

医師と医師会を結ぶ情報紙

平成29年2月15日 / 毎月1回15日発行

# 都医NEWS

Vol. 612

第15回 都民公開講座	01
底流 / 地区医師会長連絡協議会報告	
東京都医師会定例記者会見	02
東京都医師会仕事始め / 東京都医師会年末懇親会 / 東京消防出初式	03
みどりの広場 ほか	04
ふれあいポスト	05
都医からのお知らせ ほか	06
地区医師会長からの一言	08

発行所 公益社団法人 東京都医師会 〒101-8328 千代田区神田駿河台2-5 TEL.03-3294-8821(代) 定価 ■ 1部75円



世田谷・豪徳寺の招き猫

## 第15回 都民公開講座

## 上を向いて歩こう ～フレイル予防でいきいき健康都市東京～



飯島勝矢教授による基調講演



フレイルサポーターによる実演「片足立ち上がり」

**第1部・基調講演**  
**なぜ老いる？ならば上手に老いるには「フレイル」って一体何だろう？**

尾崎治夫会長の開会挨拶で

「中も安心いただきたい」と伝えて都民の気持ちを和やかにさせると同時に、フレイルを知っている方の拳手を求めるなど、挨拶から会場全体に一体感が感じられた。この一体感、第1部の飯島勝矢教授の講演が始まると一層深まり、フレイルとは身体・心・認知・社会性の虚弱を表すものであり、フレイルに陥る前から自分たちの健康に気をつけようという意識が高揚していった。そして、フレイルサポーターを作り、東京でも大きなムーブメントとなっていて、自分たちが気づき市民同士がフレイルチェックをするようになれば、という飯島教授の熱い想いに飲み込まれていった。「健康長寿の3つの柱は栄養・運動・社会参加であることを市民同士が認識し合い、些細な衰えに気づくよう

11月27日(日)、新築の東京都医師会館になって初めての都民公開講座が朝日新聞社と共催で開催された。今回で第15回を数える講座には950名を超す多数の応募があり、2階講堂が定員オーバーのため、5階会議室にサテライト会場を設け、合計317名の方々が招いて実施した。「上を向いて歩こう」フレイル予防でいきいき健康都市東京」と題して、講演やフレイル予防の実践、活動紹介が行われた。



開会挨拶を述べる尾崎治夫会長

は、今回会場に集まった方々が新会館となって初めて迎える都民のお客様だというごことに感謝を述べた。また「会館は免震構造になっているため、講座開催



第2部：活動紹介編

「にしよう」という言葉で第1部は終了した。

第2部では実践を中心に、参加者全員が「指輪っかテスト」によるスクリーニングを行った。イレブ・チェックシートも実際に施行し、自分の栄養・口腔・運動・社会性 / こころの状態を把握した。また、ボランティアを募って壇上で滑舌マシーンを使用し、「ば・た・か」をそれぞれ連続して発音することで、食・口腔への興味を持たせた(例えば、ばっばっばっばっばと連続してもらい、唇の動きを判断)。さらに、椅子からの片足立ち上がり(これがなかなか難しい)にも参加をいた

**第2部・講演**  
**フレイル予防の取り組み紹介**

最後に、すでに活動している方々として、葛飾区高齢者クラブ連合会会長の大久保輝行氏と地域リビング・プラスワンの内田卓氏が登壇し、市民の手により行われているフレイル予防が紹介された。市民の健康づくり、仲間づくりを目指す活動や、おうちごはん・お帰りがほんによって地域のリビングを支え合い地域づくりをしている活動を聞くことができた。これらの話は、素晴らしいではなく「すごい」という感想を参加者を持たせた。13時30分から始まった講演は、あっという間に2時間15分が過ぎ、終演予定の15時45分を迎えた。熱気冷めやらぬ状態で、盛会に都民公開講座は終了した。

**第1部・基調講演**  
なぜ老いる？ならば上手に老いるには「フレイル」って一体何だろう？

講師：飯島勝矢教授(東京大学高齢社会総合研究機構)

**第2部・講演**  
フレイル予防の取り組み紹介

①実践編「みんなで作ってみよう！フレイルチェック」  
講師：飯島勝矢教授・市民フレイルサポーターの皆さん

②活動紹介編「市民の手による、市民のためのフレイル予防」  
お話し：大久保輝行氏(葛飾区高齢者クラブ連合会会長)・内田卓氏(地域リビング・プラスワン)

だいた。最後に、すでに活動している方々として、葛飾区高齢者クラブ連合会会長の大久保輝行氏と地域リビング・プラスワンの内田卓氏が登壇し、市民の手により行われているフレイル予防が紹介された。市民の健康づくり、仲間づくりを目指す活動や、おうちごはん・お帰りがほんによって地域のリビングを支え合い地域づくりをしている活動を聞くことができた。これらの話は、素晴らしいではなく「すごい」という感想を参加者を持たせた。13時30分から始まった講演は、あっという間に2時間15分が過ぎ、終演予定の15時45分を迎えた。熱気冷めやらぬ状態で、盛会に都民公開講座は終了した。



### 東京都保健医療計画について (猪口正孝副会長)

平成30年度東京都保健医療計画の改定に向けて、救急医療においては施策、質などを総合的に検討するシンクタンクの創設、メディカルコントロール協議会の地域割りに基づく組織体制の付加を提言した。救命救急センターについては、各センターの特性を考慮した搬送ルールの構築、救命救急専門医の教育について提言し、都の防災ヘリを利用した全国初の24時間体制のドクターヘリの導入を要望している。

### 療養病床について (安藤高夫理事)

平成30年3月31日で介護療養病床、25対1医療療養病床が廃止となり、療養病床の再編が行われる。しかし、現実的には今ある資源、制度を有効活用する必要がある。そのために介護療養病床、25対1医療療養病床の存続、施設基準の規制緩和、国有地、都用地の定期借地等による有効活用、地域格差を考慮した東京都独自の入院基本料の設定を提案した。

質疑応答では、無資格者による人工妊娠中絶術に関する質問がなされた。東京都医師会と東京産婦人科医会は母体保護法の遵守と適正な運用をはかるべく周知、指導を行ってきた。今回のことが事実であれば極めて遺憾であり、現在、詳細について調査中であるため、事実確認の上、厳正に対応すると述べた。

### ■参加メディア

日本医事新報社、社会保険研究所、社会保険実務研究、日経BP社、じほう、日本医療企画、医薬経済社、エムスリ、CBnews、読売新聞、日本経済新聞、日本テレビ、フジテレビ、MXテレビ (敬称略)

## 東京都医師会 ■ 仕事始め



1月4日(水)、来賓・関係者を招いての仕事始めの会が執り行われた。尾崎治夫会長は新年の挨拶のなかで、①老後の不安を解消するために社会保障の重要性を今後訴えていく、②今年は今後も選挙があり、知事、職都議会議員がともに東京都全体および医療を考える体制になり、しっかりとした保健医療計画の改定に向かうことを望む、③疾病予防としてタバコ対策に取り組み、また介護予防にはフレイル対策を多職種連携の中で取り組んでいくと述べた。続いて来賓の方々から祝辞が贈られ、猪口正孝副会長の乾杯で懇談会が始まり、終始和やかな雰囲気の中で閉会となった。

## 平成28年度 東京都医師会年末懇親会

12月19日(月)、恒例の年末行事として都内ホテルで東京都医師会年末懇親会が開催された。

尾崎治夫会長の挨拶に続き、横倉義武日本医師会長の挨拶があった。

また、自民国会議員から石原伸晃経済再生大臣や丸川珠代東京オリンピック・パラ

リンピック担当大臣、自民党都議会議員から内田茂都議会議長、さらには公明党都議会議員などの方々も登壇した。遅れて駆けつけた小池百合子都知事も、挨拶で東京都予算に対する知事ヒアリングなどについて語った。

最後に、角田徹副会長が挨拶し、会を締めくくった。



横倉義武日本医師会会長

## 消防隊員ら2790人が 参加し盛大に開催

### 東京消防出初式

新春恒例東京消防出初式が1月6日(金)、江東区有明の東京ビッグサイトで「防災で守る地域とみんなの笑顔」をテーマに消防隊員ら2790人、消防車等143台、ヘリコプター5機、消防艇8艇が出動し、パレード、伝統のはしご乗り、東京直下型地震を想定した消防演技、ポンプ車・消防艇による一斉放水などを盛り込んだ盛大に開催された。東京都医師会からは猪口正孝副会長が出席した。高橋淳消防総監は「震災、台風、市街地火災などの大規模な複合災害に備えるため、自助共助も大切であり、都民と防災行動力を高めたい」と述べ、救急車の出動件数が増える中、適正利用を進め、救命率を高めてほしいと訴えた。



日曜劇場『A LIFE～愛しき人～』  
TBSテレビにて毎週日曜  
よる9時から放送中

愛、欲望、友情、嫉妬、プライドが渦巻く中、決して諦めることなく不器用ながら一途に患者と向き合う職人外科医・沖田一光。彼の生き様は、病院で働く人々に問いかけていく。「本当の医療とは何なのか」と…。  
「愛しい人の命」「たったひとつの人生」を巡り、木村拓哉演じる職人外科医・沖田一光と彼を取り巻く医師・看護師たちが病院を舞台に繰り広げるヒューマンラブストーリー。

日曜劇場  
**A LIFE**  
～愛しき人～

出演：木村拓哉、竹内結子、松山ケンイチ、  
木村文乃、菜々緒、及川光博、浅野忠信

後援：東京都医師会

# 108 みどりの広場

## 多職種研修会グループワークへのICT多職種連携ネットワークの応用

渋谷区医師会理事 内藤 淳

渋谷区医師会では、在宅療養多職種研修会にICTを導入し、ICT多職種連携に関する実験的検討を行った。行政を含む多職種総勢78名を8グループに分けて、ICT・MediCareNote (MCN) を介したコミュニケーションによる多職種連携グループワーク (GW) を行った。

MCNは、在宅療養推進基盤整備事業 (多職種ネットワーク構築事業) に基づき渋谷区医師会地域包括医療部がLogbiと共同で構築したクラウド型ICT多職種連携用ネットワークシステムである。ホームページおよび機能である療養者メモ入力画面は、FacebookやTwitterなどの既存の交流サイトと同様の感覚で入力することができる。登録者の監視機能と削除機能とを安全弁として備え、さらにシステムをクラウド上に設けることにより利用者各自の端末にはデータは保存されず、また、各事業所のデータサーバーシステムとも独立した運用が可能のため、個人情報保護および事業所データ保護の観点からも安心して利用できるICT多職種連携システムである。



今回は、複数台のポケットWiFiを用いることにより70名強が同時に良好にMCNに接続できた。MCN操作説明を含め、会場の全端末をMCNが使える環境整備に要した時間は約25分であった。GWが開始されると多数の発言が次々と入力された。GW終了後は8台の共用レンタルiPad®に入力されたMCNをMicrosoft Excel® (以下: Excel) に変換し、発言キーワード、発言者職種、発言内容別にExcel機能を用いて電子的に分類した。この変換作業に約15分を要した。今回の試みとなったMCNを用いた多職種連携運営に対する感想は良好であり、今後のICT多職種連携ネット

ワーク発展への期待が高まった。

現在、多職種の各職種は個々に専門性が高度に進化してきており、それぞれが個別には十分に療養者利益に資していると思われる。しかし、国が掲げる地域包括ケアシステムを拡充し、療養者利益をさらに高めるために現在欠けているものがあるとすれば、それは、多職種連携ネットワーク構築である。一般に、多職種GWでは多職種間で発言を出しにくい雰囲気かしばしば見られるが、MCNを介することでより活発に意見交換が行われることが確認された。実際の在宅療養においてもMCNを介することにより緊密な連携が図れることが十分に期待される。渋谷区医師会では、今後は行政とも密に連携をとりつつMCN多職種連携を区内に拡充させていく予定である。



目黒区を地図で見た時、そのほぼ中央に清水池公園という、ヘラブナ釣りができる珍しい公園があります。最寄りの駅はとうとう、東横線の学芸大学駅か目黒線の武蔵小山駅になるので

しょうが、どちらからでも徒歩で15分以上かかります。アクセスは決して良いとは言えないところがあります。公園の真中には、その名の通り清水池があり、そこにヘラブナが放されて

いて、誰でも無料でヘラブナ釣りが楽しめるようになっています。しかし釣り堀ではないので、貧しや餌の販売などの施設はなく、皆さん自前の竿に、うんちくを語らせたら何時間でも語れるような仕掛けと餌で真剣に釣りをしています。ルールは幾つかあります。釣れたヘラブナは玉網

### 清水池公園 都会の一角でヘラブナ釣りを楽しむ

### 趣味の散歩

釣果はと言いますと、私の見たところでは以前に比べて魚を釣り上げている人の姿がかなり頻繁に見られるようになってきているようです。釣りをしたことがない方でも、釣り人と一緒にウキの動きを見ているだけで釣りをした気分が味わえる公園ですので、ぜひ一度立ち寄ってみてはいかがでしょうか。

(目黒区医師会・伊藤雄介)

メモ チャットで経過を、スマホで写真を撮って共有できる



MediCareNote (メディケアノート)

## 知っていますか? フレイル

「虚弱」を意味する frailty を語源として、日本老年医学会が提唱した概念。加齢に伴って心身の活力(筋力、認知機能、社会とのつながりなど)が低下した状態を意味する。非可逆的な変化ではなく、食事や運動などの適切な介入により、生活機能の維持・向上が可能である。フレイルの一次、二次予防で高齢者のQOLの向上を図ることが求められる。

## 掲示板

### マトリクスでわかる! 漢方薬 使い分けの極意

渡辺賢治 著



昨今では一般臨床医の9割近くが漢方薬を日常的に使用している。しかしこれまで漢方薬を学ぶ機会が少なかったため、数ある漢方製剤の中からどれを選択すべきか自信を持ってない先生方も多いのではなかろうか。

本書は「漢方薬の使用頻度が高い」または「漢方薬の効果を得られやすい」疾患・症状を取り上げ、患者と漢方薬の相性がひと目でわかる「マトリクス」と「処方一覧表」を配し、処方すべき漢方薬を選び出すことができるようになっている。

また、漢方医学について最低限知っておきたい知識の解説や、主要漢方薬の証、適応症、副作用をまとめた「便覧」も付されており、コンパクトだが中身の濃い参考書である。

発行▼南江堂  
価格▼2800円(税別)

# 心れあいポスト



各地区会報から

豊島区医師会 元会員 杉本 毅

## トコヤ

何時の頃からか、多分2、3年前からだろうか、トコヤへ行かなくなりました。といって調髪(何となく古い言葉)していない訳ではない。近くのヘアサロンへ行きだしたのである。

前は歩いて5分くらいの理髪店へ行ってた。目立たない通りの目立たない場所にある。

それが店は少し薄暗くていつも暇で大抵私一人である。それに比べてヘアサロンは明るくて感じがいい。

決定的なことはその女性オーナーがFacebook仲間だったことである。そんな関係で一度行って見た。

他に従業員もいてスムーズに仕上げてくれた。調髪はオーナーだし、話も途切れない。

髪も七三に分けていたが、一度はパーマで短く仕上げてくれたこ

ともあった。希望通りである。

意外なことがいい。例えば、洗髪に屈まなくていいとか…。近いので予約も入れやすいとか。そろそろかと聞いてみたり。

昔はこの1時間ばかりの間に結婚式の祝辞とか、乾杯時のあいさつなどを考えたりもしたが、この年になるとそういう用事も無くなってしまった。

前の理髪店もどうなったかと気がかりではあるが、通る道筋ではないので分からない。

散歩かたがた前を通ってみるかとも思うが、もしばったり店主とでも顔を合わせたりしては具合が悪い。

男性の皆さんはトコヤ派ですか、それともヘアサロン(パーマや)ですか。

(豊島区医師会会報 2016年3月131号から抜粋)

豊島区医師会 大谷義夫

この水中写真は、沖縄の慶良間国立公園の渡嘉敷島という人口約700名の小さな島の周囲で、スキューバダイビングにて撮影したものです。研修医が終了した20歳代後半から渡嘉敷の海に通い、25年たった現在も素晴らしい海です。スキューバダイビングはスポーツとは言っても、他人と競争するわけではないので、楽しい遊びです。水中を浮いているだけで、リラックスでき、たまにイルカやマンタに遭遇すると、子供のようにはしゃいで喜んでしまいます。最近では、妻および高校生と中学生の娘2人もダイビングにはまって、海の話で食卓は盛り上がります。また、10歳代から80歳代の方々とダイビングを通じて交流できるのも楽しみの1つです。

忙しい臨床に追われる日々の先生方のストレス発散法はそれぞれ異なるかと思いますが、もし水中にご興味がございましたら、この世界にも足を踏み入れていただければ幸いです。もちろん、臨床も研究も楽しいですが、またもう1つの楽しい世界です。



(豊島区医師会会報 2016年3月131号から抜粋)

# 無声拝聴

## 予防接種の光と影

診療所の小児科医は予防接種で忙しい。風邪などの病気の子どもと同じ人数を接種している。「予防接種後進国」と言われたとき「病気が予防接種」は「10:1」であった。今は診療のエネルギーマンが多くを予防接種につき込んでいる。多くの子どもたちは、予防接種のおかげで重大な病気にならないで済んでいる。今後でもできるだけ多くの子どもたちに予防接種をしてもらうため、小児科医は正しい情報を伝える責任がある。多くの子どもたちに光を照らした予防接種、非常に希であるが影もあった。この影を乗り越えて、より安全な予防接種となったのが現在の状況である。さらなる安全を追求していただきたいものである。

現在の影は「予防接種における間違い」である。2016年に国立感染症研究所の感染疫学センターは「予防接種における間違いを防ぐために」の改訂版の小冊子を出した。内容はごもっとものことばかりである。が、しかしである。わかっ

(鈴木洋)

## 我が国の予防接種の課題

我が国では戦後昭和27年に予防接種法が制定され、その後改正を繰り返してきているが、新開発や改良されたワクチンが実用化されるためには、小規模のテスト接種から始めて、全国的な研究班による数百人以上の接種試験を行い、さらに必要な全量を国産で賄えるようにした上で定期接種として採用されてきた。

その理由は、安全性を重視するとともに、輸入に頼っているとその国の事情で輸入が止まった時に困るからであった。輸入するワクチンについても、この安全性のテストがきちんと行われたのはHibワクチンであった。

ヒトパピローマワクチンについては、国内での接種試験が行われないうまま採用になったが、注射局所の痛みが強く、しかも持続する例がでたことから、積極的勧奨が中止されたままになっている。

予防接種による感染症予防の重要性は申すまでもなく、今後も現行ワクチンの改良や新ワクチンの実用化が世界で続けられることが期待される。南米やアフリカ等で問題になっている重症感染症に対するワクチンは未開発が多いが、これらの疾患が我が国に持ち込まれることはあっても、流行に至る恐れは少ないのが現状である。

我が国のこれからの予防接種体制としては、必要な新ワクチンが開発された場合でも必要量を国内で生産する必要はなくなっているが、採用前の試験接種は小規模でもよいのでぜひ行うようにしてほしい。

(文責：平山宗宏)

# 感染症豆知識

東京都医師会 感染症予防検討委員会

## 都医からのお知らせ INFORMATION

### 東京内科医会 第30回医学会

東京内科医会 TEL: 03-3259-6133

日時▶ 3月11日(土) 14時30分~18時20分

会場▶ 新宿明治安田生命ホール

プログラム1▶ 「学術及び臨床研究発表」(東京内科医会会員発表)

プログラム2▶ 教育講演①「高血圧と慢性腎臓病：最近の進歩(仮)」講師：柴田 茂(帝京大学医学部内科学講座 准教授)②「慢性腎臓病患者の糖尿病治療戦略～透析まで行かせないCKD診療～」講師：阿部雅紀(日本大学医学部腎臓高血圧内分泌内科 主任教授)

参加費▶ 3,000円

取得単位▶ 日本医師会生涯教育制度2単位、日本内科学会認定総合内科専門医更新単位2単位(申請中)

### 第428回国際治療談話会例会「国際保健」

(公財)日本国際医学協会事務局 TEL: 03-5486-0601

URL: <http://www.imsj.or.jp/>

日時▶ 3月16日(木) 18時~20時 会場▶ 学士会館

【第1部】講演①「グローバルヘルスの潮流と日本への意義」江副 聡(厚生労働省 大臣官房 国際課国際保健企画官 課長補佐)②「システム×グローバル」の時代をどう生きるか?」渋谷健司(東京大学大学院医学系研究科国際保健政策学教室 教授)

【第2部】感想「リーダーのための交渉・コミュニケーション術：“納得”の導き方」島田久仁彦(株式会社KS International Strategies代表取締役社長兼CEO)

会費▶ 会員5,000円、非会員6,000円、学生2,000円

取得単位▶ 日医生涯教育制度1.5単位取得予定(CC: 11、13)、(公財)日本薬剤師研修センター認定薬剤師制度1単位

### 東京内科医会 第206回臨床研究会 (症例検討とミニレクチャー)

東京内科医会 TEL: 03-3259-6133

日時▶ 3月25日(土) 15時45分~18時

会場▶ 順天堂大学医学部 10号館1階105 カンファレンスルーム

担当▶ 後藤明彦(順天堂大学血液内科 先任准教授)、下 泰司(順天堂大学脳神経内科 先任准教授)

プログラム▶ 症例検討2題、ミニレクチャー2題

会費▶ 無料 取得単位▶ 日医生涯教育制度1単位(申請中)

### 第341回 順天堂医学会学術集会 教授定年退職記念講演会

順天堂医学会 TEL: 03-5802-1586 E-mail: [j-igaku@juntendo.ac.jp](mailto:j-igaku@juntendo.ac.jp)

日時▶ 3月29日(水) 16時~18時05分 会場▶ 順天堂大学センチュリータワー

講演▶ ①「定年を迎える喜び」岡田隆夫(順天堂大学大学院医学研究科器官・細胞生理学)②「脂肪肝を考える」渡邊純夫(順天堂大学大学院医学研究科消化器内科学)③「魅惑の産婦人科学」竹田 省(順天堂大学大学院医学研究科産婦人科学)④「大腸癌に対する腹腔鏡手術の更なる進化を求めて」福永正氣(順天堂大学大学院医学研究科肝・胆・膵外科学)⑤「順天堂における我が歩み」饗庭三代治(順天堂大学大学院医学研究科総合診療科学)⑥「アナフィラキシーショック、痛みと漢方」光畑裕正(順天堂大学大学院医学研究科疼痛制御学)

会費▶ 無料(申込み不要 ※医師以外も参加可能)

### 平成29年度 慈恵医大月例セミナー

慈恵医大生涯学習センターまたは慈恵医師会

TEL: 03-3433-1111 (内線2634・2636)

開催日・内容▶ ①4月8日(土)「携帯可能な超音波による患者全身診断」中田典生(放射線科 准教授)②5月13日(土)「口腔と全身の健康」林 勝彦(歯科 教授)③6月10日(土)「乳腺疾患について」鳥海弥寿雄(外科 准教授)④7月8日(土)「低侵襲大動脈弁置換術の現状と将来展望」坂東 興(心臓外科 教授)⑤9月9日(土)「脳卒中治療アップデート」石橋敏寛(脳神経外科 准教授)⑥11月11日(土)「炎症性腸疾患の診断と最適な治療選択」猿田雅之(消化器・肝臓内科 教授)⑦平成30年2月10日(土)「乾癬性関節炎の診断と治療」中川秀己(皮膚科 教授)⑧平成30年3月10日(土)「誤嚥性肺炎について」中山勝敏(呼吸器内科 准教授) (注)一部変更する場合があります。

時間▶ 第2土曜日 16時~18時 会場▶ 慈恵大学病院 中央棟会議室(8階)

取得単位▶ 日医生涯教育制度2単位

## 医師国保からのお知らせ

### 家族の加入について

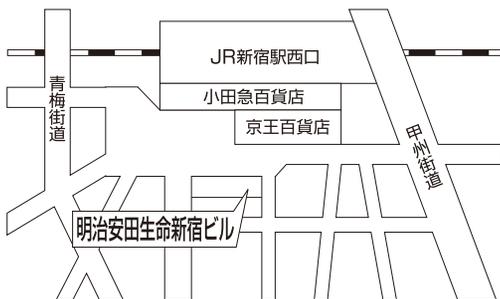
家族として加入できるのは、住民票上同一世帯の方のみです。

ただし、就学のために住民票を別にしてある家族がいる場合は、「国民健康保険法第116条該当届」の提出により、家族として加入できます。就学以外の理由で、同一世帯ではなくなった場合には、資格を喪失していただくことになります。

各種届出に必要な書類は、所属地区医師会・大学医師会にございます

東京都医師国民健康保険組合 ☎ 03-3270-6433 (業務課)

### 新宿明治安田生命ホール



JR 新宿駅・西口正面 明治安田生命新宿ビル B1  
 〒160-0023 東京都新宿区西新宿 1-9-1  
 TEL/ホール専用:03-3342-6705 FAX/ホール専用:03-3342-1943

# 日本医師会生涯教育講座

日時 平成29年3月9日(木)  
 場所 新宿明治安田生命ホール  
 (新宿区西新宿 1-9-1)  
 (TEL:03-3342-6705)

講演 午後1時30分～4時30分

日本医師会生涯教育制度 合計 2 単位  
 カリキュラムコード 65、67  
 日本内科学会認定  
 総合内科専門医更新単位 2 単位

## 尿失禁の診断と治療

座長 東京都医師会理事

友安 茂

東京女子医科大学東医療センター

泌尿器科教授

巴 ひかる 先生

社会福祉法人三井記念病院

産婦人科医長

中田 真木 先生

### 女性の尿失禁と診断と治療

### 巴ひかる先生

尿失禁は加齢とともに罹患率が上昇し、20歳以上の女性の25%、40歳以上の40%以上が経験するが、受療率は30%前後と低い。

腹圧性尿失禁は女性に最も多い尿失禁で約50%を占め、咳・くしゃみや運動時に腹圧が尿道内圧を上回ることで起きる尿漏れである。

妊娠・出産、肥満などにより骨盤底が脆弱化し、膀胱尿道過可動や尿道括約筋不全となり起きる。切迫性尿失禁はがまんできない突然の尿意とともに起きる尿失禁

である。おもな原因は過活動膀胱(overactive bladder: OAB)と尿意切迫感により昼夜頻尿となる。骨盤臓器脱の過半数でOABを合併する。女性のOABでは過半数で切迫性尿失禁を伴い、著しくQOLを損なう。

腹圧性尿失禁と切迫性尿失禁を有する尿失禁を混合性尿失禁と呼び、中高年で増加する。治療は有意な尿失禁に対して優先的に行う。

### 婦人科疾患と尿失禁・排尿の不具合

### 中田真木先生

膀胱・尿道は骨盤底に位置し、内生殖器に接している。女性の下部尿路機能障害の成因として、妊娠出産による骨盤底の支持組織の傷みや神経の機能低下、子宮筋腫や子宮腺筋症などによる膀胱・尿道への圧迫や牽引などが重要である。また、子宮摘除術は骨盤臓器のアライメントを変化させ、膀胱・尿道の働きを攪乱し排出障害や尿漏れを引き起こすことがある。

の腹圧性尿失禁は珍しくない。腹圧負荷時の尿漏れが毎日起こる女性には、40歳代、50歳代、60歳代のそれぞれ3.3%、4.9%、5.6%にのぼる(本間ら報告、2003年)。出産した女性の身体活動能力を維持するために、骨盤底筋訓練や尿失禁手術はもとより、妊娠分娩の適切なケアと婦人科疾患への適切な介入により腹圧性尿失禁の発生を減らすことが望まれる。

学術映画 午後1時00分～1時30分

『バアちゃんの世界  
 ～その手のひらの温もりは世界一の贈り物～』  
 監修：京都大学医学部附属病院神経内科講師 武地 一 先生  
 『糖尿病治療におけるチーム医療のすすめ』  
 監修：後藤 由夫 先生 (日本臨床内科医会推奨 VTR)

共催 東京都医師会  
 小野薬品工業株式会社

医師と医師会を結ぶ 情報紙

都医<sup>ニュース</sup>NEWS

2017

Vol.

612

## 地区医師会長からの一言

東京医科大学医師会の現況  
(東京医科大学創立100周年を迎えて)

東京医科大学医師会長 大屋敷一馬



東京医科大学医師会は平成5年12月に設立されました。以前は新宿区医師会に所属していましたが、東京都医師会よりご相談があり大学医師会としてご協力することになり、現在に至っています。東京医科大学医師会は大学、新宿病院、八王子医療センターの勤務医313名で活動しています。特に東京医科大学の新宿病院は東京都庁に隣接する立地条件により、大災害時における東京都災害医療計画の一環として、東京消防庁の指導のもと、災害時医療救援マニュアルに準じ総合防災訓練を実施しています。大都市型の医療圏である一方、近代的高齢社会の医療を担う土地柄もあり、地区医師会の皆様と共に大学医師会を発展させる使命を負っているのも事実です。

東京医科大学医師会では東京都医師会との共催による産業医研修会を開催し、常に300名以上の受講者の参加を得ています。時代のニーズに応えられるようなテーマを毎年実施しており、昨年(平成28年12月17日開催)は、職場の感染症対策、有機溶剤・特定化学物質取扱い業務における産業医のポイント、職場での血圧管理・タバコ対策およびストレスチェック制度における留意点

などをテーマに行いました。健康スポーツ医研修会も健康増進事業の展開を目的として東京都医師会の後援のもと、日本医師会認定健康スポーツ医を対象に、実習と演習を少人数で実施しています。

特に昨今の医師の現状を考慮し、医学生・研修医の時期より男女共同参画に重点を置き、生涯にわたり活躍できる女性医師の支援の一環として環境整備、講演会を積極的に展開しています。さらに、大学病院としての高度医療を推進するべく、若手医師の育成が大学医師会の使命でもあり、今後とも積極的な活動を推進したいと考えています。

東京医科大学は平成28年に創立100周年を迎え、研究教育棟(自主自学館)や新病院の建設を進め、新たな100年を迎える準備をしています。これらの医療環境のハード部分の整備を進めるとともに、若手医師の教育・研究・診療のソフト面を支援することができる医師会として、東京都医師会、地区医師会ならびに大学医師会の皆様方にはさらなるご協力をよろしくお願いいたします。