


 医師

## 第11回 市民健康セミナーを終えて

整形外科部長 伊藤 圭吾



平成28年5月19日、当院2階講堂にて第11回市民健康セミナー『リウマチ・膠原病の最前線』が開催されました。講演テーマは①骨粗鬆症、②痛風、③全身性エリテマトーデス、④関節リウマチ、⑤ステロイド治療と盛りだくさんの5演題でした。約200名の方にお越しいただき、空席もないほどの大盛況の上で終わることができました。ご参加いただいた方々、ありがとうございました。

今回は、腎臓内科及びリウマチ・膠原病科の5名の先生方(①滝澤先生、②田先生、③藤田副院長、④葉末先生、⑤高杉先生)が講演されました。骨粗しょう症、痛風、リウマチというと、整形外科を受診される方が多いと思います。しかし、ここ最近新しい薬がどんどん開発され、内科の先生が治療されることが増えております。最近の医療トレンドは『予防医療』です。今回は、そんなお話が多数ありましたので、この文面をお借りして少し紹介したいと思います。

寝たきりの原因の2番目は骨粗しょう症性骨折ですが、骨折を起こすまでは自覚症状がないため、いつ病院に受診すれば良いのでしょうか?講演では、女性65歳以上、男性70歳以上の方に骨密度検査(DEXA:胸部レントゲン写真の40分の1の被ばく量)を受けていただくよう勧められています。食事や薬での治療ができますので、是非、一度、検診されることをお勧めします。

特に足の親指の付け根に炎症を起こすことが多い痛風(高尿酸血症)は、これ自体は数日で軽快されるのですが、

実はその影には、成人病(糖尿病、高血圧、高脂血症など)が隠れていることが多く、しっかりと成人病の検査をされることも勧められていました。また、痛風の原因となる「プリン体」というものが多く含まれている食べ物は避けた方が良いでしょう。最近流行りのプリン体ゼロのビールは良いのではと思っていたのですが、アルコールそのもので尿酸値が上がるので効果は不明だそうです(残念!!)。

さて、「膠原病」という病気はご存知でしょうか?自分の身体を自分の免疫で攻撃してしまう病気です。代表的な膠原病が、関節リウマチと全身性エリテマトーデスです。ステロイドを用いて治療することも多く、これについての紹介もありました。「なまもの食べない」、「煙草吸わない」、「口を清潔に」の3点が大切だそうです。

最後に藤田副院長から、腎臓内科及びリウマチ・膠原病科の医師12名は、いつも話し合い、お互いに相談しあっているの、安心して受診してくださいとのことでした。今後も毎年2回は市民健康セミナーを開く予定であります。みなさまの健康の一助になれる講演ができるよう職員一同努めますので、今後ともよろしくお願い致します。

