



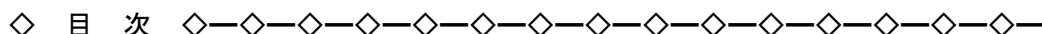
Salud (サルー) とはスペイン語で「健康」「乾杯」を意味する言葉です



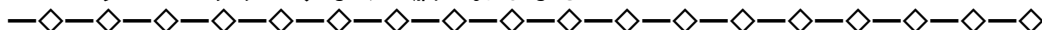
同僚や友人ご家族に「Salud! えひめ」をぜひご紹介ください。

早いものでもう師走... 暮れもいよいよ押し迫り、本格的な冬の訪れを感じてきました。忘年会などでお酒を飲む機会が一段と増える時期ですので、体調管理には気を付けてお過ごしください。

今年も残すところあと1ヶ月、寒さに負けずに頑張りましょう！



- ◇ 目 次 ◇
- 1. 愛媛支部からのお知らせ
- 2. 季節の健康情報
- 3. コラム ドクターすなみの脳のおはなし



愛媛支部からのお知らせ

◆柔整・マッサージ ～安易な保険使用は OUT!～

病院や診療所のほか、柔道整復（接骨院や整骨院）や、はり・きゅう、あんま・マッサージでも健康保険で施術を受けられる場合があることをご存知ですか？

ただし、どんな時でも健康保険で受けられるわけではなく、健康保険で施術を受けられる場合と受けられない場合があります。

誤って健康保険を使用された場合には、その費用を後日返還していただくこととなりますのでご注意ください。

◆柔道整復（接骨院・整骨院）

◎…健康保険で施術を受けられるのは、初期（急性・亜急性）の外傷性の捻挫・打撲・挫傷（肉離れ等）・骨折・脱臼です。

×…医師の同意のない骨折や脱臼、日常生活からくる単なる疲労や肩こり・腰痛、神経痛・リウマチ・慢性関節炎等の病気からくる痛み、脳疾患後遺症等の慢性病、業務上（通勤途中）の事故での負傷等では、健康保険は使えません（施術費用は全額自己負担です。）

※接骨院や整骨院にかかる際は、いつ・どこで・何をして・どんな症状があるのか正しく伝えましょう！

▼柔道整復師（接骨院・整骨院）のかかり方

<http://www.kyoukaikenpo.or.jp/g3/cat310/sb3070/r141>

◆はり・きゅう

◎…健康保険で施術を受けられるのは、神経痛・リウマチ・五十肩・頸腕症候群・腰痛症・頸椎捻挫後遺症で、病院等で治療を行った結果治療の効果がなく、はり・きゅうの施術を受けることに医師が同意した場合に限ります。

×…病院等で治療を受けながら並行してはり・きゅうの施術を健康保険で受けることはできません（施術費用は全額自己負担です。）

▼はり・きゅうのかかり方

<http://www.kyoukaikenpo.or.jp/g3/cat310/sb3080/r140>

◆あんま・マッサージ

◎…健康保険で施術を受けられるのは、筋麻痺や関節拘縮等の症状があり、医師が、医療上あんま・マッサージを必要と認めて施術を受けることに同意した場合に限ります。

×…単に疲労回復や慰安を目的にしたものや、疾病予防のマッサージ等は健康保険の対象になりません（施術費用は全額自己負担です。）

▼あんま・マッサージのかかり方

<http://www.kyoukaikenpo.or.jp/g3/cat310/sb3095/r138>

◆マイナンバー（個人番号）本格運用のお知らせ

平成 29 年 7 月 18 日からマイナンバーによる情報提供の試行運用を実施していましたが、平成 29 年 11 月 13 日から情報提供の本格運用を実施します。

詳しくは、以下をご参照ください。

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/home/g5/cat550/sb5010/291110001>

◆「我が社の E-IY0 名人」育成研修が開催されます！！

愛媛県及び愛媛県栄養士会が主催する「我が社の E-IY0(えいよう)名人」育成研修が、以下のとおり開催されます。事業所内において正しい食生活を普及・推進できる「E-IY0 名人」を育成し、従業員の方々の健康づくりに繋げていくことを目的としています。

【日時】平成 29 年 12 月 8 日（金） 13：00～16：00（12：30 受付開始）

【場所】ホテルマイステイズ松山 3 階ドウエミーラ
（旧 JAL シティホテル：松山市大手町 1-10-10）

【主催】愛媛県、（公社）愛媛県栄養士会

【対象】福利厚生等の担当者他

申し込み方法及び詳細はこちら↓

<https://www.pref.ehime.jp/h25500/kenkou/kenjou/eiyou/e-iyomeijinkensyu.html>

季節の健康情報

▼時期に応じた健康情報や健康レシピをご紹介します！ぜひご覧ください。

<http://www.kyoukaikenpo.or.jp/g5/cat510/h29/291201>

ドクターすなみの脳のおはなし

第 119 回 CT か、MRI か、それが問題だ

「脳外科のすなみと申します。きょうはどうされましたか」

「先生！今朝起きて新聞をとりに玄関ポストへ行こうとして、つまずきまして、腰から落ちたんですが、ちょうど主人が大切にしているはなみずきの枝に思いっきり後頭部をぶつけちゃったんです。しばらく動けませんでした」

「なるほど、それは痛かったですよねえ」

「痛いなのって、そりゃあもう、息もできませんでした。ちょっと見てくれます。大きなたんこぶができてるでしょ」

「はい、拝見しますよ。これはたんこぶではないですね。これはもともと骨が出っ張ったところですよ」

「先生！そんなはずはありません。昨日までは平らだったんですから」
「いやいや、これはたんこぶじゃありません。後頭隆起といって個人差はありますが、骨が出ているんです」
「そんなはずは・・・すごい音がして、救急車を呼ぼうかと思ったんですから」
「いや、確かにひどく打ち付けたんだと思いますが、たんこぶならこんなに固くはないはず。たんこぶは皮下血腫と言って皮膚の下、骨の外に出血したわけで、いくらかはやわらかいはず」

出っ張った頭蓋骨やへこんだ頭蓋骨の箇所をたんこぶだとか、陥没しているとびっくりしてやってくる患者さんがときどきいます。自分の子どもでさえ、おでこが腫れているとか、側頭部が陥没したと大騒ぎしてやってくる母親がちよくちよくいます。普段しっかり見ているつもりでも、おでこがどれぐらい出っ張っているか、側頭部に少しへこんだところがあるなど気づかないものです。

さて、患者さんと医者のお話が続きます。

「まだ十分には納得していませんが、とりあえず先生のおっしゃるようにたんこぶではないことでもいいです。でもひどく頭が痛いし、ふらふらもするので検査をしてくれませんか」
「はい、もちろん、いいですよ。検査しておきましょう」
「先生、MRIをお願いします」
「いや、CTでいいとおもいますよ。短時間で撮れますし、出血や骨折にCTが適しています」
「家の者にMRIを撮ってもらえと言われたんですが、CTよりMRIのほうがいいんですよ」
「確かにMRIの方がいい場合もあります。たとえば急性期の脳梗塞ではCTではわからない場合もあります。しかしCTの方がいい場合もたくさんあります。まずCTの方が時間が短くて済みます。これは大きな長所なんです。頭を打った場合はCTがいいと思います」
「でもCTだと帰ってから主人に怒られるように思いますから、後生ですからMRIをお願いします」
「ご主人のほうが医者の言うことよりも大切なんですね。わかりました。MRIを撮りましょう。CTならすぐに取れますが、MRIは2,3時間お待たせすることになります」

結局、この患者さんは3時間待ってMRIを撮ることとなりました。急いでCTを撮ったほうがいいことは分かっているのですが、患者さんによってはMRIでないと納得しない方もいらっしゃる。日本人の画像信仰については問題になっています。

日本のCT保有台数は2016年の調査で13,636台。2位はアメリカで13,065台。3位はブラジルで3,074台。日本のCTは異常に多いといえます。それだけ日本人は多くのレントゲンを浴びていることになります。必要以上にCT検査を受けることを控えるべきで、子供の頭部打撲ではよく適応を考えるべきだと思います。別の病院を受診するときには前の病院のCT画像をCDに落としてもらい、それを次の病院に持っていくなど、できるだけ被ばく量を減らすように気をつけましょう。

ではここでCTとMRIを比較してみたいと思います。

MRIとはMagnetic Resonance Imagingの略で、磁気共鳴画像と訳されています。強力な磁石の中で電波を使って患者さんの水素原子核の状態から画像を作り出します。

一方CTはComputed Tomographyの略で、コンピュータ断層撮影のことです。患者さんの周囲からレントゲンを照射し、コンピュータで計算して画像を作り出します。

MRIがCTよりも優れている点

- 1) 分解能が高く、細かな点までよく分かる。
- 2) 縦・横・斜め、好きな方向の断層写真が得られるので病変の広がり、大きさ、周囲との関係など正確に立体的に把握できる。
- 3) 骨の影響がなく、骨の近くもきれいな画像が得られる。
- 4) 造影剤を使わなくても血流の情報が得られる。
- 5) レントゲンをうけないため、被ばくしない。
- 6) 出血の時期を推定できる。
- 7) 急性期の脳梗塞の診断が可能。

CTがMRIよりも優れている点

- 1) 短時間で検査できる。MRIは15分から20分程度、CTは1~2分。
- 2) したがって、状態の悪い患者さんや幼少児でも簡単に検査が可能。
- 3) 急性期の出血がわかりやすい。
- 4) 骨の病気・骨折がわかる。したがって頭部外傷急性期の検査に有用。
- 5) ペースメーカーを装着した人、閉所恐怖症の方でも検査可能。
- 6) MRIよりも安価。機器により多少の差があり、松山市民病院ではMRIの検査料は2080点で3割負担の人で6,240円、CT検査料は1650点で、4,950円。
- 7) 多くの病院で救急対応が可能。

病院・医院で画像診断の検査を受けるときは、もちろん自分の希望を言っていたいでよろしいのですが、MRIよりもCTのほうがよい場合もあり、すべての点でMRIが優っているわけではないことをご理解いただいて、担当医に任せてもいい場合もあると思います。

以下、豆知識です。

2003年にはMRIの医学におけるその重要性和応用性が認められ、“核磁気共鳴画像法に関する発見”に対して、ポール・ラウターバーとピーター・マンスフィールドにノーベル生理学・医学賞が与えられました。

CTはThorn EMI 中央研究所で英国人のゴッドフリー・ハウズフィールドによって発明されました。1967年に考案し、1972年に発表しています。また、マサチューセッツ州のタフス大学のアラン・コーマックは独自に同様の装置を発明しました。彼らは1979年のノーベル医学生理学賞を受賞しています。

EMI社に所属していたビートルズの記録的なレコードの売り上げが、CTスキャナーを含めたEMI社の科学研究資金の供給元だったとも考えられるため、CTスキャナーは「ビートルズによるもっとも偉大な遺産」とも言われています。

脳神経外科医 角南 典生 (すなみ のりお)

=====

▼こちらから「Salud!えひめ」のバックナンバーをご覧ください
<http://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/ehime/cat130>

□□□発行 全国健康保険協会（協会けんぽ）愛媛支部
〒790-8546 松山市千舟町4-6-3 アヴァンサ千舟1階
TEL 089-947-2100（代表）
ホームページ <http://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/ehime/>

▼配信停止を希望される方はこちらから
https://merumaga.kyoukaikenpo.or.jp/webapp/form/16520_kly_1/index.do

▼登録情報を変更されたい方はこちらから
https://merumaga.kyoukaikenpo.or.jp/webapp/form/16520_kly_2/index.do
※現時点の登録情報が記載されていますので上書き入力にて変更してください。
