

2014年5月23日(金)

# 「健康づくり講座」を開催しました。

2014年5月23日に労働衛生協会・高井戸東健診クリニックにて、地域の皆様との交流および健康増進の啓発を目的とした「第1回 健康づくり講座」を開催いたしました。

当日はクリニック医師の河野美佳先生の講演「女性に多い内科系疾患のトピックス」を始め、日頃はあまりご覧いただくことがないクリニックの見学会と、先生方を交えた茶話会を開催し、参加された杉並区民の皆様にご好評の声をいただきました。



## 開催風景



▲根岸理事長の挨拶



▲河野先生の講演



▲1Fクリニック 骨密度測定



▲2Fクリニック見学  
(市毛先生・飯塚先生による説明)



▲茶話会の様子



▲富松所長の挨拶

## 参加者の声

受診するときは緊張することもあるので、リラックスして施設の中が見学できてよかったです。ありがとうございました。

先生から直接、検診の方法などを説明していただいて安心できました。内視鏡の検査が進歩していることも聞きましたので、機会があれば一度受けてみたいと思います。

先生方とお話する機会が持てたので、これからも安心して受診できます。診察のときとは違う一面が見られてよかったです！



# 女性に多い疾患について

骨粗しょう症

膠原病(関節リウマチなど)

自己免疫性甲状腺疾患

(バセドウ病・橋本病)

鉄欠乏性貧血

膀胱炎

認知症

肺非定型抗酸菌症



骨粗しょう症は罹患している女性の割合が男性の3~4倍と非常に多く、日本の人口の10%、約1,200万人が当てはまるといわれています。現在、症状がなくてもいずれ腰痛や骨折を起こす危険性が大きいですね。

膠原病・自己免疫性甲状腺疾患は、本来ウイルスや細菌などの外敵から身体を守ってくれるはずの免疫システムが、自分の健康な組織に対して働いてしまう病気です。男性より女性に起こりやすいという特徴がありますが、はっきりとした原因はわかりません。

また、鉄欠乏性貧血や膀胱炎、認知症、肺の非定型抗酸菌症なども女性に多くみられる疾患です。

特に、難病といわれる膠原病について解説します。

こうげんびょう

## ●膠原病ってなに？

「膠原病」は正確には病名ではなく、細胞の結合組織や血管に病変が起こる「疾病グループの総称」です。1942年に提唱されるまで、医学界では胃・心臓・肺など臓器別に病気を考えていました。膠原病は「病気は特定の臓器に存在する」という従来の考えを一変させた、体中の臓器に同時多発的に異変が起こる「多臓器疾患」なのです。

- 内臓 ▶ 全身性エリテマトーデス
- 関節 ▶ 慢性関節リウマチ
- 皮膚・筋肉 ▶ 強皮症、多発性筋炎・皮膚筋炎
- 血管 ▶ 血管炎症候群 など

## ●症状はどんなもの？

膠原病と呼ばれる病気はいくつもあり、それぞれ特徴は違いますが、発病時に現れやすい症状は似ています。

- 全身症状 ▶ 微熱が続く、体重が減少する、疲れやすい
- 関節・筋肉 ▶ 痛む、腫れる、力が入らない、こわばる
- 皮膚 ▶ 赤い斑点が現れる、硬くなる、黒ずむ、しこりがある
- その他 ▶ 首や脇の下のリンパ節が腫れる、顔や下肢がむくむ、口が渇く、目がゴロゴロする

以上の症状が現れたときに、膠原病の疑いがあります。発熱や関節痛などは日常的によくみられる症状ですが、とくに思い当たることがないのに現れてなかなか改善しないようなら、専門医の受診を検討してください。

## ●発見するには？

まずは専門医を受診してください。全身の診察、血液検査、尿検査、レントゲン検査などで、どの膠原病なのかを診断していくことになります。

現在、膠原病の原因は確定していませんので、免疫の異常を元通りにする根本的な治療法はありません。しかし、免疫機能を良い状態にすることはできるので、当てはまる症状を自覚された場合などは速やかに受診していただくことが大切です。