

順天堂医院ニュース 2025 NO.93

INDEX

- P2 「遺伝性腎疾患外来」開設のお知らせ
- P3 「乳房再建相談外来」開設のお知らせ
- P4 新任教授紹介
 - ・脳神経内科 波田野琢教授
 - ・放射線科 鎌形康司教授
- P6 肥満症治療の新たな取り組み
- P10 採血でわかる肝臓の健康状態
- P11 PET/CT 検査のご案内
- P12 糖尿病療養指導士の活動
- P13 間質性肺炎と栄養管理
- P14 貼り薬Q&A
- P15 子どもが受けられる医療費の助成制度
- P16 食欲の秋と冬に向けての鬱予防

● 腎・高血圧内科「遺伝性腎疾患外来」開設のお知らせ ●

腎・高血圧内科では、2025年9月より「遺伝性腎疾患外来」を新たに開設いたしました。

これまで遺伝性腎疾患の診療・研究に携わってきた経験を生かし、患者さんに適切な診療を提供してまいります。常染色体顕性多発性嚢胞腎（ADPKD）、常染色体顕性尿細管間質性腎疾患（ADTKD）、アルポート症候群、ファブリー病をはじめとする遺伝性腎疾患を専門に診療します。



遺伝性腎疾患外来
今澤 俊之

特に、診断が難しいとされるミトコンドリア腎症（ミトコンドリア病による腎障害）については、国内における疾患啓発や診療技術の向上に力を注いできました。当外来では、全国から寄せられる多くの相談に対応し、先進的な医療を提供する体制を整えています。

本外来は、大学の「難病の診断と治療研究センター」や、国内外の多施設とも連携し、正確な遺伝学的診断や先進的な治療を構築しております。遺伝性腎疾患は早期に発見し適切な治療を始めることで良好な経過が期待できる時代が訪れようとしています。私たちは、この分野のトップランナーとして、先進的な技術と知見を結集し、個々の患者さんに適切な医療を提供していきます。

「原因不明の腎障害」の中に遺伝性腎疾患が隠れていることがあります。気になる症状がある場合には、どうぞお気軽にご相談ください。

■ 受診をご希望の方へ

本外来は、完全予約制です。受診をご希望の際には、かかりつけの医療機関より当院の地域医療連携室を通じてご予約下さい。スムーズな診療のため、ご紹介いただく医療機関からの事前情報提供にご協力をお願いいたします。

.....

● 形成外科「乳房再建相談外来」開設のお知らせ ●

形成外科では、2025年10月より新たに「乳房再建相談外来」を開設いたしました。

乳がんは日本人女性が最も多く罹患するがんであり、およそ9人に1人がかかるといわれ、年々増加傾向にあります。発症は30歳代後半から増え始め、40歳代後半と60歳代前半にピークがあり、比較的若い世代にも発症する可能性があります。

治療の一つに乳房切除術がありますが、術後の乳房欠損は、入浴や衣服の選択など日常生活に影響を及ぼし、患者さんのQOL（生活の質）を大きく低下させることがあります。

当院形成外科では、これまで長年にわたりこうした乳房欠損に対する再建手術に取り組んでまいりました。今回、その経験を活かし、増加する乳がん再建のニーズに応えるために「乳房再建相談外来」を新たに設けることとなりました。

当院では、乳房切除と同時に再建を行う「即時再建」と、切除後しばらく経ってから再建を行う「二次再建」のいずれにも対応しています。さらに、人工乳房（インプラント）を用いた再建、自家組織を移植する再建のどちらも行っており、必要に応じて乳輪や乳頭の再建にも対応しております。

外来では、患者さん一人おひとりと十分に話し合い、多くの選択肢からそれぞれに適した再建方法をご提案いたします。どうぞお気軽にご相談ください。

■ 受診をご希望の方へ

本外来は **完全予約制** です。受診を希望される方は、電話または形成外科外来受付にてご予約ください。

なお、乳がん手術と同時に乳房再建（即時再建）をご希望の場合は、かかりつけ医を通じて当院地域医療連携室にご連絡いただき、まずは乳腺センターの予約をお取りください。その後、乳腺センター内にある「乳房再建相談外来」を受診していただきます。



この度、2025年8月1日付で医学部神経学講座主任教授を拝命いたしました。

当教室は1968年、日本で初めて医学部に開設された神経学講座であり、古い歴史を有します。その伝統を受け継ぐことは、この上ない荣誉であると同時に、大きな責任を痛感しております。

私は順天堂大学医学部を卒業し、「男が一生の仕事として身につけるのであれば、できるだけ厳しい環境で鍛えたい」との思いから、神経学に出局しました。そして、日々の臨床で医師としてのプロフェッショナルリズムを徹底的に叩き込まれました。

大学院では基礎研究で、自ら抗体を作成し、培養細胞・マウス胎児初代培養細胞・マウス脳を用いた生化学的解析を行いました。試薬の調整から条件検討まで一から取り組んだ経験は、臨床と基礎の双方からアプローチをする現在の研究姿勢の礎となりました。大学院修了後は、パーキンソン病の血液および画像バイオマーカー探索をテーマとして研究を進めています。

臨床への取り組みとしては、2025年4月からパーキンソン病センターを設立し、センター長を拝命いたしました。このセンターは米国の非営利団体 Parkinson's Foundation より、優れたパーキンソン病診療を行うセンターとして、“Center of Excellence; CoE” の認定を受けています。CoE では米国でも40施設、アジアでは4施設しかなく、本邦では唯一の認定施設です。この活動を発展させ、パーキンソン病診療を中心に、脳神経内科の診療レベルを一層向上してまいります。

また、脳神経内科疾患はパーキンソン病以外にも認知症、脳卒中、神経免疫疾患、筋疾患、てんかん、頭痛と多岐に渡ります。神経疾患は難治性なことが多く、治療である“キュア”のみならず、心に寄り添う“ケア”を意識した診療を行います。

神経疾患でお悩みの患者さんは是非ご相談ください。



脳神経内科
波田野 琢



この度、2025年8月1日付で順天堂大学医学部放射線診断学講座（神経）の主任教授を拝命いたしました。

私は1981年に東京都で生まれ、2007年に順天堂大学医学部を卒業後、放射線科に入局しました。留学や大学院での研鑽を経て、2023年から先任准教授を務め、このたび教授として着任することとなりました。



放射線科
鎌形 康司

放射線診断学の中でも神経放射線を専門とし、CTやMRIを用いて脳や脊髄の疾患を画像で診断・評価することに力を注いできました。脳や脊髄は生検が難しい臓器であり、画像診断が唯一の客観的情報源となることから、診療において大きな役割を担っています。順天堂医院では年間9万件を超えるCT・MRI検査が行われており、診断の正確さと迅速さが求められるなかで、安定した高水準の医療を提供できる体制づくりを進めていきたいと考えています。

教育面では、学生や若手医師が「画像を診る力」と「研究する力」をバランスよく身につけられるような環境整備を心がけています。また研究面では、最新のMRI技術を活用し、脳の働きや神経疾患の新しい理解につながる取り組みを進めています。

順天堂大学放射線診断学講座は、1912年に日本で初めて設立されたX線科を起源とし、1973年に「神経放射線」に特化した講座として発展してきました。この伝統を大切にしながら、教育・診療・研究の三位一体をさらに充実させ、患者さんにとってより安心して信頼できる医療を提供できるよう尽力してまいります。



肥満症治療の新たな取り組みについて

～肥満症外来の開設とスリーブ・バイパス手術治療の開始～

概要

I. 背景とこれまでの取り組み

順天堂医院では2019年より、糖尿病・内分泌内科、食道・胃外科、メンタルクリニック、栄養部などの多職種が連携した「肥満症外科治療チーム」が発足し、横断的な肥満治療に取り組んでまいりました。これまでに当院は約80例の肥満症手術を安全に行い、2023年度には手術件数が全国で5位に達しました。

II. 腹腔鏡下スリーブ・バイパス手術の保険収載と治療の開始

2024年度には、治療抵抗性の糖尿病患者さんに対して「腹腔鏡下スリーブ・バイパス術」が新たに保険収載されました。従来の「腹腔鏡下スリーブ状胃切除術」に加え、重い症状に悩まれる患者さんにとってより強力な代謝改善効果を期待できる治療の選択肢が広がりました。当院では10例実施し、良好な成績が得られています。

III. 内科的治療との連携強化

近年注目されている「GLP-1受容体作動薬および持続性GIP / GLP-1受容体作動薬」による内科的肥満治療にも積極的に取り組んでいます。当院は関東圏における肥満症で受診される患者さんの数が最多であり、患者さんの個々の悩みにきめ細やかに対応するため、新たに2025年10月から第2、4週水曜日、「肥満症外来 B棟8階」を創設し、円滑に受診できる体制を整備しています。

背景

日本における肥満症は生活習慣病の基礎疾患として増加傾向にあり、糖尿病、高血圧症、脂質異常症などの代謝疾患に密接に関連しています。特に内臓脂肪型肥満は心血管疾患や脳血管疾患の発症リスクを高め、健康寿命への影響が懸念されています。本邦は欧米に比較して重度肥満症患者さんの割合は低いものの、軽度の肥満でも内臓脂肪が蓄積しやすい人が多く、また、生活習慣の変化に伴い患者数の増加傾向がみられ、その医療的負担は増大しています。

従来は食事療法や運動療法を中心とした生活習慣改善や薬物療法が主流でしたが、重症例や治療抵抗例に対しては十分な効果が得られない場合もありました。

こうした背景を受け、欧米で広く普及している減量・代謝改善手術が日本でも注目されるようになりました。当院は2019年より糖尿病・内分泌内科、食道・胃外科、メンタルクリニック、栄養部などの多職種が連携し、「肥満症外科治療チーム」を立ち上げ、学際的に治療に取り組んでまいりました。その結果、これまでに約80例の手術を安全に実施し、全国でも上位の成績を残すことができました。

さらに2024年度からは治療抵抗性糖尿病に対して「腹腔鏡下スリーブ・バイパス術」が保険適応となり、新たな治療選択肢が加わりました。内科的治療の進歩もめざましく、特に近年は「GLP-1受容体作動薬および持続性GIP / GLP-1受容体作動薬」が治療薬として認可され、当院は関東圏で最多の患者さんの治療に貢献しています。患者さんの円滑な受診体制を整えるために新たに2025年10月から第2、4週水曜日、「肥満症外来 B棟8階」を創設し、外科と内科の両輪による包括的治療体制を確立するに至りました。

治療の選択

I. 栄養指導（生活習慣介入）

■ 役割

栄養指導は肥満症治療の基盤であり、食事内容や摂取量の適正化を通じて、体重管理や合併症の予防・改善をめざします。外科的治療や内科的治療を受ける患者さんにおいても、治療効果を最大限に引き出し、リバウンドを防ぐために不可欠です。

■ 具体的内容

管理栄養士が個々の生活背景や嗜好に応じて、食事のバランス・摂取エネルギー・食行動の工夫などを指導します。また、糖尿病・高血圧症・脂質異常症といった合併症を有する患者さんには、それぞれの病態に応じた食事療法を提案します。

■ 治療との連携

手術を受けるにあたり、食生活の振り返りと改善のため術前より栄養指導を行います。また術後の合併症やリバウンド予防、栄養不良の回避を図るため、栄養指導は継続的に行います。GLP-1受容体作動薬などの薬物療法を受ける患者さんに対しても、薬の効果を補完し、より持続的な体重減少や生活習慣改善をサポートします。

■ エビデンス

継続的な栄養指導は体重減少の維持率を高めることが報告されており、行動変容を通じて中長期的な健康寿命の延伸に寄与します。

II. 外科的治療

II - 1. 腹腔鏡下スリーブ術

前回記載済み

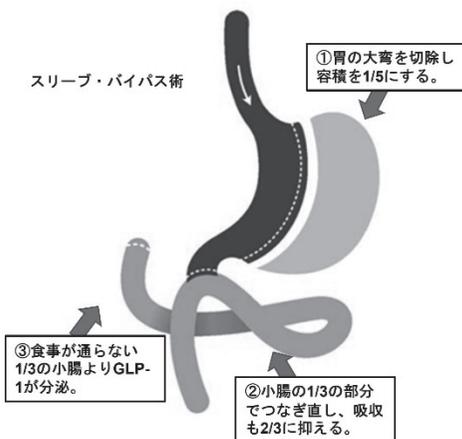
II - 2. 腹腔鏡下スリーブ・バイパス術

■ 手技の特徴

胃をスリーブ（細い袖）状に切除して消化管のバイパスを形成する手術で、胃容量を減らす「制限効果」と、小腸バイパスによる「吸収抑制効果」が期待できます。

■ 代謝改善効果

約 30% の体重減少に加えてインスリン感受性改善・血糖値コントロールに優れ、治療抵抗性の糖尿病患者さんにも有効です。



■ 保険診療

2024 年度より日本でも保険適応となり、従来の腹腔鏡下スリーブ状胃切除術よりも強力な治療の選択肢として施行が可能になりました。

■ エビデンス

欧米では長期的な体重減少効果と糖尿病寛解率の高さが示されており、心血管リスク低減効果も報告されています。

III. GLP-1 受容体作動薬および持続性 GIP / GLP-1 受容体作動薬（内科的治療）

■ 作用機序

消化管ホルモンである GLP-1 や GIP の働きを模倣し、食欲抑制や胃内容物排出遅延、インスリン分泌促進をもたらします。

■ 特長

侵襲がなく、注射薬または経口薬（2 型糖尿病患者さんのみ）で投与可能です。2 型糖尿病患者さんの減量にも有効です。

■ 効果

エビデンスにより最大で 20% 程度の体重減少が期待でき、糖尿病や主要心血管イベントのリスク低下が報告されています。

■ 課題

長期投与が必要で、中止するとリバウンドの可能性があります。費用負担や消化器症状（嘔気、嘔吐、便秘、下痢）といった副作用も課題です。

保険適応条件等

I. 腹腔鏡下スリーブ・バイパス術

(2024年6月から保険適用)

- 腹腔鏡下スリーブ・バイパス術を5例以上術者として行っている常勤の外科医が在籍している施設での実施
- BMI35以上
- 6ヶ月以上の内科的治療が奏功しない方
- 糖尿病の合併がある方

II. GLP-1受容体作動薬および持続性GIP / GLP-1受容体作動薬 (内科的治療)

| 名前 | 保険適応 | 適応条件 |
|----------------------|----------|--|
| ウゴービ® (セマグルチド) | 2023年11月 | <ul style="list-style-type: none">■ BMIが35以上かつ、2型糖尿病、脂質異常症、高血圧症のいずれか1つ以上を治療している方■ BMIが27以上で以下の11の健康障害のうち2つ以上の肥満関連健康障害を有している方 耐糖能異常、脂質異常症、高血圧、高尿酸血症・痛風、冠動脈疾患、脳梗塞、非アルコール性脂肪性肝疾患、月経異常・不妊、閉塞性睡眠時無呼吸症候群・肥満低換気症候群、運動器疾患、肥満関連腎臓病■ 2ヶ月に1回以上の頻度で栄養指導を受診し、その期間が半年以上継続している方 |
| ゼップバウンド® (チルゼパチド) | 2025年3月 | <ul style="list-style-type: none">■ ウゴービと同様 |

今後の展望

- 患者さんが安心して受診できる環境の整備と維持
- リハビリや運動療法についてのアドバイスと継続的な支援
- 肥満症の機序の解明に向けた基礎研究

連絡先 TEL：03-3813-3111 (代表)

糖尿病・内分泌内科 飯田雅 准教授

食道・胃外科 折田創 先任准教授



採血でわかる肝臓の健康状態

FIB-4 index（フィブフォーインデックス）とは？

肝臓は、長い間、炎症や損傷が続くと、徐々に硬くなっていきます。この状態を「肝線維化」と呼びます。原因には、ウイルス性肝炎やアルコール性肝障害などがあります。

肝線維化が進むと、肝硬変や肝がんにつながることがあるため、その進行状況を早めに把握して対策することが大切です。

以前は、肝線維化の診断には、肝臓に直接針を刺して組織を採る検査（肝生検）が必要でしたが、この検査は入院が必要で、痛み、出血のリスクがあり、すべての患者さんに繰り返し行うことは困難でした。

今回は、血液検査の結果を用いて肝臓の線維化が予測できる FIB-4 index を紹介します。FIB-4 index は下記の計算式により、年齢、血小板数、AST 値、ALT 値から算出され、肝線維化を予測することができます。これらの項目はすべて、通常診療で一般的に測定されることの多い項目です。



$$\text{FIB-4 index} = (\text{年齢} \times \text{AST}) / (\text{血小板数} \times \sqrt{\text{ALT}})$$

FIB-4 index の目安

- ・ 1.3 未満：肝線維化の可能性は低い
- ・ 2.67 以上：肝硬変またはそれに近い状態の可能性があるので、詳しい検査をおすすめします

血小板は肝臓以外の病気でも低くなることがあるため、FIB-4 index の結果は、ほかの病気や年齢などもふまえて判断します。

順天堂医院では、血小板数、AST 値、ALT 値を検査している患者さんには、FIB-4 index を自動で計算し、結果を報告しています。



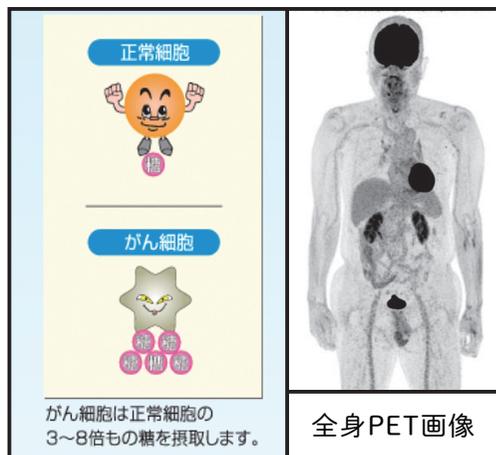


PET/CT 検査のご案内

全身 FDG-PET/CT 検査：がんや病気の早期発見に役立つ検査です

全身 FDG-PET/CT 検査をご存じですか？

がんなどの異常な細胞が、普通の細胞よりも多くの糖を使う性質を利用して行います。FDG（フルオロデオキシグルコース）というブドウ糖によく似た薬を体に入れると、糖を多く使う細胞に集まります。PET はこの薬が体のどこに集まったかを画像にし、CT は体の形や位置が分かります。この二つを組み合わせることで、体の中の異常な部分をより正確に見つけることができます。



特徴

- ◇ 特殊な薬を使って、体の中をくわしく調べます
- ◇ 痛みや身体的負担が少なく、全身を一度にチェックできます
- ◇ 検査薬に対するアレルギー反応や、検査に伴う放射線障害はほとんどありません

見つけやすいがん

- ◇ 頭頸部（首やのど）・肺・乳房・食道・大腸・胆のう・膵臓・子宮・卵巣などのがん
- ◇ 悪性リンパ腫、悪性黒色腫、骨腫瘍など

ただし、検査の薬が集まりにくい胃や肝臓・胆道がんや、正常でも検査の薬が集まりやすい脳・心臓・腎臓・尿管・膀胱・前立腺などのがんは見つけにくいといわれています。

検査の流れ



所要時間：約 2.5～3 時間

注意事項：検査の 6 時間前から、食事や糖の摂取は禁止です

💡 自由診療のご案内 💡

- ◇ 自由診療でも検査を受けることが可能です
- ◇ 人間ドックまたは主治医にご相談ください
- ◇ 料金や予約については、お気軽にお尋ねください



当院では土曜日午前中も PET/CT 検査をおこなっております ※第 2 土曜日は除く



糖尿病療養指導士の活動 ～自分らしく続けられる糖尿病セルフケアのために～

糖尿病の療養は、患者さん自身が目標をもって続けられるセルフケアを身につけることが大切です。そのために、私たち看護師が大切にしているのは、「知識を伝える」だけではなく「気づきを一緒に見つける」ことです。看護部には糖尿病療養指導士が在籍し、外来や病棟で患者さんにご家族を支援しています。

例えば最近では、多人数で会話を楽しみながら生活改善のポイントに気づけるすぐろく形式の教材を活用したり（写真1）、持続的に血糖を測定する装置をスマホアプリと連携させ、血糖値の変化をリアルタイムに確認しながら生活を振り返るツールを活用することで（写真2）、患者さんが「その人らしい生活」を大切にしながら自己管理を続けられるよう支援しています。

看護師だけでなく栄養士や薬剤師にも指導士の認定者がいます。それぞれの専門性を活かしながら連携し、患者さんが生活や仕事、趣味を大切にしながら、“自分らしい”セルフケアの方法を探すお手伝いをしています。ちょっとした行動の変化や気づきが血糖のコントロールに効果をもたらし、合併症の予防に繋がっていきます。外来や病棟でお気軽にご相談ください。



写真1：教材には公益財団法人日本糖尿病協会による「糖尿病カンパセーション・マップ™」を用いています。



写真2：専用のセンサーはとても簡単に装着でき、スマートフォンで血糖値をモニタリングできます。日常生活は普段通りに過ごしていただけます。



間質性肺炎と栄養管理

間質性肺炎は、疾患の進行とともに咳や息苦しさなどから、健康な状態より多くのエネルギーを消費します。エネルギーの消費が続くと、まず体脂肪減少→筋肉減少→呼吸がしにくくなる→食事摂取量が減少という負の連鎖に陥り、十分な栄養を摂取することが難しくなります。特に、高齢者や慢性疾患を持つ患者さんは、栄養状態の悪化が全身の機能低下を引き起こすリスクが高まりますので、早期からの栄養管理が重要です。

栄養管理のポイント

〈低栄養予防〉

- ✓ ご自身に必要な栄養量を知り、体重減少を防ぐ
- ✓ 病気の初期から食生活を見直す（栄養相談の利用）
- ✓ 1日何回かに分けて食べる
- ✓ エネルギーを補うには脂質（MCT等）がお勧め



〈症状悪化の予防〉

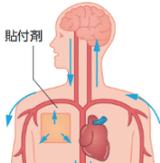
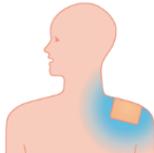
- ✓ 過食によって横隔膜が挙上して呼吸困難感が増強することがあるため、食べすぎを避け、体脂肪を増やさない
- ✓ ステロイド治療により肥満や血糖上昇を招くことがあるため、基本は適正体重の維持
- ✓ 寝前の食事や飲酒は誤嚥を起こしやすく肺感染症併発の原因となりうるので、できるだけ避ける
- ✓ 食後は口腔内清浄を行い、肺炎を予防する



貼り薬



貼り薬の正しい使用方法をご存知ですか？今回はよく頂くご質問にお答えします！
貼り薬は、作用する範囲によって2種類に分けられます。

| 全身作用型 | 局所作用型 |
|--|--|
| 全身に分布して作用する  | 貼った部位周辺に作用する  |
| 気管支を広げる薬、 心臓の血管を広げる薬、 禁煙を助ける薬など | 肩こりや捻挫などの時に 使用する湿布薬など |
| 貼付部位は薬によって異なるため、 説明書で確認した上で使用する | 患部や効果を期待する部位に貼る |

【問】

- Q1. 貼り薬は切って貼ってもいいの？
- Q2. 検査の時、貼り薬は貼ったままでもいいの？



【答え】

A1. ×

貼り薬は、**原則、医師の指示がない限り、自己判断で切ってはけません。**

局所作用型の貼り薬の中には、貼付部位に合わせて大きさを調整できるものもあります。

なぜ貼り薬を切ってはいけないの？

特に全身作用型の貼り薬には、薬が一定の速度で吸収されるように、製剤上特殊な構造になっているものがあります。そのため、切断して使用すると、薬の成分が漏れ出たり、必要な薬剤量が吸収されないことがあります。また、切断することにより、剥がれやすくなる可能性があります。

A2. ×

MRI 検査をする際は注意が必要です。

金属を含む貼り薬は、MRI 検査の時に火傷をする危険があるため、必ず剥がしてください。 金属を含まない場合でも、検査をする場所に貼っていると検査に影響が出ることがあるため、**原則、剥がすことが推奨されています。**

その他、気になる点がありましたら、自己判断せず、薬剤師にご相談ください。



子どもが受けられる医療費助成について [東京都にお住まいの方]

子どもが受けられる医療費の助成制度についてご案内いたします。いずれも健康保険の自己負担分を全額あるいは一部を助成する制度です。ただし自治体により対象者や助成内容に違いがありますので、今回は「東京都にお住まいの方」の医療費助成についてご案内させていただきます。

年齢によって助成される制度

| | 助成対象者 |
|-------------------|--|
| 乳幼児医療費助成（マル乳） | 義務教育就学前までの乳幼児を養育している方 |
| 義務教育就学児医療費助成（マル子） | 義務教育就学期にある児童を養育している方 |
| 高校生等医療費助成事業（マル青） | 高校生等（高校学校の就学期15歳に達する日の翌日以後の最初の4月1日から18歳に達する日以後の最初の3月31日）を養育している方 |

- ◎国民健康保険や健康保険などの自己負担分が全額助成されます。ただしマル子とマル青助成対象者は、外来でかかった医療費については一部自己負担分（通院1回につき最大200円）が生じます。
- ◎児童等を養育している方（保護者）の所得要件や住所要件、入院時食事療養標準負担額の一部助成など、区市町村により異なりますので、直接各区市役所・町村役場へお問い合わせください。

病名や病状によって助成される制度

| | 制度内容 |
|------------------------------|---|
| 未熟児養育医療 ※原則入院期間中の申請が必要 | <p>対象者：下記①、②のいずれかに該当し、指定養育医療機関において入院して養育を受ける必要があると医師が認めた乳児（0歳児）</p> <p>① 出生時体重が2,000グラム以下の乳児</p> <p>② ①以外の乳児で、けいれん、運動異常体温が摂氏34度以下、強いチアノーゼなど呼吸器、循環器の異常、くり返す嘔吐など消化器の異常、強い黄疸などの症状がある方</p> <p>助成範囲：入院中の健康保険の自己負担分と入院食事療養費が助成されます。ただし世帯の所得に応じて自己負担分が生じる場合があります。</p> |
| 小児慢性特定疾病医療費助成 | <p>対象者：小児慢性特定疾病にかかっており、厚生労働大臣が定める疾病の程度である、18歳未満（引き続き治療が必要であると認められる場合は20歳未満）の児童</p> <p>助成範囲：対象疾病の治療にかかった健康保険の自己負担分と入院時食事療養費の1/2（生活保護世帯の児童または血友病等の児童は全額）が助成されます。ただし世帯の所得に応じて自己負担分があります（月額0円～15,000円）。</p> |
| 自立支援医療（育成医療） ※治療開始前の申請が必要 | <p>対象者：18歳未満で疾病治療のため手術等を必要とし確実な治療効果が期待される児童</p> <p>助成範囲：対象疾病の治療（主に手術）にかかった健康保険の自己負担分が助成されます。ただし世帯の所得に応じて自己負担分があります（月額0円～10,000円）。一定所得以上の世帯は助成対象外となりますが、[重度かつ継続※]の場合、医療費の自己負担上限額が20,000円までとなる軽減措置が適用されます。</p> <p>※[重度かつ継続]の範囲：腎臓機能・小腸機能・免疫機能・心臓機能障害（心臓移植後の抗免疫療法に限る）の方及び、健康保険の自己負担額の多数回該当者</p> |

- ◎申請時は、**医師の意見書や診断書**が必要です。そのほか申請の際に必要な書類や所得区分など、詳細につきましては区市町村担当窓口にお問い合わせください。

今日からはじめる

健康講座



10月号



総合診療科 教授
小林 弘幸

食欲の秋と冬に向けての鬱予防

危険な暑さが続いた夏が終わりを迎え、ようやく過ごしやすい季節となりました。一方で、季節の変わり目は朝晩の寒暖差や気圧、湿度の変化や日照時間の減少などが影響し、倦怠感、食欲不振、集中力の低下などの症状が出てくる時期でもあります。これらの症状は、自律神経の乱れが原因となりますが、そのまま放置しておくとう鬱になることがあります。鬱の原因は、一つではなく様々な要因が絡み合って発症すると考えられていますが、セロトニンやドーパミンといった脳内ホルモンの低下も原因の一つになります。特に冬は日照時間が短くなり、セロトニンの合成が低下しやすいので、秋のうちにしっかりと対策をしておくことが大切です。セロトニンは食べ物から直接摂取することができないため、体内で合成する必要があります。その材料となるのが「トリプトファン」と「ビタミン B6」です。トリプトファンは、セロトニンの材料となり、ビタミン B6 は、セロトニンの合成を助けてくれます。牛乳、チーズ、バナナはトリプトファンが、マグロ、カツオ、レバーにはビタミン B 6 が多く含まれている食品の代表です。しかし、秋が旬のかぼちゃ、さつまいも、栗、秋刀魚、鮭にもセロトニンの合成に必須の栄養素が豊富に含まれていますので、食欲の秋を堪能することは冬の鬱予防にもつながります。さらに、セロトニンは自律神経のバランスを調整する働きがあるため、体調を万全に整えるには一石二鳥です。規則正しい生活習慣とセロトニンを意識した食生活で鬱を予防したいものです。

順天堂大学医学部附属順天堂医院

〒113-8431 文京区本郷3-1-3

TEL : 03-3813-3111 (大代表)

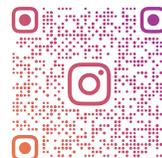
編集・発行 事務部 管理課
(2025年10月発行)



順天堂医院HP

順天堂大学医学部附属順天堂医院
公式 Instagram

Instagramは右のQRコードから
アクセスできます



JUNTENDOIN