

生活習慣

ワイン好きの私にとって、この時期の楽しみといえばヌーボの解禁日。今年は、王道のポーシェ・ヌーボ、ニューボはもちろぬ、アルノー・ヌーボ(南フランス・ラングドック地方の新酒や日本ワインのヌーボも

【材料】 2人分
 カブ(葉つき) 1枚
 アンチョビ 10粒
 オリーブオイル 適量

ブラックペッパー 少々

【作り方】

- 1 カブは半分、さらに8等分に切り、アンチョビをフライパンで炒め、オイルを順番に加えて裏返しを返して加える。
- 2 プーパーをかき、器に盛り。
- 3

薬価「毎年改定」で医療費2900億円削減

厚労省は先ごろ、保険診療医薬品の公定価格である「薬価」の改定を中央社会保険診療協議会(中医協)に諮問した。現在は2年に1度の改定を2021年度から毎年実施し、価格を引き下げることによって、抑制につなげる。全品目の総

山本晴義医師の
心の健康相談

ネットでの株の売買を始め
 たところ、それが気になって



NBI内視鏡システム

暗い消化管の中を内視鏡で観察するときには通常は白色光で照らして見ているが、従来の内視鏡と大きく違うのは、その「光を交える」ことができる点だ。

通常の白色光でもハイビジョン画像なのでとても見やすいの



通常の白色光で見た大腸の病変①とNBIシステムで見た大腸の病変②

新連載

消化管のがんの早期発見には内視鏡検査が欠かせない。主な対象は、咽頭・喉頭がん、食道がん、胃がん、大腸がん。近年では「NBI(狭帯域光法)」を用いた内視鏡検査が普及している。従来の内視鏡検査と何が違うのか。

特殊な光とは、血液中のヘモグロビンに吸収されやすい「青色」と「緑色」の2つの波長の光。青色の光は、組織の

浅い部分にある毛細血管中のヘモグロビンに強く吸収される。緑色の光は、深部の血管中のヘモグロビンに強く吸収される性質がある。がん組織は栄養を多く取り込むとして毛細血管を増やすので、この

化でもキャッチする能力がある。「胃や食道などの上部消化管では早期発見に強く、大腸がんでは良性か悪性か、それとも経過観察でもいいのかわからないタイプが分かります。さらに拡大内視鏡と組み合わせると、がんの深達度(浸潤している深さ)まで予測できます」

「経鼻内視鏡の直径は先端部で5・4mm、経口内視鏡や大腸内視鏡の直径は先端部で8・9mmと11・7mmで、従来と同じなので挿入感の違いはありません。食道の内視鏡でいえば、従来はヨード剤を散布して染色して調べていたので胸焼けなどの症状が出ました。NBIなら、そのような患者さんの負担はありません」

「おおよそ胃腸肛門クリニック」(東京都品川区の大沢晃弘院長)顔写真に聞いた。



特殊な光とは、血液中のヘモグロビンに吸収されやすい「青色」と「緑色」の2つの波長の光。青色の光は、組織の

浅い部分にある毛細血管中のヘモグロビンに強く吸収される。緑色の光は、深部の血管中のヘモグロビンに強く吸収される性質がある。がん組織は栄養を多く取り込むとして毛細血管を増やすので、この

化でもキャッチする能力がある。「胃や食道などの上部消化管では早期発見に強く、大腸がんでは良性か悪性か、それとも経過観察でもいいのかわからないタイプが分かります。さらに拡大内視鏡と組み合わせると、がんの深達度(浸潤している深さ)まで予測できます」

「経鼻内視鏡の直径は先端部で5・4mm、経口内視鏡や大腸内視鏡の直径は先端部で8・9mmと11・7mmで、従来と同じなので挿入感の違いはありません。食道の内視鏡でいえば、従来はヨード剤を散布して染色して調べていた

早期がんでも病変くっきり

「ニューズとブログがアッチチッチー」「Iiza(イザ!)」「Iiza(イザ!)」

費用は? 検査費用も従来と同じで、組織の採取がなければ胃内視鏡は5000~6000円(3割負担)、大腸内視鏡は7000円(同)ほどだ。

入浴時の11月26日 美しい風呂の日

日本の風呂文化の活性化を目指すHOT JAPANは、11月26日の「美しい風呂の日」に合わせ、健康的な入浴の啓蒙活動の一環として、入浴後の水分補給の大切さを広めるため、東京都内の銭湯(16カ所)で、来場客へ飲料のサンプリングを実施した。写真。

12月を間近にひかえ、これからの寒い時期には風呂が欠かせない季節となったが、風呂は健康に良い反面、入浴方法を誤ると、事故につながる側面を持ち合わせている。

家庭での入浴時は、脱衣所と浴室の温度差が大きいことによる急激な血圧の変化が原因

「ニューズとブログがアッチチッチー」「Iiza(イザ!)」「Iiza(イザ!)」