

高岡ロータリークラブ

会長／谷道 伸也 幹事／島 尚之

例会日：木曜日 12:30～13:30 創立：1951/11/15

第3404回

2023/3/2

イマジン
ロータリー

No.30

チャーターナイト：1952/4/15 創立順位：No.68

司会 勝山 会場監督 点鐘 谷道 会長

国歌斉唱

ロータリーの目的／四つのテスト

会長挨拶／報告



◇誕生日祝

杉林 政孝 さん(3/4・50才)
荒井 肇 さん(3/5・65才)

◇皆出席表彰

駒井 宏 さん(13年)
菅野 克志さん(5年)◇本日ご入会の伏江努様の紹介…田中会員より
新入会員に会員章ほか贈呈
伏江新入会員の入会挨拶

幹事報告

◇3月のロータリーレート 1\$=136円(2月 130円)

◇IDM⇒本日 19:00～ 匿青(オフレコ)
送迎は HN オータニ 18:00

◇次年度理事会⇒本日 18:00～ 福島

委員会報告

◇雑誌委員会…ロータリーの友 3月号紹介
…四津谷委員長◇国際奉仕委員会…板橋 RC 来高について
…北村委員長)

◇親睦委員会…5RC ゴルフ大会について…二口委員長

◇ロータリーバンド同好会…室崎 靖 会員

◇メークアップ報告…駒井 宏 会員

◇ウクライナ人道支援コンサートの案内

訃報

才高 人思 会員のご母堂 才高 勝美 様(享年 84歳)
が、ご逝去されました。
ここに謹んでお悔やみ申し上げます。

< ニコニコBOX11件 36,000円 >

- 谷道会長／伏江さんお帰りなさい。お待ちしておりました。平瀬さん、会員卓話よろしくお願ひいたします。最近、心臓の調子が良くないので真剣に勉強させていただきます。
- 塩崎副会長／伏江さんようこそ。お待ちしておりました。板橋の件、早速ですがよろしくお願ひします。平瀬さん卓話楽しみにしております。
- 島幹事／本日都合により早退します。平瀬さんの卓話を聞けないのが残念です。(4/1) 5RC ゴルフコンペ、(4/4～6) 板橋 RC の来高、(4/8) 利長公シンポジウムⅡと4月はイベントが目白押しです。会員の皆さんのご協力よろしくお願ひします。
- 伏江君／ただいま！我々の旅行業はまだまだ厳しい状況下になりますが谷道会長はじめ仲間皆様、板橋 RC ワイヤレスからも4月再開を楽しみにしていると LINE がきました。再入会させていただきます。よろしくお願ひします。
- 永田君／平瀬さんの卓話楽しみにしています。私は 84 歳なんか健康で有難いことです。この度、孫もなんとか医学部に合格いたしました。ウェルビーイングを感じています。感謝！
- 室崎君／伏江さん、お帰りなさい。これからまた楽しくやりましょう。平瀬先生、本日の卓話楽しみにしています。
- 田中君／伏江さん、お帰りなさい。平瀬先生、卓話楽しみにしています。患者代表田中。
- 野崎君／弊社主催の国泰寺緑蔭諸座「禅の行」への協賛ありがとうございます。今年は 5 月 14 日の日曜日、午前 9 時から国泰寺にて開催です。一般 5,000 円のところロータリー会員は 3,000 円となっております。参加申し込みは事務局または読売支社は宜しくお願ひします。
- 大川君／誕生日祝い頂き、ありがとうございます。
- 駒井君／皆出席祝い頂きました。ありがとうございます。



Stent save a life

『心臓病から、命を守る』

平瀬 裕章 会員

現代の長寿、日本人はどのような病気で亡くなるのでしょうか。28.7%は、悪性腫瘍、次いで心疾患であり、15.2%を占めます。心疾患は現代においても増加傾向を認めており、その約半数は虚血性心疾患と言われています。この虚血性疾患、特に急性心筋梗塞は、突然命を奪われることのある、怖い病気です。心臓を栄養する血管である冠動脈が急に血の塊により閉塞することで発症します。冠動脈が急に閉塞すると、すぐに心臓の筋肉に壊れ始め、時間とともに進行します。治療が遅れれば遅れるほど、死亡率が上昇することが知られています。心筋梗塞発症は、まさに命の砂時計が開始される瞬間であるということです。

心筋梗塞に対しては、経皮的冠動脈形成術が施行されます。動脈からアクセスして冠動脈に到達し、閉塞した冠動脈を再開通させる手術です。ここで使用されるのがステントです。ステント治療とは、網目状の管を閉塞した部位に留置することで、閉塞した冠動脈を修復し、再開通に導きます。再開通が得られると心筋のダメージの進行が食い止めることができ、救命できる可能性が飛躍的に高まります。『Stent save a life』という活動は、ヨーロッパをはじめとする全世界の国々が参画する活動であり、このステント治療の恩恵をすべての患者様に受けさせていただき、その死亡率減少を目的とした活動です。日本も2019年からのこの活動に参画しています。この活動では、以下の4つのキーメッセージを啓蒙しています。

- ① 心筋梗塞の症状を知る。
- ② 疑わしい場合は、早く行動する。
- ③ 速やかに救急車を呼ぶ。
- ④ 速やかに緊急ステント治療を受ける。

発症からのステント治療までの経過時間をできるだけ短くすることが大切であり、そのためには症状を知り、早く行動を起こすことが最重要と言えます。心筋梗塞の代表的な症状は、『突然の胸の痛み』です。冷や汗を伴う場合はより注意が必要です。その他、胸の『締め付け感』、『圧迫感』、『灼熱感』、『左肩やあごに放散する痛み』などがあります。このような症状がある場合、『少し我慢しよう』、『夜だし朝まで待ってみよう』などとは思ってはいけません。速やかに救急車を呼んでください。我々心筋梗塞に携わる医療者は、病院到着からステント治療までの時間をできるだけ短くするよう24時間、365日スタンバイしています。このステント治療

の恩恵を、すべての人が享受できますように。

（どのような人が虚血性心疾患になりやすいか）

内臓肥満をベースに①血圧上昇、②血糖上昇、③中性脂肪の上昇や善玉コレステロールの低下、の3項目のうち2項目に該当するとメタボリック症候群と診断されます。①から③の項目は、それぞれ軽微な異常であってもいくつかが複合することで心筋梗塞をはじめとする心疾患になりやすくなるため、ただの肥満と軽視できない状態ということです。また、糖尿病/高血圧/脂質異常症/内臓肥満は、単独でも動脈硬化リスクになりますが、項目が3個以上複合すると、約40倍にもそのリスクは跳ね上がることが報告されています。その他、睡眠時無呼吸症候群（いびきのひどい方は要注意です）、喫煙習慣、ご家族に心疾患の既往のある方などが動脈硬化リスクとなります。

（動脈硬化とは？）

血管（動脈）の壁にできた亀裂（内皮障害；喫煙、高血圧、ストレスなどが原因）から悪玉コレステロールが侵入、蓄積、隆起することで血管が細くなります。この隆起が動脈硬化（粥腫といいます）といい、年単位で進行し、おおむね無症状で経過します。このような段階が、狭心症です。粥腫は、破裂を起こし血の塊（血栓）ができる、血管は急速に閉塞します。これが心筋梗塞です。このように、生活習慣、肥満、高血圧、糖尿病、動脈硬化、そしてついには、心筋梗塞や脳梗塞といった最後の段階まで順に進んでしまい、その様をメタボリックドミノと表現されています。メタボリック症候群は、このドミノでは比較的上流にあるため、より早期（上流）で対応するために生まれた概念です。

（虚血性心疾患とは）

冠動脈が動脈硬化を生じ、細くなったり、詰またりする病気です。細くなった状態が狭心症、血栓を生じて閉塞すると心筋梗塞となります。狭心症は、主に労作（階段を上る、除雪作業、早朝の散歩など）時に生じる胸の不快感として感じます。5-10分程度で自然に軽快します。それ以上持続する場合は心筋梗塞である可能性があります。

（虚血性心疾患の検査は）

冠動脈CTを推奨します。CTの結果、狭心症が疑われる場合は、心臓カテーテル検査（CAG）で冠動脈の虚血状態を細かく調べていきます。心臓カテーテル検査とは、造影剤を用いて冠動脈に流れる血液の様子を映し出し、動脈硬化の生じている箇所を確認する検査です。狭窄の存在と位置を確認できるだけでなく、狭窄の度合い、分布に至るまで、冠動脈全体を評価することができます。まず、足の付け根にある動脈（大腿動脈）または手首の動脈（橈骨動脈）から細いホース上の管（カテーテル）を挿入し、冠動脈の中まで進めます。次に、レントゲンで確認しながら挿入したカテーテルに向かって造影剤を流し入れ、その状態で撮影を行います。レントゲン撮影によって血流の様子が確認できるので、動脈硬化で狭窄している部分を把握することができます。

（虚血性心疾患の治療）

虚血性心疾患の治療法は、大きく下記の3種類に分類されます。

- ・薬物治療
- ・カテーテル治療（経皮的冠動脈形成術：PCI）
- ・冠動脈バイパス術

実際には、これらのいずれかを1つ選択するのではなく、生活習慣の改善と薬物治療をベースに行なったうえで、必要と判断される場合に血行再建術であるカテーテル治療または冠動脈バイパス術を実施します。当院では、PCI（経皮的冠動脈形成術）という術式を多く手掛けています。血管の中にバルーン（風船）を入れて圧力をかけ、血管を内側から拡張させる治療法です。現在はバルーン拡張後に、ステントを入れる（ステント治療）ことが主流になっています。当院では、動脈硬化の部分のみを切除する方向性切除（DCA）や石灰化といった硬い動脈硬化をドリルのような器具で削る方法（ローターブレーテー）も導入されており、複雑な病変であっても適正治療が可能です。

このPCIは、急性心筋梗塞の患者様に大きな威力を発揮します。緊急治療として行われ、primary PCIと呼びます。閉塞した冠動脈をPCIで再開通させることで心筋ダメージを軽減し、大きく生命予後を改善します。発症後できるだけ早期に行なうことが重要であり、『Stent save a life』キャンペーンを通じて多くの人の啓蒙活動を継続したいと思っております。

我々は新しい取り組みを始めました。心臓の血管へのカテーテル治療は、いわば内臓のアンチエーティングです。関節や肌といった外面のアンチエーティングを目指し、『運動器カテーテル治療』、『美容』を提供しております。

（慢性的な関節痛でお困りではないでしょうか？）

●対象の病気、症状は？

五十肩・四十肩・肩こり・ゴルフ肘・テニス肘・腰痛・ひざの痛み・ヘルバーデン結節・外反母趾・CM関節症などの、長引く痛み

●そのメカニズム

慢性的の痛みの原因の一つに、疼痛部位に生じている炎症があります。炎症が生じると異常血管（もやもや血管）が発達し、周囲に神経線維も同時に発達することが知られています。この異常血管に対して塞栓（つめる）することにより、神経も脱落し、痛みも軽減するといわれています。

●高岡みなみハートセンターでは、難治性の慢性疼痛に対してカテーテル治療を提供しております。手術、安静、リハビリ、局所注射など、一般的な治療で症状の軽減が得られない人にお勧めしています。運動器カテーテル治療とは、五十肩などの慢性疼痛に対してモヤモヤ血管を選択的に塞栓することにより疼痛の軽減を図る新しい治療法です。まだ新しい治療であり、保険診療には指定されていないため、自費診療となります。

文責 平瀬 裕章

●IDM⇒3/2 19:00～ 匠青

11名出席



お知らせ

第32回5RC合同ゴルフ大会

日時：4月1日（土）午前10:00 スタート

場所：高岡カントリー倶楽部 順成コース

会費：【5RC合同ゴルフ】 7,000円（後日徴収）

：【第3回親睦ゴルフ】 3,000円（ 〃 ）

表彰式・懇親会：高岡商工ビル2Fホール 18:00～

ロータリーバンド演奏会

日時：3月25日（土） 18:00～20:00

場所：伏木アコースティックカフェ海岸通り

会費：男性 7,000円 女性 6,000円



メークアップ報告

2/9 ロータリークラブワイキキ

2/16 ワイキキサンセットロータリークラブ



コロナも落ちつきをみせ、3年ぶりに妻とハワイに行ってきました。

12日間の滞在中、2月9日はワイキキサンセットロータリークラブに、15日はワイキキロータリークラブの例会に夫婦で出席しメークアップしてきました。ワイキキクラブで隣になった山口会員は高岡市大町の「正覚寺」に祖父のお墓がある…とのご縁で自宅に招いて頂き、奥様の手料理をご馳走になり、ついでに翌16日が僕の誕生日だったので、ピアノでハッピーバースデーの演奏と、ケーキまで頂いてきました。両クラブともいろいろな原因で会員の減少が続き、ワイキキクラブはピークの3分の1の46名で半数以上が女性会員との事です。またサンセットクラブには子供連れで参加している会員もいて、その自由さに驚かされました。

また地域性なのか、両クラブともビジターの受け入れにすごくフレンドリーで、たくさんの会員に握手を求められ笑顔を頂きました。

両クラブとバナー交換し「メークアップの義務」が「メークアップの権利」に変わったような、そんな気がした今回の旅行でした。