

とらのもん

- 成長のメカニズム
- 連携医療機関のご紹介
～大原整形・形成外科～
- 脂肪肝について①



〈ゴゼンタチバナの花〉

基本理念：医学への精進と貢献、病者への献身と奉仕を旨とし、
その時代時代になしうる最良の医療を提供すること

公開講座のお知らせ

『 成長のメカニズム 』

小児科部長 伊藤 純子

日時：7月11日(土) 14:00 - 15:30

場所：本院 本館3階 講堂(入場料無料)

※諸般の事情により、変更・延期・中止になる場合がございます。
お電話・ホームページ等で開催の有無をご確認ください。



こどもは成長する存在

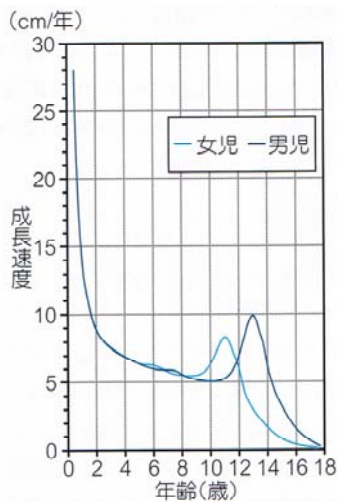
こどもは日々大きくなり、いろいろなことが出来るようになってゆきます。「成長・発達」する存在であることが、こどもの最大の特徴です。しかし、こどもが大きくなるメカニズムは複雑で、さまざまな要因が働いています。身長と体重は、誰でも知っている身近な数値ですが、どこまでが正常で、どのような場合に病院に相談した方がよいのか、判断に迷うことも多いと思います。公開講座では、こどもの成長を専門とする小児内分泌科医の立場から、最新の知見をまじえてお話しいたします。

正常の成長パターン

生まれたときの赤ちゃんの身長は約50cmですが、その後成人に達するまでに100~130cm成長します。しかし、常に一定のスピードで成長するわけではありません。ヒトの成長パターンは3-4歳ごろまでの乳幼児期、その後思春期が始まるまでの小児期、そして思春期の3つに分けられます。

1年間の伸びで見ると、生まれてから1歳までの伸びが25cmと最大で、この速度は3~4歳までに急激に低下します。小児期の伸びは5~6cm/年で比較的一定していますが、よく見ると思春期直前までゆるやかに低下していることがわかります。思春期に入ると成長速度は急に大きくなり、思春期の成長スパートと呼ばれる山を作ります。山がピークに達したあとは急激に下がってゆき、思春期の進行とともに3年くらいでほとんど伸びなくなって成人身長に達します。

思春期前の身長は男女差がほとんどありません。男性の方が思春期に入るのが2年ほど遅く、スパートで伸びる量も大きいいため、成人になると男性の方が背が高くなるのです。



成長障害のとらえかた

身長には個人差がありますから、こどもの身長を評価するためには日本人の各年齢での標準値を出して、それと比較しなくてははいけません。病院でよく使われるのが平均と標準偏差 (SD) であらわされた標準成長曲線です。これは男性のものですが、上が身長、下が体重で、平均値と平均から上下にどの程度離れているかが5本の曲線で表されています。

小児科部長 伊藤純子

<専門分野>
小児内分泌・代謝疾患
育児相談

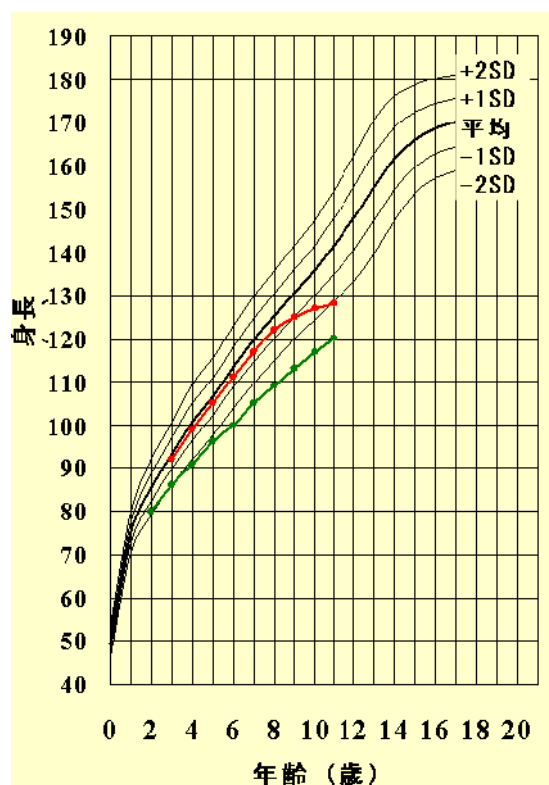
<専門医等>
日本小児科学会専門医・指導医
日本内分泌学会専門医・指導医
日本小児内分泌学会
日本糖尿病学会
日本外来小児科学会



一番下のマイナス2SDの線上にいる人は、病気がない方でも40人に1人くらいの頻度でいますので、40人のクラスで一番前のお子さんといったところです。小児科医はこの線を下回る方を低身長としています。

病気のために背が伸びない方にはもう一つ大きな特徴があります。それは背の伸びる速度が落ちているということです。毎年の身長の測定値を先ほどの標準曲線の上に記入し線でつないでそれぞれのお子さんの成長曲線を描くと、標準曲線のカーブと比較することで視覚的に成長速度の低下がわかります。まだ低身長になっていなくても、図のように急に伸びが悪くなっている方は検査が必要です。逆に、身長がマイナス2SDの線上でも、ラインに沿って伸びている方は、病気ではなく体質的な小柄であることが多いのです。

お子さんの身長が気になるときは、ぜひ成長曲線を描いてみてください。成長曲線は、成長障害を解説しているホームページなどにも載っています。

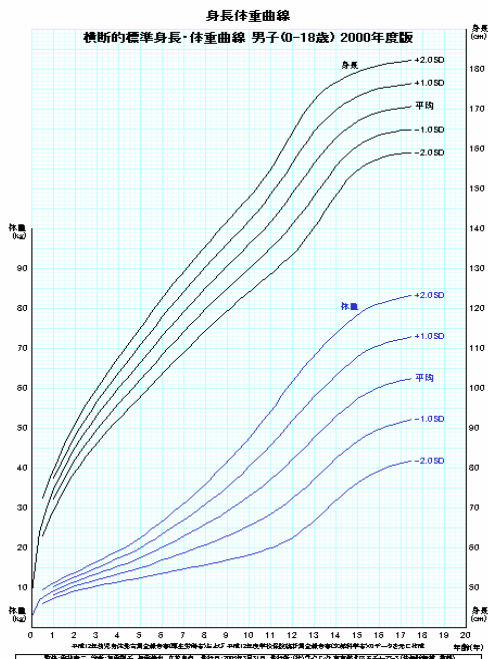


低身長と成長速度の低下

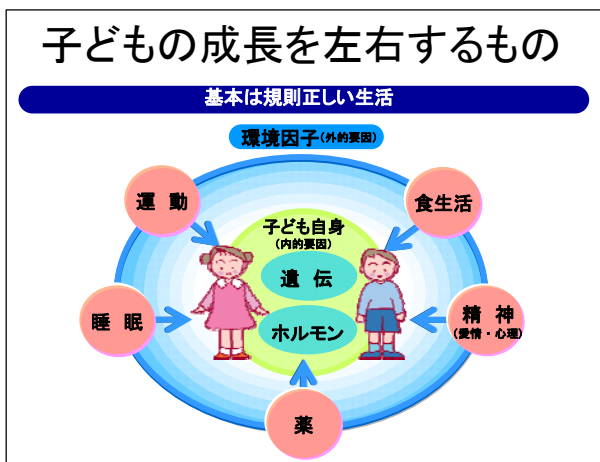
どちらにも成長速度の低下がありますが、●のお子さんは低身長になっていなくても成長速度の低下が急にみられているので検査が必要です

男児の標準成長曲線

- ・ 上が身長、下が体重
- ・ 身長が一番下のラインよりも低いとき低身長と考えます



身長を左右するさまざまな要因



成長はいろいろな因子の影響を受けています。大きく分けると、こども自身の内的要因と、環境因子である外的要因になります。内的要因には両親の身長などの遺伝的要素やホルモン分泌、外的要因には栄養・睡眠・運動・精神的因子などがあげられます。

両親の身長からお子さんの成人身長を予測する場合、父母の身長を平均し、男児なら+6.5cm、女児なら-6.5cmするという方法がとられます。他にも身長に影響する因子はたくさんありますから、必ずこの予測身長になるわけではありません。戦後、栄養状態の改善によって日本人の平均身長は5cmぐらい伸びましたが、1990年以降は変化がなく、今のこどもたちに関していえば、親よりこどもの方が背が高いという時代は終わったと考えられます。

栄養の不足は特に乳幼児期の成長に大きな影響を

与えます。必要なカロリーに加えて、たんぱく質、ビタミン、ミネラルをバランスよくとることが大切です。不足すると成長を阻害しますが、特定の栄養素を過剰にとっても伸びがよくなるわけではありません。結局、背を伸ばすのにいい環境とは、バランスの取れた食事、適度な運動、十分な質のよい睡眠、精神的に安定した楽しい家庭という、「普通の、規則正しい生活」なのです。

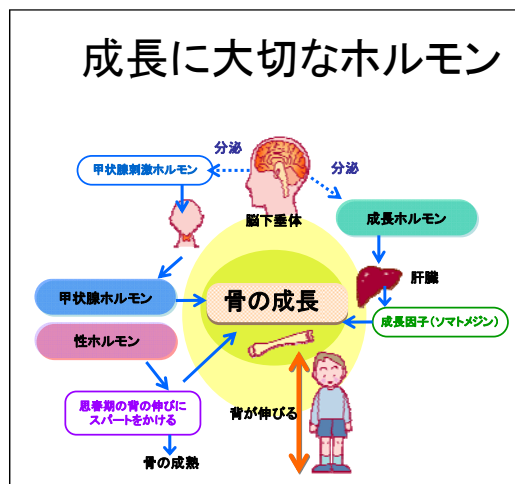
成長に大切なホルモン

低身長で病院を受診される方の8割近くは体質的な小柄です。しかし、中にはホルモンの病気や染色体の病気、骨の病気などが原因で成長障害を起こしている場合があります。このような病気の方は成長速度が遅いため、治療が遅れると身長はどんどん低くなってしまいます。成長障害を病院で診る目的は、治療できる病気を見逃さずに早期発見・早期治療をし、成人の身長をなるべく改善することです。

成長に大切なホルモンは、成長ホルモン・甲状腺ホルモン・性ホルモン（男性ホルモンや女性ホルモン）です。この中のどれが欠けても成長は完成しません。ホルモンのコントロールセンターとなっているのが頭の中にある脳下垂体で、年齢に応じてホルモン分泌の調節をしています。今まで正常だった身長の伸びがある時点から急に悪くなった場合、下垂体付近に脳腫瘍が出来てホルモン分泌を障害している場合があります、注意が必要です。

低身長の治療といえば成長ホルモンがまずあげられます。しかし、成長ホルモンが最もよく効くのは、成長ホルモンの分泌不足がある方です。低身長の方の大部分では成長ホルモン分泌は正常で、たとえ少量の成長ホルモンを注射したとしても、その自分自身の成長ホルモン分泌が低下してしまい効果はありません。染色体異常などいくつかの病気では、比較的少量の成長ホルモンを打つことで身長を伸ばせる場合があります。専門医のもとで正確な診断をつけ、用法・用量を守って使うことが大切です。

公開講座では、成長障害を起こすいろいろな病気とその治療について解説します。





大原整形・形成外科

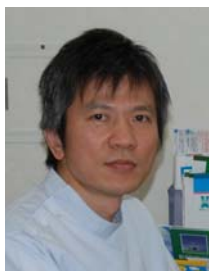
〈院長あいさつ〉

平成21年4月1日より川口市上青木地区で整形外科・形成外科診療を開始しました。個人的にはまったく不慣れな土地ですが、経験豊かな現地スタッフの精力的な啓蒙活動のおかげで、2ヶ月で多くの地域の方々に受け入れてもらえるようになりました。診療内容は整形外科関連として中高齢者によく見られる腰痛、膝痛に対する温熱療法、低周波・干渉波治療、牽引などの物理療法のほか、骨折、靭帯損傷などに対しては早期に徒手による廃用性拘縮予防のための施術を取り入れています。また形成外科関連としては外傷、ほくろ、あざなど良性腫瘍の切除・摘出術に加え、眼瞼形成（眼瞼下垂、整容的施術を含む）手術にも対応できる設備を整えています。

今後とも地域住民の診療に専念しつつ、総合医療施設とのパイプ役として貢献できるよう努めて参りたいと思います。

院長 大原 鐘敏

（おおはら かねとし）



- 学歴
1986年 昭和大学卒業
1990年 昭和大学医学部大学院修了（医学博士）

- 職歴
患寿総合病院、熊本機能病院、埼玉県立小児医療センター、公立昭和病院、昭和大学病院、聖マリア病院、虎の門病院（1992.10～2009.3）

- 所属学会
日本形成外科学会、日本手の外科学会、頭蓋顎顔面外科学会、日本マイクロサージャリー学会、日本美容外科学会



〈診察室〉



〈リハビリ室〉



〈受付・待合〉



〈スタッフのみなさん〉

【診療日・診療時間】

時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00～12:30	○	○	—	○	○	○	—
15:00～18:30	○	○	—	○	○	—	—

- 診察時間の15分前から受付いたします
- 休日・水曜、土曜午後、日曜、祝日

大原整形・形成外科

- 住所 川口市上青木西3-7-2 Jビル1階
- 電話 048-487-8266
- 交通 JR「西川口」駅東口
5番バス乗り場（西川08・西川09）10分
「上青木小学校」下車 徒歩3分
- その他 駐車場（4台）あります



★ロゴマークについて★

亀は鶴とともに長寿の象徴とされており、粘り強く努力するたとえとしてよく用いられています。加齢に伴う慢性疾患の治療では、急ぎ足で歩くよりも、ゆっくり確実に前進することをモットーにと考え、またお子様にも受けもらえるよう、アレンジしてみました。

脂肪肝について①

健康管理センター長 荒瀬 康司

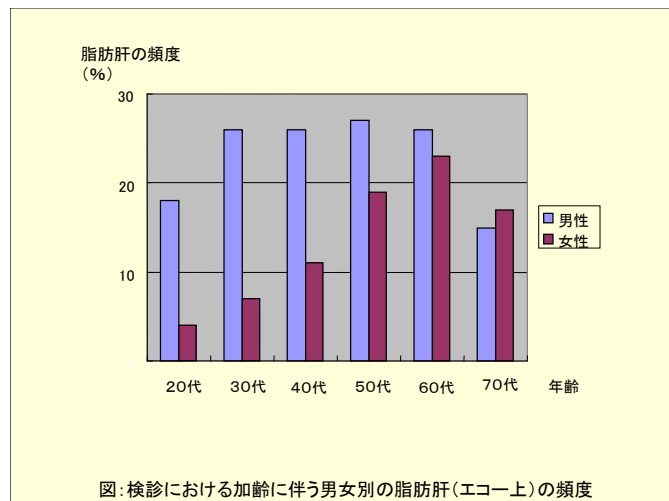
■はじめに

近年、日本では肥満者の頻度が高まり、これに伴い脂肪肝に象徴される内臓脂肪型肥満の頻度が増加してきています。脂肪肝を有した際には糖尿病、高脂血症、高血圧等の合併も増え、これらの合併症が動脈硬化を引き起こし、生体の老化を促進することにもなります。従って、脂肪肝を早期に診断し、それに対応していくことが重要と考えられます。そこで2回にわたってこれら脂肪肝をめぐる問題についてお話しします。

■脂肪肝の定義と頻度

肝臓は鳩尾（みぞおち）から右脇腹にかけて位置しており、その形はおにぎりをやや押しつぶしたような形をしています。大きさは成人では1.2ないし1.5kg程度であり、体重の約2%といわれています。その主な働きは、①生体にとって重要な成分である蛋白・脂肪・糖等を生体内の必要な箇所に供給すること、②生きていく過程で生じる老廃物の分解・排泄を行なうこと等です。この肝臓は肝細胞等の細胞により構成されており、肝細胞数は約3000億個といわれています。

この約3000億個ある肝細胞の30%以上に脂肪滴が認められる場合を脂肪肝としています。肝細胞の中に脂肪滴がみられると、脂肪が溜まった分肝臓は大きくなります。これら脂肪肝の日本人での頻度を図に示しました。男性では30～60歳台では25%程度が脂肪肝であり、女性では50～60歳台では20%前後で脂肪肝がみられます。肝脂肪は過剰なエネルギーを短期的に保存するための脂肪であり、男性や閉経後の女性にみられやすく、肝脂肪の増加は生体にとって種々の問題を惹起することとなります。



図：検診における加齢に伴う男女別の脂肪肝(エコー上)の頻度

※ 次回は、「脂肪肝の悪いわけ」「脂肪肝の早期発見・早期治療」についてお話しします。



虎の門病院付属 健康管理センター・画像診断センター

■住所 東京都港区虎ノ門1-2-3 虎ノ門清和ビル6階

■交通 ●銀座線「虎ノ門駅」3番出口と地下直結
※地下1階から入館の時はインターフォンにてお知らせ下さい。

●千代田線・丸の内線・日比谷線
「霞ヶ関駅」下車A13出口 徒歩5分

●都営三田線「内幸町駅」下車 徒歩8分
※駐車場はございません、公共交通機関をご利用ください。

■電話 03-3588-1111内線4858(平日11:00～16:30)

■<http://www.toranomon-dock.jp/>

センター長 荒瀬康司

<専門医等>

日本内科学会専門医・指導医・評議員

日本肝臓学会専門医・指導医・評議員

日本消化器内視鏡学会専門医

日本消化器病学会専門医・指導医・評議員



第7回 楽しい食事のすすめ：美食の文化史

医療安全アドバイザー
シミュレーション・ラボセンター長 中西 成元

これまで、食事の生物学的な意味から、社会的人間にとっての食べることの意味、そしてそれに続く食の歴史、という順に述べてきました。今回は、ヨーロッパにおけるあくなき欲望の果てである「美食」の文化史を、ジャン・フランソワ・ハラムの本より紹介します。

料理の起源には民衆的なものと職業的なものがあります。前者は土や自然と深く結び付き、旬の素材を基に伝統に従った方法で作られたものです。これは移動できない料理と言えます。後者は料理人たちによる発明、革新、実験の上に成り立つものです。これは逆に伝播する料理と言えるかも知れません。

古代ギリシャ時代には料理専門の書物はありませんでした。が、文学作品などに断片的に登場する料理の記述からある程度の様子を知ることができます。たとえば野兎は茹でて、その後焼くと書かれています。これは血の滴る肉を嫌ったためと言われています。ひよこ豆は炒める、どんぐりは火で炙る。まぐろはまんべんなく燻り焼いた上で、塩をまぶし油をふりかけて食べる。うなぎは稚魚をフライパンで揚げて、ぶだいはチーズと油を塗るかまどに入れる。アフリカチヌは焙り焼く、ぼらはローストして塩水で作ったソースをかける……既に素材に応じたさまざまな料理法が存在していたことが伺えます。生チーズや乾燥チーズも食されていました。

ローマ帝国の食通は素材の産地を見分けることができました。識別へのこだわりは次第に偏執的になり、産地ばかりか捕獲時間も問題にされました。また、奇妙なもの、珍しいもの、不思議なものに対する情熱も持っていましたが、その情熱は次第に客を驚かすことにのみに向くようになり、しばしば身代を失うものの例も出るほどになりました。ローマ帝国ではその歴史の始まりから終わりにいたるまで、定期的に豪奢禁止の令が出されています。

古代料理の基本はハーブやスパイスの多さと、塩味と甘味の混合です。素材としては魚が好まれ、肉としては乳のみ豚、子山羊、子羊などが食べられていました。そのうちに肉団子、ポピコット、魚のコロッケ、ガランティーマ、ハム、ソーセージといった細かく刻んだ料理が登場します。これは彼らが寝そべって片肘をついて食べていたからです。それらの料理は研究と探索の精神により作られていました。ローマの料理においては、驚かせ、面喰わせ、楽しませ、気晴らしさせることが客へのもてなしの形だったのです。

ギリシャ人の朝食がワインに浸したパンだったことに象徴されるように、西欧文化における食事について語る上では、パンとワインは欠かすことができません。西欧では20世紀に至るまで、あらゆる社会階層でパンが人間の生命を維持する主な支えでした。発酵現象を発見したのはヘブライ人のようです。パンの発酵はアルコール発酵ですが、その発酵は天然酵母かビール酵母でした。パン作りが洗練されたのはギリシャ時代で、当時72種類のパンがあったといわれています。

先史時代、原始時代、ブドウは単に数ある果物のひとつでした。しかし、ブドウの栽培が始まると、発酵飲料の素となる果物として極めて優れていることが判りました。ワインはその特性により広く普及し、多様性をたたえたアルコール飲料になりました。ワインは喜びにも悲しみにも成功にも失敗にも必要で、友情を司り、精神修養、商談取引、戦争や平和、功労者の休息など人間のあらゆる社会、感情、道徳に力を及ぼしました。

ところがギリシャ・ローマ時代以後、中世の欧州は野蛮で原始的な食習慣に戻ってしまいました。イタリアで食の革命が起こるのは、ようやくルネッサンス期に入ってからになります。そしてカトリーヌ・ド・メディシスとアンリ2世の結婚によって、フランスにも近代料理の最初の形が生まれました。

17世紀に入るとガストロノーム（食通）が現れ、個人の意見が尊重されはじめます。1800年頃からは、真に洗練された料理はプロの料理人にしか理解できなくなりました。19世紀の料理人は自由社会の要素から逃れられなくなりました。酒場や居酒屋などとは違う、レストランの持つ清潔さ、装飾の豪華さや高級料理などが大衆の間に持ち込まれました。この世紀は同時に料理の国際性が増した時期でもあります。料理人の王であり王の料理人であったカレームの世紀です。

19世紀以降現在まで、様々な面において2つの相反する傾向を認めることができます。①複雑で重い料理／簡素化と軽い料理、②料理の国際化／地方料理への回帰、③調味料やスパイスの強調／自然素材と鮮度の本物志向、④伝統の重視／創造工夫の重視、といった具合です。20世紀の終わりにあったガストロノミーの主要な特徴は自然への回帰であろうと思われます。21世紀には、これらの傾向はどちらの側に重みが置かれていくのでしょうか。

大蔵省（現財務省）主計局では、予算を請求してきた省ごとにチームを組んで対応、審査する。主計官がチームリーダーで、その下に担当主査、補佐、係員がいる階層組織なのである。よその省の課長クラスには主査が、局長クラスには主計官とワンランク違えて対応している誇り高い組織である。こういったなお男性優位の社会で、先年、片山さつきさんが女性はじめての主計官になったことが話題を呼んだ。

あるとき主計官のKさんが私の前に現れた。鼻のてっぺんが赤くなったが、これは病気なのかと訊くのである。まるでアカハナのトナカイと同じ状況を目撃して、私はこれはお酒の飲み過ぎのため、鼻の頭の毛細血管が拡張する「酒□（しゅさ、rosacea）」なのだ説明した。

ところがそれを聞いたKさんは、即座に「私は主査ではありません。主計官です」と憤然としたのである。説明してやっと納得して貰ったが、この話の落語的な面白さは、大蔵省の人でないと、なかなかうまくは伝わらないと思う。

ついでにもう一人主計官Tさんの話。彼は厚生労働省担当だった。そもそもこの省の予算規模は大きいので、従来、大蔵省でも最優秀と折り紙つきの人間が配属される慣わしだった。歴代の事務次官のうち、かなりの人がこの省の予算を担当していたのである。

私はなぜか彼と仲良しで、いろいろとお引き立て頂いた。あるとき診療所の待合室で出会ったので、どこか具合が悪いのか訊ねてみた。彼曰く「飲みすぎ食べすぎで太りすぎて、脂肪肝になった」と。そこで私は間髪をいれず、「あなたの肝臓は厚生労働省予算みたいなものだ」とつい言ってしまった。その含意がすぐ分かった彼は、豪快に「がはははは」と笑ったのである。

つまり厚生労働省の予算は、初めは大した額ではない規模の段階で通し、やがて自然にだんだん額が増えてくる。つまりネガティブ・フィードバックが効かないメカニズムが組み込まれている、と私は邪推している。その辺の皮肉が、彼にはすぐ通じたのであろう。

最近はこの局でも年中忙しい。しかし年末の主計局の多忙は極端なまま続いている。

ある年の年末、主計局のノンキャリ主査のYさんが脳卒中発作を起こした。その場に居合

せた私は（そんなことが多い。一に在宅という名医の資格を備えていると、勝手に自惚れている）、脳梗塞と診断して、すぐに虎の門病院への入院を手配した。その場に居合わせた神経内科の矢島先生は、脳出血と診断。入院後のCTで出血だったことが分かり、やはり餅は餅屋で専門家の方がより正確だったのである。

この人が何故病気になったかの説明だが、ある大型電子機器の導入をめぐる、導入希望側の省庁との交渉が難航し、彼にはすごいストレスになっていた。相手の性格がねちっこいので嫌がっていたし、仕事の終わる時刻も不規則で、長時間残業が続いた。家に帰ってもなかなか興奮が冷めないものだから、つつい好きなお酒を大量に飲んでいたらしい。

飲んだお酒の種類は聞き洩らしたが、いずれにせよ大酒が続けばやがては高血圧になる。また日本酒だったら、血を固まり難くするから、脳出血になる危険も大きい。矢島先生は、酒の量を減らせ、血圧を下げるとこの人に何度となく注意したそうである。しかしなかなか生活習慣は改まるものではない。この人の場合、いやな相手にネチネチと絡まれたストレスと前夜の大酒のため、急に血圧があがったのだろう。公務災害に該当することになった。

飲酒と高血圧発作とを考え合わせれば、この発作が脳梗塞ではなくて脳出血だったことは辻褃が合うのである。



虎の門病院からのご案内

初診時より効果的な診察ができますよう、可能でしたら他病院からの紹介状をご持参ください。紹介状をお持ちにならない場合は初診時選定療養費(本院5,250円、分院3,150円)をお支払いいただきます。

本院診療受付時間(初診)	
内科	8:30 - 10:30
小児科	8:30 - 11:00
皮膚科	8:30 - 10:30
麻酔科	13:00-14:30(水以外)
外科	8:30 - 11:00
脳外科	月曜～金曜 8:30-11:00 月(第2・4)・金 13:00-14:30
整形外科	8:30 - 10:30 (紹介状があり予約された方は予約時間に合わせてお越しください)
形成外科	8:30 - 10:30
産婦人科	8:30 - 10:30
泌尿器科	8:30 - 10:30
耳鼻咽喉科	8:30 - 10:30
眼科	8:30 - 10:30
歯科	8:30 - 10:30

* 整形外科予約直通: 03-3583-1406(受付時間14:30 - 17:00)

虎の門病院 本院

〒105-8470 東京都港区虎ノ門2-2-2
TEL 03-3588-1111 (代)
地下鉄銀座線虎ノ門駅3番出口 徒歩5分
車でご来院の方: 有料駐車場があります
(30分: 300円 患者さん割引あり)

虎の門病院 分院

〒213-8587 川崎市高津区梶ヶ谷1-3-1
TEL 044-877-5111 (代)
田園都市線梶ヶ谷駅より徒歩15分
宮崎台駅よりバス5分
(1時間に3本)

さいたま診療所

〒330-0081 さいたま市中央区新都心2番1
さいたま新都心合同庁舎2号館1階
TEL 048-601-1347
JRさいたま新都心駅 徒歩5分
JR埼京線 北与野駅 徒歩8分
(診療科) 内科・精神科・歯科
平日 AM 9:00~11:30 PM 1:30~4:00



全面禁煙

当院は5月11日より敷地内全面禁煙となりました。
ご協力お願いいたします。

ホームページアドレス <http://www.toranomon.gr.jp>

分院診療受付時間(初診)		
	午前 8:30-10:30	午後 1:00-3:30
内科総合診療科 (一般内科)	○	○
内分泌代謝科	水・木・金	×
呼吸器科	金	水
肝臓科	週による	週による
消化器科	×	水
神経内科	月	×
腎センター(内科)	月・火・水・木	月・火・金
腎センター(外科)	月・火・金	×
精神科	×	月・火・水・木
循環器センター	×	水(第1)・木
外科	火・木(第2・4)・金	火・水・木
整形外科	○ ※月は午前10時~	×
皮膚科	×	火(第2・4) ※午後1時~2時
小児科	×	月・水・金
泌尿器科	×	木
歯科	○	○

予告なく変更することがありますので、診療前に電話等で各科の診療の有無を確認の上、ご来院ください。

人間ドック・脳ドックに関するお問い合わせ

虎の門病院附属
健康管理センター・画像診断センター
(直通) 03-3560-7777 (平日11:00~16:30)
ホームページ <http://www.toranomon-dock.jp/>

当院でセカンドオピニオンの 提供を受けたい方へ

他の病院におかかりの患者さんで、ご自分の病状や治療方針について現在おかけの医師以外の意見をお求めの方へ対し、当院各科専門医(部長・医長クラス)による特別相談をお受けしております。(予約制)

(料金) 60分: 42,000円 (延長30分毎: 21,000円)

本院医療連携部 03-3588-1111 内線4106

分院医療連携部 044-877-5111 内線5141