けんこうさろん

KENKO SALON

医療と病院の最新情報をわかりやすくお伝えし、すこやかライフをサポートします。

NO. 232
2026 SUMMER

特集

早期発見と予防で健康寿命を支える

大学病院の健診センター

ズームアップけんこう①

脳卒中

ズームアップけんこう②

肩関節脱臼

お仕事拝見

病理医



早期発見と予防で健康寿命を支える

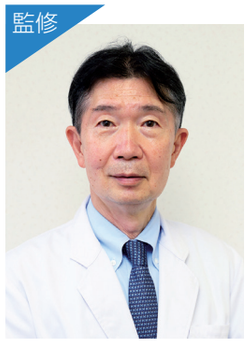
大学病院の健診センター

予防医学では、病気の発症を未然に防ぐことを一次予防、
病気を早期に発見し、重症化を防ぐことを二次予防といいます。人間ドック健診などの
健診（健康診断）を定期的に受けることは、この二次予防にあたり、
健康寿命を延ばしていくうえで重要です。健診は検査を受けて終わりではなく、
健診結果を生活習慣の改善に生かし一次予防につなげることも大切です。



イラスト／小野塚 綾子

監修



東海大学医学部付属病院
健診センター センター長
健康管理学 教授
井上 詠 先生

「健診は、同じ医療機関で定期的に受診すると、前回のデータと比較しながら健康状態を把握できます。その結果を生かして生活習慣の見直しや専門医の診療につなげることで、健康寿命の延伸に役立ちます」

健康寿命を支える 一般健診と人間ドック健診

健康寿命とは、「心身ともに自立し、健康的に生活できる期間」のことを指します。ただ寿命を延ばすだけではなく、「健康でいられる期間」を延ばすことの重要性に、近年注目が集まっています。

健康寿命を延ばすためには、病気になってから治療を行うのではなく、定期的に健診を受けて自分の体の状態を常に把握し、結果に応じて食事や運動を見直すことが大切です。

東海大学医学部付属病院健診センターにおける「一般健診コース」の主な検査内容

検査項目	検査内容
身体計測	身長、体重、BMI（体格指数）、腹囲を調べる
血圧測定	拡張期、収縮期、脈拍数を計測する
心電図検査	心臓の筋肉に流れる電流を記録し、不整脈などを調べる
眼科系検査	視力、眼圧、眼底（両眼）を調べる
聴力検査	年齢に適した検査数値かどうかを判定
肺機能検査	息を吸ったり吐いたりして肺の機能を調べる
内科診察	医師による診察。視診、触診、聴診など
胸部エックス線検査	呼吸器の疾患の有無や程度を画像から診断する
上部消化管エックス線検査	造影剤のバリウム液を飲み、食道・胃・十二指腸を調べる
尿検査	たんぱく質や血液などが混ざっていないか調べる
便潜血反応検査（免疫2日法）	便に血液が混ざっていないか調べる

検査項目		検査内容
腹部超音波検査		肝臓、胆のう、胆管、すい臓、脾臓（ひぞう）などを超音波で調べる
血液検査	生化学	40項目以上にわたり、貧血の有無、肝機能や腎機能、脂質異常症や糖尿病などに関わる数値を調べる。B型・C型肝炎の検査も含まれる
	血液学	
	血清学	
問診		看護師による生活習慣についての一般的な問診
医師面接		医師が対面で行う検査結果の説明と生活指導

※「内視鏡健診コース」と「シルバー健診コース」では、上部消化管エックス線検査が内視鏡検査に置き換わる

健診は一般健診と人間ドック健診に大きく分けられます。一般健診は健康状態を確認する基本的な検査です。自治体や加入している医療保険者を通じて受ける特定健診、年１回の実施が義務づけられている企業健診や学校健診などがあります。人間ドック健診は、個人で受ける任意の健康診断です。一般健診よりも多くの項目を調べ、病気の早期発見に役立てることができます。

「人間ドック健診は一般健診よりも検査項目が多く、全身の状態を広く調べることができます。目的に合わせて必要な検査を組み合わせ、気になる部位や病気をより詳しくチェックできることが特徴です」（井上先生）

精度の高い検査を提供する 大学病院の人間ドック健診

東海大学医学部付属病院併設の健診センターは、健診施設機能評価認定を受けた施設です。

健診センターで実施している人間ドック健診には、目的に応じたコースがあります。基本となる「一般健診コース」は、日本人間ドック・予防医療学会が定める基本項目に加え、標準検査項目を充実させた内容で、生活習慣病のリスクや体の状態をより詳しく確認することができます。このほか、一般健診コースの上部消化管エックス線検査を内視鏡検査に変更した「内視鏡健診コース」「シルバー健診コース（70 歳以上の方の内視鏡健診コース）」、全身のがんを一度に調べる「PET-CT がん検診コース」があります。

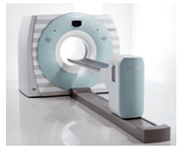
内視鏡健診コースとシルバー健診コースでは、食道・胃・十二指腸の状態を直接観察でき、がんなどの異常を細かく調べることができます。また、バリウム液を飲む必要がないため、誤嚥（ごえん）（誤って気管に入ること）のリスクや、エックス線検査時に体を支える負担を避けられる点も特徴です。

PET-CT がん検診コースで行う PET-CT 検査は、がん細胞がブドウ糖を多く取り込む性質を利用して調べる高度な画像検査です。全身のがんのスクリーニング（拾い上げの検査）に役立ちますが、胃や膀胱（ぼうこう）など PET-CT 検査では見つけにくいがんもあります。

「PET-CT 検査は、がんの家族歴がある方やリスクが気になる方、喫煙・飲酒習慣がある方などに向いている検査です。ただし、



「一般健診コース」で行う食道・胃・十二指腸のエックス線検査の検査機器。さまざまな角度に動く検査台の上で、体の向きを変えて撮影する



「PET-CT がん検診コース」で使用する PET-CT 検査機器。ブドウ糖に似た検査薬を投与し、PET 画像と CT 画像を組み合わせて病変の有無や位置を調べる

発見しにくいがんもあります。気になる部位やリスクに応じて、一般健診コースやオプション検査を組み合わせて受けることもできます」（井上先生）

異常が見つかった場合も専門医の診療までスムーズに

大学病院の健診センターで人間ドック健診を受診するメリットは、病気の早期発見、その後の専門性の高い診療までを一貫して受けられる点にあります。異常が見つかった場合には、専門医による精密検査や診療を受けることができます。また、複数の疾患や複雑な健康問題を抱えている場合も、各診療科が連携して対応できることも大学病院ならではの強みです。

人間ドック健診では、看護師によるきめ細かな問診で体調や生活習慣を詳しく確認します。さらに医師面接では、検査結果の説明を受けるだけではなく、結果に応じた生活面の指導を受けられることも特徴です。PET-CT 検査などの高度な画像検査を含む多様な検査に対応し、生活習慣病予防や健康寿命延伸を見据えた保健指導が受けられる体制が整っていることも大学病院の人間ドック健診の利点です。

「当センターでは、単に病気を探すだけではなく、『健康を維持し、よりよく生きるための健診』の提供を心がけています。気になることがあればお気軽にご相談ください」（井上先生）

病気になる前から健康を守る予防医学の先端「抗加齢ドック」

予防医療を支える健診センターでは、病気の早期発見・早期治療につなげる人間ドック健診に加え、病気になる前の段階から健康状態を見直す一次予防にも力を入れています。その取り組みの一つが「抗加齢ドック」です。

生活習慣病は自覚症状がないまま進行し、心筋梗塞（こうそく）や脳卒中などの重篤な病気につながる可能性があります。抗加齢ドックでは、病気や老化の予兆を早い段階で把握し、生活習慣の見直しにつなげることで、将来の発症予防をめざします。

抗加齢ドックの検査項目は、「血管年齢」「ホルモン年齢」「骨年齢」「筋年齢」「酸化ストレス・免疫」など、一般健診や人間ドック健診とは異なる観点から、加齢に伴う体の変化を多角的に調べます。病気になる前の段階で老化の進行度や将来のリスクを確認し、生活習慣の改善や予防につなげることで、健康寿命の延伸をめざす検査です。コースはベーシックコースとアドバンスコースの 2 つがあり、アドバンスコースの方がより多くの項目を調べられます。

抗加齢ドックは東海大学医学部付属東京病院の健診センター（当時）で2006年から実施してきた手法を引き継ぎ、2025年11月から東海大学医学部付属病院の健診センターで、運用を開始しています。人間ドック健診の一般健診コースなどを受診する際に、オプション項目として併せて受けることができます。

「加齢によってさまざまな疾病のリスクが高まるため、老化のスピードを緩やかにして病気を未然に防ごうというのが抗加齢ドックの目的です。通常の人間ドック健診に加えて併用されるリピーターの方も多く、健康管理に役立てていただいています。これからの健診センターは、『病気を見つける場』から『健康を支える場』への進化が求められています。病気の早期発見に加えて、一人ひとりの健康リスクに応じた予防医療を提供し、健康寿命の延伸に貢献したいと考えています」（岸本先生・井上先生）

「抗加齢ドック」の主な検査内容

検査項目	検査内容
血管年齢	動脈硬化の進み具合を調べる
ホルモン年齢	加齢とともに減少するDHEA-Sや成長ホルモン（IGF-1）などの分泌量を測定
骨年齢	骨密度を測定し、骨の強度が何歳相当かを評価
筋年齢	組成計などで筋肉量や体脂肪のバランスを測定
酸化ストレス・免疫	老化の原因となる活性酸素の量や、NK細胞活性などの免疫力を測定
一般検査	血液、尿、ビタミンD、インスリンなどを測定
体の構成	身長、体重、胸囲、体組成、握力、フレイルチェック、ロコモチェック、10m歩行テストなど

加齢による体の変化を知り、健康長寿をめざす抗加齢ドック



東海大学
医学部付属病院
健康管理学 准教授
岸本 憲明 先生

健診センターで実施している「抗加齢ドック」は、病気の早期発見にとどまらず、「年齢を重ねても健康的な状態を長く保つ」ことをめざす一歩進んだ予防医学です。

抗加齢ドックでは、血管や血液、ホルモンや免疫のバランス、身体機能など、年齢に対して老化がどの程度進んでいるか検査し、原因を探ります。その結果をもとに、抗加齢医学専門医が受診者一人ひとりの状態を包括的に評価し、運動・栄養・生活習慣についての適切な指導を行います。

加齢に伴って血管のしなやかさが失われたり、筋肉量や骨量、ホルモンバランスなどに変化が生じたりすると、動脈硬化（こうか）や生活習慣病、転倒・骨折などのリスクが高まることがあります。抗加齢ドックでは、こうした体の変化を早い段階で把握し、将来の病気の予防や健康寿命の延伸につなげることをめざします。

抗加齢医学専門医が複数在籍する当院では、特定の数値だけを見て判断するのではなく、検査結果全体を踏まえ、受診者一人ひとりに合わせた具体的なアドバイスを行っています。また、大学病院の健診センターとして、必要に応じて各診療科の専門医と連携し、精密検査や診療につなげることも可能です。

実年齢よりも衰えを感じる人や、40 代以上のミドル・シニア層には、抗加齢ドックの受診をおすすめします。また、生活習慣を見直したい人、健康長寿をめざしたい人、各栄養素の摂取やサプリメント服用を相談したい人などにも役立つ検査です。

東海大学医学部付属東京病院で開始されて以来、20 年にわたり運営されてきた抗加齢ドックは、これまで 3000 人以上の受診実績があります。ご自身の健康状態を科学的に知り、年齢を重ねてもいきいきと過ごすための健康管理にご活用ください。

ZOOM けんこう UP

ズームアップけんこう①

［脳卒中］

脳卒中は、脳の血管に障害がおこる病気の総称です。
脳の血管が詰まったり破れたりすると、脳の機能が損なわれ、
場合によっては重大な後遺症が残るほか生命に関わることもあります。
脳卒中は治療開始までの時間がその後の回復に大きく影響するため、
異変に気づいたらできるだけ早く専門的な治療を受けることが大切です。



イラスト／やまだ やすこ



監修

東海大学医学部付属病院
脳卒中センター センター長
脳神経内科 教授
永田 栄一郎 先生

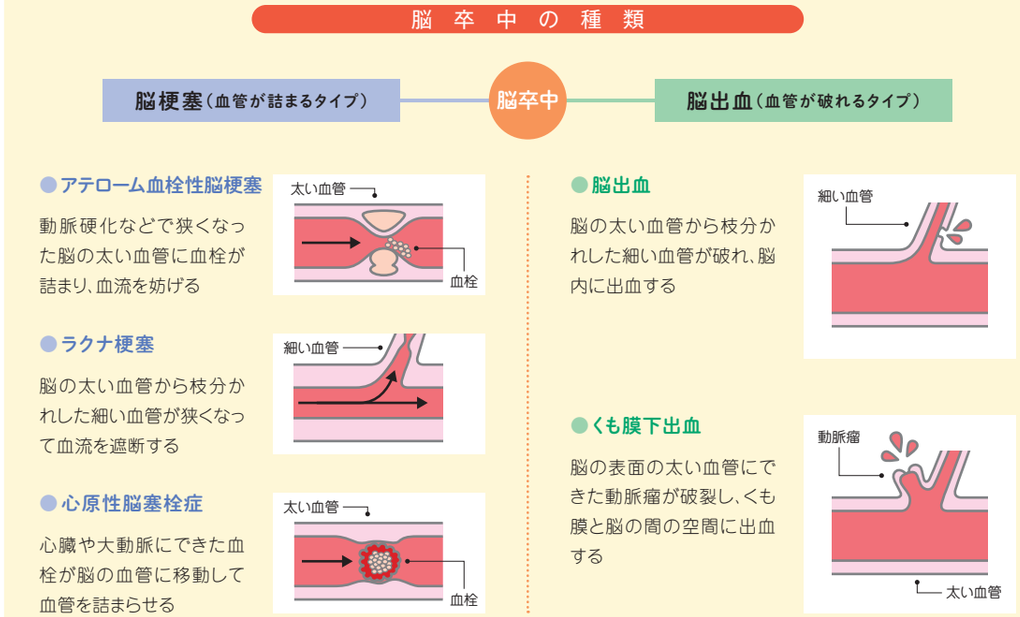
「脳卒中の治療は、時間との闘いです。発症後すぐに治療できれば選択肢が広がりますが、時間がたつと治療は限られていきます。脳卒中を疑う症状があれば、ためらわず救急車を呼ぶことも大切です」

脳卒中は、血管が詰まる脳梗塞と血管が破れる脳出血に大別

脳卒中は、脳の血管が詰まるタイプと、破れるタイプに大別されます。脳の血管が詰まる脳梗塞は３つに分けられます。１つ目が動脈硬化などによって脳の太い血管が狭くなった部分に血栓が詰まるアテローム血栓性脳梗塞、２つ目が脳の太い血管から枝分かれした細い血管が狭くなって詰まるラクナ梗塞、３つ目が心臓や大動脈にできた血栓が脳の太い血管に移動して詰まる心原性脳塞栓症です。脳の血管が詰まった場合、その先に血液が行き渡らなくなり、脳の機能が損なわれます。その結果、麻痺や感覚障害などの症状につながります。脳の太い血管が詰まりやすいアテローム血栓性脳梗塞や心原性脳塞栓症は脳の広範囲に影響しやすいため、重篤な症状を招きやすい病気です。

一方、脳の血管が破れる脳出血は、出血する部位によって２つの病気に分かれます。１つ目が脳の細い血管が破れて出血する脳出血、２つ目が脳表面の太い血管にできた動脈瘤が破裂して出血するくも膜下出血です。

「日本で多くみられる脳卒中のタイプは時代とともに変化してきました。かつて多かったのは脳出血の患者さんで、漬物やみそ汁など塩分の多い食生活による高血圧が主な理由でした。しかし降圧剤などが進化して血圧をコントロールしやすくなり、さらに動脈硬化につながりやすい生活習慣に変化した現在では、脳梗塞の患者さんが増えて、その数は逆転しています」（永田先生）



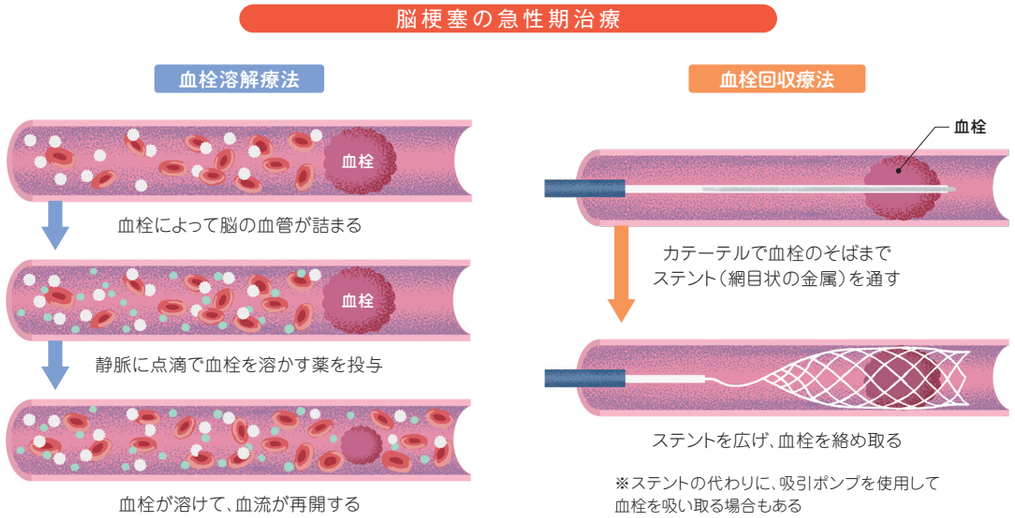
脳梗塞の急性期治療を支える血栓溶解療法と血栓回収療法

脳梗塞と脳出血では治療も異なります。脳梗塞は血管の詰まりを解消して血流を再開させるのに対し、脳出血では出血の拡大を抑え、血腫による脳の圧迫を抑える治療が行われます。特に早期の対応が重要になるのが脳梗塞です。血管が詰まることで脳の組織へ酸素や栄養が一定時間行き渡らなくなると、脳が損傷を受け、後遺症が残ることも少なくありません。

脳梗塞の急性期治療には、血栓溶解療法と血栓回収療法があります。血栓溶解療法は、血栓を溶かす薬（rt-PA）を静脈に点滴で投与して血流を再開させる方法で、血栓回収療法は、太ももの付け根などからカテーテルを脳の血管まで通して、ステントなどで直接血栓を取り除く方法です。これらの治療は発症から治療開始までの時間が定められており、血栓溶解療法は原則として発症から４時間30分以内、血栓回収療法は発症から６時間以内とされ、条件によっては24時間以内までとされることもあります。

血栓溶解療法と血栓回収療法は、発症後できるだけ早く治療を行うことで後遺症の軽減が期待できます。ただし、これらの治療には適応条件があり、実施には専門医による診断と治療体制が必要です。東海大学医学部付属病院の脳卒中センターは、日本脳卒中学会より一次脳卒中センター（PSC）コア施設に認定されており、専門医が24時間365日体制で常駐し、これらの治療に対応できる体制を整えています。

「発症から時間が経過すると出血などの合併症のリスクが高まるため、救急搬送後は、



速やかにCTやMRIといった画像検査を行います。そのうえで、患者さんの全身状態と血栓の状況などにより、適応を総合的に判断します。治療の可否は時間だけで決まるものではないため、発症から4時間 30 分以内であっても患者さんの状態によっては治療が受けられない場合があります。また、早期に治療を開始できても血流が再開しないこともあります」（永田先生）

■ 覚えておきたい脳卒中が疑われる症状

次のような症状が突然おこったら、
様子を見ずに救急車を呼びましょう。

●片側の麻痺・しびれ
片方の手足・顔半分の麻痺、しびれがおこる（手足のみ、顔のみの場合もあります）

●話す・理解するのが難しい
ろれつがまわらない、言葉が出ない、他人の言うことが理解できない

●体のバランスが取れない
力はあるのに、急に立てなくなる、歩けない、フラフラする

●視野・視覚の異常
片方の目が見えない、物が2つに見える、視野の半分が欠ける

●激しい頭痛
経験したことのない激しい頭痛がする

一方、脳出血の治療においても、脳梗塞同様に早期の対応が重要になります。患者さんの救急搬送時には降圧剤や止血薬を用いて血圧や出血を管理する内科的治療を行い、場合によっては手術による外科的治療が検討されます。

「脳出血の治療では、薬によって血圧や出血を管理し、手術が必要な場合には脳神経外科が対応します。脳梗塞も脳出血もできるだけ早く適切な治療につなげることが大切です。当センターでは、患者さんの状態を早急に見極め、後遺症をできるだけ抑えられるよう、救命救急科や脳神経外科など他の診療科とも密接に連携しながら治療にあたっています」（永田先生）

脳卒中治療は時間との闘い 初期症状に気づくことが重要

脳卒中は、発症後の対応の早さが、その後の回復や後遺症の程度に大きく関わるため、周囲がいかに早く異変に気づくかという点がポイントになります。脳卒中にはいくつかの特徴的なサインがありますが、よく使われるのが「FAST」という標語です。

「FAST」とは、Face（顔）、Arm（腕）、Speech（言葉）、Time（時間）の頭文字を取った略語です。右半身か左半身のいずれかの顔や腕に麻痺がおこる、言葉を話してもろれつがまわらないなどの症状がある場合は脳卒中の可能性があるため、早く初期症状に気づいて迅速に治療につなげるための指針になります。

「脳卒中の初期症状は、右半身か左半身など、体のいずれか半分のみにおこる点が特徴です。他にも足がふらついて立つことや真っすぐ歩くことが困難になったり、これまで経験したことのないような激しい頭痛を感じたりすることも『FAST』には入っていない特徴的な症状として挙げられます。これらの症状だけでは脳梗塞なのか脳出血なのかを診断できないため、診断にはCTやMRIによる画像検査が欠かせません」（永田先生）

生活習慣を見直して 脳卒中の予防につなげる

脳卒中の発症には、高血圧、糖尿病、脂質異常症、不整脈（心房細動）などが関わっていることが知られています。これらは脳卒中の発症リスクを高める要因とされ、放置せずに適切に管理することが予防につながります。特に高血圧は脳卒中の大きな要因の1つで、食塩の過剰摂取や肥満は発症リスクを高めます。日頃から、減塩や適正体重の維持、無理のない運動、禁煙などにより生活習慣を整えるとともに、定期的に健康診断を受けて体の状態を把握しておくことも大切です。

「健康診断で指摘されやすい血圧・血糖・脂質の異常は、脳卒中のリスク要因になります。異常を早めに見つけ、必要に応じて治療を続けることも重要です。加えて、夏場は脱水にも注意が必要です。血液が濃くなると血栓ができやすくなるため、こまめな水分補給を意識してください」（永田先生）

東海大学医学部付属病院
脳卒中センター

2026年4月に新設した脳卒中センターでは、脳神経内科、脳神経外科、救命救急科の3科が連携し、脳卒中の疑いで救急搬送された患者さんの治療にあたります。

他にも、治療後のリハビリテーションを早急に開始するための体制づくり、脳卒中の早期発見・早期対応の重要性を伝えるための市民公開講座の開催、消防署の救急隊との連携といった活動を行っています。

正確な処方せん調剤・適切な指導
栄養士による各種疾患に対する食事のアドバイスや
治療食（減塩・無塩・カロリー調整・低蛋白食品など）の相談販売

望星薬局

■本社　伊勢原市桜台 2-1-28
tel. 0463-91-4193（ヨイクスリ）
fax. 0463-91-8966

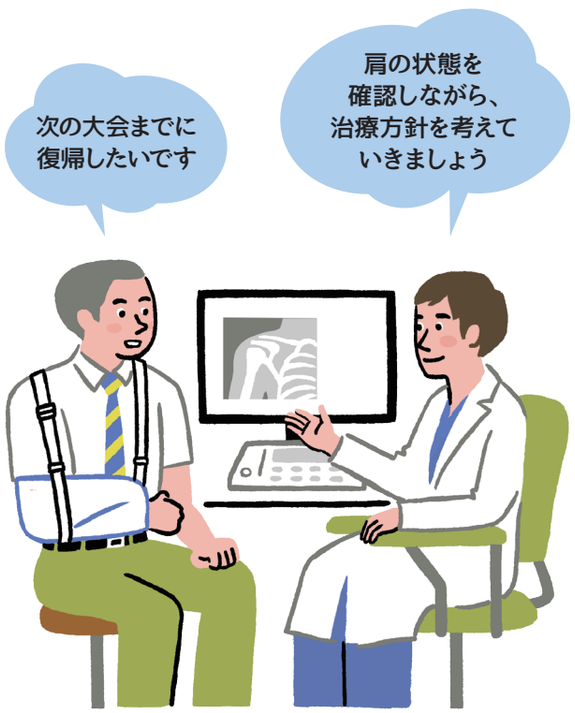
あなたの未来を照らす
望星薬局
BOHSEI PHARMACY

■望　星　薬　局　0463-94-4193
■望星本町薬局　0463-92-1193
■望星本厚木薬局　046-222-4193
■望星大磯薬局　0463-71-9341
■望星平塚薬局　0463-33-1193
■望星旭薬局　0463-34-9311
■望星おおね薬局　0463-76-4193
■望星秦野薬局　0463-85-1193
■望星横浜みどり薬局　045-989-4193
■望星鶴見薬局　045-570-4193
■望星代々木薬局　03-3370-1301
■望星築地薬局　03-3541-1193
■望星北浦和薬局　048-822-9381
■望星西新井薬局　03-5691-1193

ズームアップけんこう②

［肩関節脱臼］

肩関節の脱臼は、誰にでもおこる可能性があるけがの１つです。
転倒や運動中の衝突などでおきやすく、一度脱臼すると
再発しやすくなることもあるため、専門医による適切な診断と
治療が大切です。特に競技スポーツに取り組む選手の場合は、
「競技への復帰」までを見据えた治療が重要になります。



イラスト／やまだ やすこ

監修



東海大学医学部付属
八王子病院
整形外科 講師
鷹取 直希 先生

「スポーツによるけがは、多くの場合で命に関わるような症状ではありませんが、早期の競技復帰など、患者さんの希望を大切に治療にあたっています。けがでお困りのことがあれば、一度ご相談ください」

体を強くぶつけ合うスポーツで おこりやすい肩関節脱臼

スポーツによるけがは、競技によって負担のかかる部分が異なるため、おこりやすいけがにも特徴があります。例えば、野球なら投球動作を繰り返すことでおこる野球肘や肩の骨と腱板がこすれることで痛みが生じるインピンジメント症候群、サッカーなら足首周辺の捻挫や打撲などが該当します。

その中でも、柔道やレスリング、ラグビー、アメリカンフットボールのように、体と体が強くぶつかり合う競技でおこりやすいのが、肩関節脱臼です。肩関節脱臼にはいくつかの種類がありますが、転倒を含む外傷により生じる前方脱臼がほとんどです。

関節唇を手術で修復する 肩関節脱臼の治療

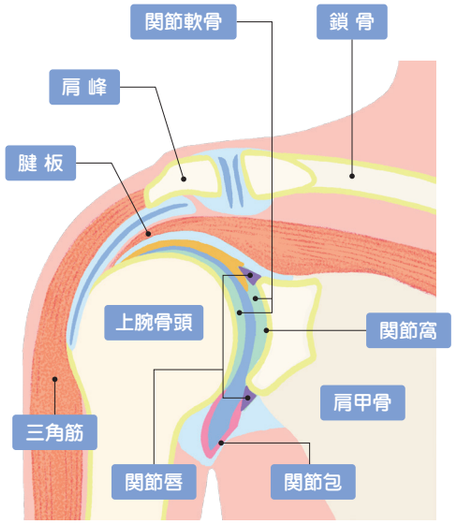
肩関節は、関節の受け皿となる「関節窩」というくぼみに、二の腕の骨の先端「上腕骨頭」がはまり込むことで、形成されています。そして関節窩の周囲を「関節唇」が囲み、関節を支えています。

肩関節脱臼がおこると、関節が外れるだけでなく、関節唇に傷害がおこることがあります。治療では、外れた肩の関節を元の位置に戻す整復を行います。その後、肩が動かないように固定し、リハビリテーションを中心とした保存治療も行われますが、再発を繰り返す場合や競技復帰を重視する場合は手術が検討されます。

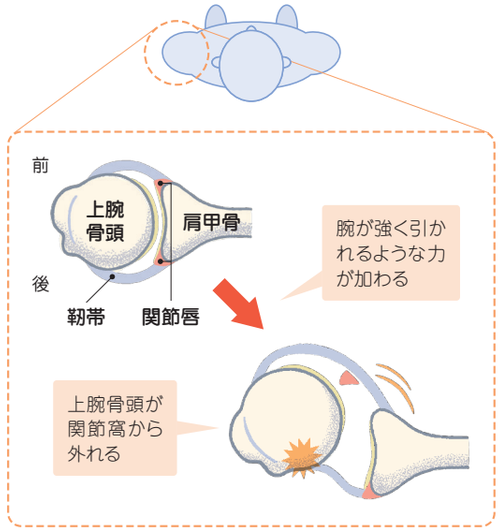
肩関節脱臼の代表的な手術は、脱臼によって傷ついた関節唇を修復する治療です。関節窩にアンカーと呼ばれる糸が付いた小さな固定具を打ち込み、アンカーから伸びる糸を関節唇に通して結び、傷ついた関節唇を修復します。糸で固定された関節唇は、時間が経過すると自然とつながります。関節唇の修復に加え、関節包が緩んでいる場合は、張りを調整して肩関節の安定性を高める手術を行うこともあります。

「肩関節脱臼の手術は全身麻酔で行います。肩関節脱臼は再発しやすく、反復性肩関節脱臼を防ぐためにも手術が有効です。柔道など体に強い力が加わり、脱臼しやすい競技に取り組む患者さんの治療では、患者さんと相談したうえで関節唇を強めにしばったり、あるいは関節包という関節を包む膜を少ししばって強度を高めたりというような手術を行うこともあります」（鷹取先生）

肩関節（右肩）



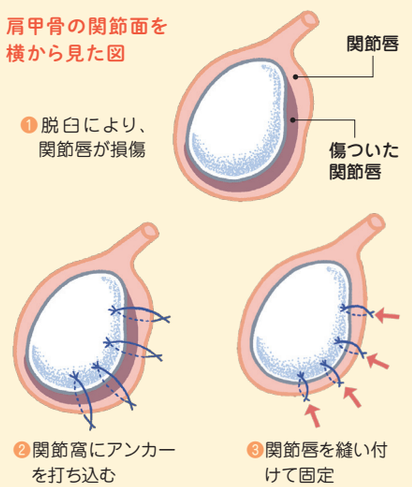
肩関節脱臼の様子（左肩）



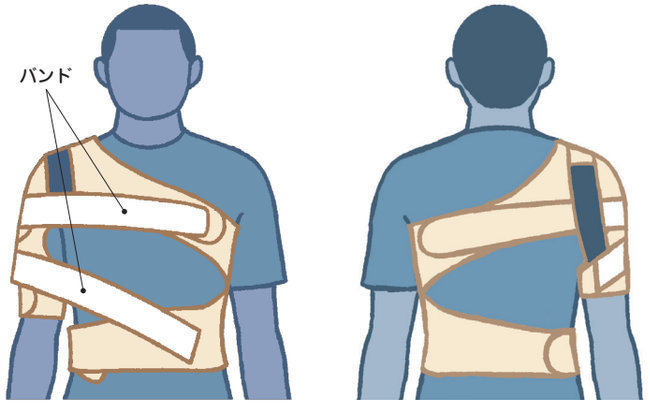
早期の競技復帰をめざす スポーツ整形と一般整形の違い

同じ肩関節脱臼でも、一般整形とスポーツ整形の治療で一番大きく異なるのは、手

肩関節脱臼の手術



オリジナルの脱臼予防装具を装着した様子



※バンド2本で肩を固定。1本で十分動きを制限できる場合は、下のバンドを外すことも可能

術後のリハビリテーションと、手術を行うかどうかの判断です。

一般整形では日常生活への復帰が目的なのに対し、スポーツ整形では競技への早期の復帰が目的になります。そのため、同じ手術後のリハビリテーションでも、一般整形は完治するまでは運動を制限しながら行うのに対し、スポーツ整形では治療を行いながら競技への復帰をめざすリハビリテーションのメニューが組まれます。

肩関節脱臼がおこると手術のために４～６日入院します。手術後は１カ月程度肩を固定し、手術翌日から手を閉じたり開いたりするような、肩を固定していてもできるリハビリテーションを開始し、固定期間が終わった後は本格的なリハビリテーションを４カ月から半年程度続けます。

「リハビリテーションは、治ったようでも回復が不十分だと肩関節が固くなったり、動きが悪くなったりするため自己判断で中断しないことが大切です」（鷹取先生）

また、スポーツ整形の場合は、競技生活の期間や大会日程なども考慮する必要があります。そのため、競技への復帰時期や患者さんの希望、再脱臼のリスクなどを踏まえながら、治療方針が検討されます。

「大会１～２カ月前に肩関節脱臼をおこした場合には、患者さんの希望や大会の重要性なども加味して話し合ったうえで、手術を行わずに当院オリジナルの脱臼予防装具を着用した状態で大会に出場する場合もあります。脱臼予防装具は金属を使用していないため、着用したまま大会への出場が可能です。多くの場合で大会後に手術を行いますが、患者さんの希望と回復状況次第で、そのまま競技生活が終わるまで手術を行わないこともあります」（鷹取先生）

治療中のどのタイミングで練習を再開するか、手術を行うかについても、けがをした患者さんの状況や年齢などで変わります。

「例えば同じ柔道選手でも、最後の大会を数カ月後に控えた方なのか、それとも最後の大会を終えた方なのかで、治療方針は大きく変わります。患者さん本人からも希望を聞いてよく話し合いますが、前者なら手術せずに大会へ出場すると、症状が悪化する可能性があることはきちんと伝えます。後者なら早めに手術を受けることをすすめることもあります」（鷹取先生）

スポーツ整形の治療の特徴は、患者さんの希望を踏まえて、一人ひとりの状況に合わせて検討していく点で、競技に応じた治療により、けがの再発を防ぎ、パフォーマンスの維持・向上をサポートしながら早期復帰をめざします。

「私自身、８歳の時から大学まで柔道を続けてきましたので、早く競技に復帰したい気持ちは理解できます。そこがスポーツ整形の難しさでもありますが、患者さんと話をしながら個々に適した治療を提供していきたいと考えています」（鷹取先生）

長くスポーツを楽しむために求められるスポーツ整形

スポーツ整形は、必ずしも大会に出場する選手だけを対象にしているものではありません。東海大学医学部付属八王子病院整形外科では、日常的に運動を楽しむ患者さんの治療も行っています。近年は生涯スポーツの考え方も広まっているため、スポーツを始めたばかりの小さな子どもや、ジョギングやウオーキング、ゴルフなどを続ける中高年の患者さんも増えています。

「患者さんの中には、体に痛みを感じていても、その原因や必要な対応がわからないまま、運動を続けてしまうことも少なくありません。部活動の指導者から相談を受けることもありますが、特に子どもの場合には、痛みを感じていても自分からは指導者に言えずに、我慢しているケースが見受けられます。痛みを我慢して無理を続けると、復帰までに時間がかかるだけでなく、けがの悪化や長期化を招くことがあるため、日頃から様子を見ている指導者や保護者などの気づきも重要です」（鷹取先生）

競技生活を長く続けるためにも、日々の生活の中でスポーツを楽しみ、生活の質を向上させるためにも、年齢にかかわらず体の痛みやけがを見逃さず、早い段階で適切な治療につなげることが大切です。早めに受診して治療を開始すれば、体の状態に合わせて無理のない復帰をめざすことにもつながります。

「患者さんには、つらい時は我慢をしないでほしいです。年齢や競技レベルにかかわらず、一人ひとりに寄り添った治療を通じて、またスポーツを楽しめるように支えていきたいですね」（鷹取先生）

■ 柔道日本代表チームにスポーツドクターとして帯同

東海大学医学部付属八王子病院整形外科には専門医が多数在籍していて、鷹取先生は肩関節を専門としています。日本スポーツ協会公認スポーツドクターの資格を持つ鷹取先生は、長年柔道に取り組んできた経験を生かし、柔道日本代表チームにドクターとして、世界選手権など国際大会への海外遠征に帯同しています。

スポーツドクターはスポーツに特化した治療を行う医師で、選手やスポーツ愛好家のけがの予防･治療や健康管理、競技復帰に向けたリハビリ指導やメンタルケアまでを行います。柔道の国際大会に帯同する際には、減量が必要な選手の体調管理や、スタッフの健康管理も担当します。また、国内で開催される柔道大会には大会ドクターとして参加することもあります。

「国際大会だと、水が合わないなどで体調を崩すこともおこり得ます。できる限り選手に寄り添って、試合で選手が力を発揮できるように努めています」（鷹取先生）



2022年8月にエクアドル･グアヤキルで開催された柔道世界ジュニア選手権大会にも、日本代表チームのドクターとして帯同



東海大学医学部付属八王子病院
病理診断科 教授・医長
田尻 琢磨 先生

病理医

病院を訪れる患者さんを診察するのは、臨床医と呼ばれる医師です。しかし病院には、患者さんを直接診察しない病理医という医師もいます。病理医の仕事は、患者さんから採取した組織や細胞の異変を調べ、病気の有無や性質を診断することです。がんの確定診断をはじめ、病理医は見えないところで病院の診療の精度や質を支えています。

病理医がいることで より適切な治療が可能に

臨床医が診察や治療を行う一方、病理医は検体を通じて診療を支えます。具体的には、患者さんから採取した組織や細胞を染色して顕微鏡で観察し、病変の状態を詳しく評価します。病理医の仕事は下の表のように組織診断、細胞診断、術中迅速診断、病理解剖の4つに大きく分かれます。

さらに、東海大学医学部付属八王子病院では病理医が臨床医のカンファレンスにも積極的に参加し、適切な治療方針の決定にも関わっています。

「組織診断や細胞診断の結果などから、患者さんごとに病理医ならではの意見を臨床医にも伝えています。患者さんにとって、より適した医療につなげることができます」（田尻先生）

病理医の主な仕事

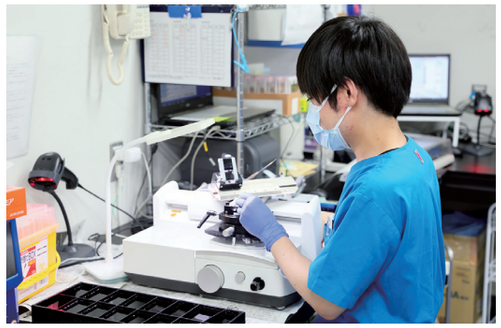
組織診断	患者さんの病変組織を顕微鏡で検査し、良悪性などを診断する。
細胞診断	痰や腹水などを調べ、肺や臓器にがんがあるかどうかを検査する。
術中迅速診断	患者さんの病変組織を手術中に検査し、結果を手術に反映する。
病理解剖	亡くなった患者さんを解剖し、死因や治療の妥当性を検討する。
＋	
カンファレンス参画	臨床医のカンファレンスに参加し、治療方針の決定に参画する。

がんの確定診断を行い 早期発見を支える病理医の仕事

病理医の特に重要な仕事の1つが、がんの確定診断です。患者さんやその家族へのがんの告知は臨床医が行うため、がんの確定診断も臨床医が担っていると思われがちですが、実は病理医の仕事です。

がんの確定診断には、組織診断が必要です。画像診断や内視鏡検査でがんの疑いのある病変が見つかった場合、まずその組織の一部を採取します。がんかどうかを確定するには、顕微鏡で検査するための標本を作成し、病変を詳しく調べる必要があるからです。

まずは採取した組織から、顕微鏡で確認すべき部分を切り出す「切り出し」を行います。その後、切り出した組織をパラフィンのブロックに埋め込む「包埋」、薄く切り出す「薄切」、顕微鏡で見るための「染色」の工程を経て標本を作り、顕微鏡で良性か悪性かを調べる「鏡検」を行います。



組織を「包埋」したパラフィンブロックを「薄切」する臨床検査技師。数μm程度の薄さにまで削いでいく



「染色」を終えた標本の「鏡検」を行う田尻先生。顕微鏡でのぞいた細胞の様子は、モニターにも映し出される

顕微鏡はモニターにも接続されていて、複数人で画像を確認しながら検討することが可能です。細胞の形態を注視し、腫瘍が良性なのか悪性なのか、もし悪性のがんである場合はがんの性状やどのステージなのか、がんが採り切れているか否かを診断します。

「ただ、組織診断で調べられるのは採取した組織に限られます。そのため、組織診断の前に細胞診断を行うことも少なくありません。細胞診断では、より広い範囲からがん細胞があるかどうかを見つけ出すことができます。国内では病理医が不足気味で、不在の病院もある中、当院では5名の病理医が日々検査・検討を行っています。患者さんの顔は見えなくても、がんを絶対見逃さず、早期治療につなげたいという強い気持ちで日々診断に向き合っています」（田尻先生）

東海大学医学部付属八王子病院
病理診断科

病理医5名、臨床検査技師10名の体制で、がんに関係するあらゆる診療科と連携して、がんの確定診断に臨んでいます。当院では臨床検査技師のうち8名が細胞検査士の資格を取得し、「細胞診断」ではほぼ全ての工程を担当しているのも大きな特徴です。



田尻先生（手前）と病理診断科のスタッフ

けんこうさろん NO.232　2026年7月31日発行
編集・発行／株式会社ジェー・シー・シー　〒160-0022　東京都新宿区新宿6-6-1　新宿石井ビル4階　TEL.03-3350-1741

［発行予定についてのお知らせ］
『けんこうさろん』の今後の発行予定についてお知らせいたします。次号NO.233は2026年冬頃に発行予定です。
今後とも『けんこうさろん』をよろしくお願い申し上げます。

本誌内容についてのご意見等は、株式会社ジェー・シー・シー内『けんこうさろん』係までお寄せください。なお、郵送をご希望の方は、お名前・ご住所・電話番号を明記の上、切手［1回分200円］を上記 株式会社ジェー・シー・シー『けんこうさろん』係宛にお送りください。

下記のURLにアクセスすると、『けんこうさろん』のバックナンバーがインターネット上で閲覧できます。
http://www.jcc99.co.jp/service/kensalon.html



■ネットワークグループ

東海教育産業株式会社
山王総合株式会社
望星サイエンス株式会社
株式会社望星薬局
株式会社中央堂薬品
エィチ・ビーアンドシー株式会社
株式会社セゾオン
株式会社東海ソフト開発
石狩スポーツ企画株式会社