体を用いた臨床研究名をお知りになりたい方は
http://www.ims.u-tokyo.ac.jp/ore/IMSUT_ORE_7.html
をご覧ください。

栄養サプリ



豆知識

生活習慣とがんの関係

がんのリスクを
下げる※

果物



りんご



みかん



キウイ



運動

野菜



人参



ホウレン草



トマト

がんのリスクを
上げる※

アルコール



ビール



ワイン

肥満



赤身肉

加工品



ソーセージ

塩分



佃煮



塩辛

喫煙
飲酒
食事

《日本人のためのがん予防》
一現状において日本人に推奨できる科学的根拠に基づくがん予防法—
たばこは吸わない。他人のたばこの煙をできるだけ避ける。

飲むなら、節度のある飲酒をする。

食事は偏らずバランスよくとる。

* 塩蔵食品、食塩の摂取は最小限にする。

* 野菜や果物不足にならない。

* 飲食物を熱い状態でとらない。

身体活動

日常生活を活動的に過ごす

体形

成人期での体重を適正な範囲に維持する(太りすぎない、やせすぎない)

感染

肝炎ウイルス感染の有無を知り、感染している場合はその治療の措置をとる。

(国立がん研究センターがん対策情報センター 抜粋)

※厚生労働科学研究第3次対がん10か年総合戦略研究事業

「生活習慣改善によるがん予防法の開発に関する研究」研究班 参照

今回注目
するのは..塩分!

今日から始めよう! 減塩のススメ

()カッコ内の数字は食品中の塩分量

減塩の工夫

塩辛いものを控える



あじ干物

1枚(0.8g)



さつま揚げ

1枚(1.2g)



のり佃煮

小さじ1枚(2.0g)



塩シャケ

1切(6.0g)



たらこ

1/2腹(2.6g)



梅干し

1個(2.1g)

煮物は1回で
食べきれぬ量を



汁

煮汁に付け込んだまま
次の日まで置くと、塩分
がしみこんでしまいます

かけ醤油はしない



かけ醤油



つけ
醤油

減塩の調味料を
利用する

減塩醤油 (0.5g)
醤油 (0.9g)

小さじ1杯の塩分量

汁物は1日
1杯まで

種類の汁は
残しましょう



味噌汁

1杯(1.5g)

香辛料や香りのある
食材を利用する



生姜



カレー粉



わさび



マスタード



しそ



こしょう



ごま



みょうが

酸味を利用する



レモン

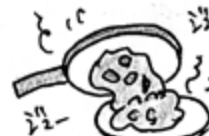


柚子



酢

焼き物の香ばしさで
うす味をカバーする



焼きたてをどうぞ



しっかり焼き目

焼き
ガリレ

うす味でも おいしく食べるコツ♪

昆布ダシやかつおダシ
をしっかり効かせる



昆布



かつお節

しっかりと塩分を
控えたい方に

焼き魚



塩をふらずに焼き
醤油をつけて食べる

挽肉料理



ミンチの中に塩を入れず
ソースやタレの塩分で食べる

新鮮な食材を使用する



色つや良く

弾力性があるもの

なんでも・ひろば



じえじえじえー！

副看護部長 佐藤 博子

この言葉、NHK朝のドラマ「あまちゃん」で使われていますが、今年の流行語大賞ではないかとの前評判も高いですね。視聴率も高く好評だそうです。脚本が宮藤官九郎さんで、北三陸市（架空）の海で海女さんを目指すヒロイン・天野アキが挫折を繰り返しながらもやがて地元アイドルへと成長する奮闘記。実は、このドラマのロケ地の岩手県久慈市が「おらほの故郷」なんです。主人公の制服は高校の時来ていたものにそっくり。でも「じえじえじえー！」は、聞いたことはありません。一部地区で年輩の方を中心に驚いた時に使われている言葉だそうです。言葉の響きがドラマのイメージにマッチしているため、ドラマでは頻繁に使用しているそうですが、市内でも、『じえ』だけでなく『じゃ』、『ちゃ』などと言う方もいらっしゃるそうです。岩手県内では『じゃじゃじゃ TV』というローカル番組もあるそうです。

久慈市の観光PR～白樺揺れる 琥珀の大地 海女の国～

久慈市は岩手県北東部に位置。太平洋に面し、「陸中海岸国立公園」の北の玄関口です。久慈川・長内川等の河川が急峻な渓谷を形成しながら、太平洋に注いでいます。総面積の87%を山林が占め、山の幸、海の幸が豊富な自然豊かな地域です。まさに、風光明媚、何も無いけど・・・自然はいっぱいです！東北地方は、いま復興に向けて頑(ノ)

(ノ)張っております。

この夏、ぜひ足をお運びくださいませ。少しでも岩手、久慈方面への観光の方が増えていただければと願います。

ホッとする空間、ホッとできる空間

故郷は、ホッとする空間。でも、当院も白金台にあって緑に囲まれた静かな空間。職員一同、治療を受けながらも「ホッとできる病院」であると自負しておりますし、そうありたいと願って取り組んでおります。今後とも、当院をよろしく願いいたします。

●北限の海女



●久慈渓流 渓流釣りのメッカ



●平庭高原 日本一と言われる30万本の白樺林



●三陸鉄道 宮古へ向かいます



●「あまちゃん」にも出てくる、うに弁当



●生うに丼も最高です！



Special Thanks 情報・写真提供：久慈市商工観光課 無断転用禁

東京大学医科学研究所附属病院・ご利用案内

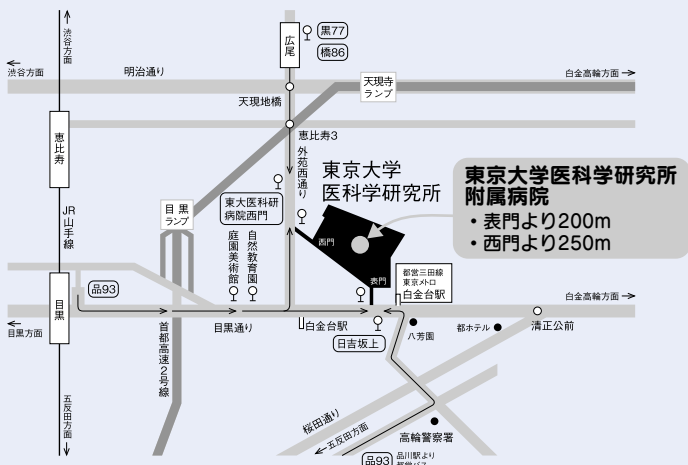
診療科

内科（総合、血液腫瘍、感染症、アレルギー・免疫、代謝・内分泌、循環器、消化器）

小児科（小児細胞移植）

外科（一般、腫瘍、消化器、乳腺）、整形外科（関節）

脳腫瘍外科、放射線科、麻酔科、遺伝相談



外来診療日

月曜日～金曜日（祝日および年末年始を除く）

診療受付時間

8：30～11：30（初診・再診）

12：30～16：00（再診のみ）

※予約時間の15分前までに受付にお越しください。

（確実にご受診いただくために、ぜひ予約をお取りください）

予約専用電話（予約受付および変更）

診察：03-5449-5560

検査：03-5449-5355

受付時間 8：30～17：00（外来診療日のみ）

アクセス

- 東京メトロ南北線・都営地下鉄三田線で「白金台駅」下車
 - JR山手線目黒駅東口から都バス品93大井町競馬場行で「白金台駅」下車、あるいは都バス黒77千駄ヶ谷行か橋86新橋駅行で「東大医科研西門」下車、または駅より歩いて約15分、タクシーで約5分（1メーター）
 - JR品川駅から都バス品93目黒駅行で「白金台駅」下車
 - 東京メトロ日比谷線広尾駅から都バス広尾橋から黒77または橋86目黒駅行で「東大医科研病院西門」下車
- ※患者専用駐車スペースも数台分ございます。ご利用は受付にお申し出ください。