

特定非営利活動法人 国際生活習慣病フォーラム主催

生活習慣病学術講演会

「生活習慣病への挑戦」

日時：平成28年2月13日（土）：午後2時30分—5時
場所：持田製薬株式会社 本社内「ルークホール」
東京都新宿区四谷1-7

林クリニック：03-3956-2090

NPO事務局：フィンガルリンク株式会社

健康ネットワーク事業部：03-6802-7199

ご挨拶

このたび特定非営利活動法人国際生活習慣病フォーラム主催の学術講演会を開催させていただきます。当法人は平成18年8月に設立し、東京都の認可を得たものです。この間、年1回の研究会・講演会・治験活動を行ってまいりましたが、健康志向の世の中の動きを鑑みて当法人の活動を強化することとなりました。学術集会、研究開発事業、生活習慣病関連啓発事業等を行います。

さて、生活習慣病とは、食事や運動、ストレス、喫煙、飲酒などの生活習慣が影響して発症する病気の総称ですが、糖尿病、高血圧症、脂質異常症、肥満、心臓病、脳卒中、がんなどが当てはまります。近年は対象の患者さんが増加し社会的な関心が高まっているのは皆様のご存知のとおりです。

今回、第一線で日常臨床や研究活動を行っている先生方の講演をお願いすることになりました。どうか実りある有意義な学術集会となりますよう心から願っております。

平成28年2月13日

特定非営利活動法人国際生活習慣病フォーラム
理事長 林 滋

特定非営利活動法人国際生活習慣病フォーラム主催 生活習慣病学術講演会目次

- 2 : 3 0 理事長挨拶：林 滋 先生
- 2 : 3 5 ~ 座長：林 滋 先生
- 1 「総合診療医が診る糖尿病の診断と治療」
日本大学医学部内科学系 総合内科学分野準教授 笠巻祐二 先生
- 2 : 5 5 ~
- 2 「IMT、CAVIにより層別化した動脈硬化性疾患における9年間観察後の死亡率と原因疾患の解析」
特定非営利活動法人国際生活習慣病フォーラム理事長、
林クリニック院長 林 滋 先生
- 3 : 1 5 ~ 座長：山口秀樹 先生
- 3 「生命、老化、腎臓」 はせがわ内科クリニック院長
昭和大学医学部客員教授 長谷川慶華先生
- 3 : 3 0 ~
- 4 「プラスマローゲンと老化」 帝京大学医学部生化学講師 前場良太 先生
- 休憩（10分） 3 : 5 0 ~ 4 : 0 0
- 4 : 0 0 ~ 座長：長谷川慶華 先生
- 5 「高気圧酸素療法から見た低酸素応答
—高気圧酸素療法における低酸素誘導因子の役割—」 威風会栗山中央病院
耳鼻咽喉科、健康管理課 吉田泰行 先生
- 4 : 2 0 ~
- 6 「超音波検査を用いた、肝臓脂肪・内臓脂肪の評価方法について」
国立国際医療研究センター国府台病院副技師長 山口秀樹 先生
- 4 : 4 0 ~ 5 : 0 0 座長：前場良太 先生
- 7 「自然免疫の強化による生涯健康法」
元NPO 法人自然免疫健康研究会 副理事長 梶本庸右 先生

日時：平成28年2月13日（土）：午後2時30分—5時

場所：持田製薬株式会社 本社内 「ルークホール」
東京都新宿区四谷1-7 （下の地図参照：赤い建物です）

「案内図」



1. 総合診療医が診る糖尿病の診断と治療

日本大学医学部内科学系総合内科・総合診療医学分野 准教授
笠巻祐二

2011年の統計によれば、本邦の糖尿病患者は1,070万人され、世界第6位の患者数である。人口の高齢化が進むと今後更に増加することが推測され、もはや国民病といっても過言ではない。糖尿病は様々な合併症を伴い、いくつかの発がんリスクを高める。とくに3大合併症や重大な心血管系合併症を併発するとQOLを損ない、寿命を短縮させることが知られている。このような背景から実地医家にとって、糖尿病患者をいかに的確に診断・治療するかは極めて重要な課題であるが、個々の医師の対応の仕方には若干温度差があるものと思われる。一方、本邦では人口の高齢化が進む中で、様々な疾患を同時に有する患者を診療する機会が増加している。したがって、総合診療医の果たす役割も益々重要になっていくことが予想される。本講演では、総合診療医の視点でみる糖尿病の診療について当院での総合診療医の特徴を踏まえながらご紹介させて頂き皆様のご意見を賜りたい。

2. IMT と CAVI により層別化した高度動脈硬化群と軽度動脈硬化群における 9 年間観察後の死亡率と原因疾患の解析

(医社) 桐心会 林クリニック

林滋

目的：動脈硬化性疾患の頸動脈 IMT と CAVI を測定して、高度動脈硬化群と軽度動脈硬化群に層別化し、さらに血栓症発症のバイオマーカーである D-dimer を組み合わせて脳梗塞発症の高リスク群を選別し得ることを報告した。今回、高度動脈硬化群と軽度動脈硬化群の経年変化を観察し、約 9 年後の死亡数、死亡率、原因疾患、検査データの解析を行った。

方法：対象は 70 歳以上の当クリニック通院中の動脈硬化性疾患 171 名(70-96 歳、平均 78.4 \pm 5.6 歳)から高度動脈硬化群(B)(CAVI $>$ 9,IMT $>$ 1.1mm)52 名、軽度動脈硬化群(C)(CAVI $<$ 9,IMT $<$ 1.1mm)46 名を抽出し、2006 年から 2015 年まで死亡数を観察し、死亡率を算出し、観察開始時の疾患の種別 (HT,CI,DM,HL,IHD)、検査データを死亡例、生存例で retrospective に比較検討した。

成績：①B 群と C 群における 9 年後の死亡者数、死亡率の比較：B 群の生存 33 例、死亡 19 名 (36.5%)、C 群の生存 39 例、死亡 7 例(15.2%; $p=0.017$)であった。B 群の死亡率が有意に高かった。

②B 群内での死亡、生存群における疾患の比較：前者では IHD が多く、HL が少なかった。

③C 群内での死亡、生存群における疾患の比較：前者では CI, IHD が多かった。

④B,C 群内での死亡、生存群の CHADS2 値の比較：B 生存；2.4 \pm 1.2,B 死亡；3.3 \pm 1.3,C 生存；1.2 \pm 0.9,C 死亡；2.7 \pm 0.8 で、B 生存/B 死亡 ($p<0.05$)、B 死亡/C 生存 ($p<0.001$)、C 生存/C 死亡($p<0.001$)、で有意に差があり、B 生存/C 死亡で差はなかった。

⑤B 群内の死亡、生存例の検査値の比較：B 群死亡で LDL が高く、Cr が高めであった。

⑥B 群、C 群において 9 年間の観察中に亡くなった死因を比較した。B 群では、がん 5、心臓死 4、肺炎 3、老衰等 3、脳血管死 1、腎不全 1、不明 2、一方 C 群では、がん 2、肺炎 2、その他 1、不明 2 であった。

結語：①頸動脈 IMT と CAVI により層別化した高度の動脈硬化群は軽度の群よりも 9 年後の死亡率が約 2 倍で、CHADS2 値が高い方が死亡率が高かった。②死因の解析では動脈硬化関連死がやや多めであったが、がんや肺炎も多かった。③IMT, CAVI で層別化された高度動脈硬化群の高齢者は、基礎疾患の治療とともに、がんや肺炎の早期発見や治療が特に重要である。

3. 生命、老化、腎臓

はせがわ内科クリニック院長、昭和大学医学部客員教授

長谷川慶華

ヒトの一生は“生老病死”として例えられる。ところで生とは何か、そして生命の根源にあるものは何か？老化はどうして起きるのか？など、今回馬齢を重ねながらもなお生き、医学医療に我がエネルギーの大半を費やして携わって来た者として、どうしてもその知の一端を極めたいと考えた。特に日々一般内科の診療や血液透析を受けている患者さんを頻りに診ている中で、彼らをよりよく診てあげるためにはもっと基礎的に勉強しなおす必要を感じた。就中小生が長い間主に勉強して来た腎臓という臓器が関わる生命機構や老化に関与するメカニズムの一端にも思索してみた。今回はその手始めにリン(P)を調節する器官としての腎臓が腸管、骨、副甲状腺との連関において regulate し生体活動を維持する機構につき考えた。最近繊維芽細胞増殖因子 (FGF23) あるいは老化抑制遺伝子として *klotho* 蛋白の意義が明らかになってきているが、あらためて生老病死に関わる腎というもの存在には驚かされる。

4. プラスマローゲンと老化

帝京大学医学部生化学講座・講師 前場良太

老化は生活習慣病のリスク因子であるが、具体的な関与のしくみについてはまだ十分にわかっていない。免疫系の衰弱や酸化傷害の蓄積、テロメアなどの遺伝的要因など、さまざまな老化仮説がある中で、生活習慣病に共通する酸化ストレスや慢性炎症と老化・加齢を結びつける生体物質として、我々はプラスマローゲンとよばれるリン脂質に着目している。

我々の体の中の“あぶら”では、中性脂肪やコレステロールが有名であるが、リン脂質は体を構成する数十兆個の細胞の膜をつくる主要な“あぶら”で、そのリン脂質の2割程度をプラスマローゲンは占める。プラスマローゲンは抗酸化能や抗炎症作用を有するリン脂質で、生体膜や血液リポ蛋白質の酸化防御に機能すると考えられている。プラスマローゲンは他のリン脂質とは異なり、ペルオキシソームとよばれる細胞内器官を経て合成されるが、この器官は生体内での酸化反応やラジカル消去に関わり、加齢でその数や活性が低下することが知られている。

本演題では、我々が行った臨床観察研究を通して、動脈硬化や腎不全、認知症と血液プラスマローゲンとの関係について紹介する。

5. 高気圧酸素療法から見た低酸素応答 —高気圧酸素地用における低酸素誘導因子の役割—

威風会栗山中央病院耳鼻咽喉科・健康管理課
吉田泰行

耳鼻科医として突発性難聴の治療として長らく行ってきた高気圧酸素治療（通称「高圧タンク」）は未だ一般になじみが薄く、臨床の医師からも理解が十分に得られてはいないように感じている。そこで、この機会に此の治療法の概略を示し、又其の途中で出会ったいろいろな問題と言うより関心事について提示し今回の話題としてまいりたい。

下等な微生物や最近発見された深海無酸素環境に生息する生物は別として、地球上に生きる人間を初めとする通常の生物は酸素を消費して生存の為のエネルギーを得ている。しかし液体中（主として血漿の水分中）の拡散のみでは十分な酸素を得ることができず、進化の過程で呼吸・循環器系に跨る酸素運搬の仕組みを作り出している。例えば、人間および脊椎動物では酸素濃度の高い肺で酸素と結合し、酸素濃度の低い末梢組織で酸素を放出するメカニズムが出来ているが、（ヘモグロビン結合酸素）それは1気圧、1013hpの場合であり、ヘンリーの法則に従えば圧力が高くなればなるほど血漿中の水分に溶け込む酸素は多くなり（溶存酸素）何処迄も増えて行く。結合酸素の代わりにこの溶存酸素を使って酸素運搬を目論むのが今回お話しする高気圧酸素治療の要諦である。

一方ではこのヘモグロビンのコントロールには酸素濃度を中心として様々な機転が働きそれを利用してのスポーツ・トレーニング等（高所トレーニング）にも使われている。又、圧力の低下で生じた水泡の再圧による吸収消去は減圧症治療に使われ高気圧酸素治療のもう一つの大きな存在意義となっている。更にはその大本になる酸素濃度の低下を感知し反応する機転も進化してきており、今はやりの低酸素誘導因子の話題も尽きない。此の様な壮大なメカニズムに関しては、不勉強の小生にしては不相応の大きすぎるテーマではあるが、高気圧酸素治療の一端を習ったものとして浅学非才を顧みず敢えて提供し本日御参集の先生方の話題として供した。

6. 超音波検査を用いた、肝臓脂肪・内臓脂肪の評価方法について

国立国際医療研究センター国府台病院中央検査部
日本超音波検査学会理事 山口 秀樹

メタボリックシンドローム (Mets) を代表とする生活習慣病において、体内脂肪量を評

価することは、食事・運動・薬剤療法などの治療効果判定に有用とされている。

その判断材料は、①脂肪肝における脂肪沈着のパターンが、治療前後でどのように変化 (改善) したか? ②任意断層面における内臓脂肪の厚さがどのように変化 (改善) したか? を画像的に判断することである。

今セッションでは、脂肪肝における脂肪沈着のパターンを供覧するとともに、脂肪沈着の評価ポイントを解説する。加えて、超音波検査を用いた内臓脂肪厚の評価ポイントを供覧するとともに、治療前後での内臓脂肪厚の変化 (改善例) を提示する。

これら、超音波検査を用いた体内脂肪量の評価方法 (簡易評価法) は、比較的安価・容易に施行することが可能であり、一般診療の場で普及することが望まれる。

7. 自然免疫の強化による生涯健康法

元 NPO 法人自然免疫健康研究会 副理事長 梶本庸右

免疫は、自然免疫系と獲得免疫系とに大別されます。ワクチンの発見後、主として獲得免疫について研究がなされ、多くの伝染病の予防がなされてきました。自然免疫は、もともと体に備わった外敵に対する生体防御機能であり、最近がん治療や予防のみならず、健康の維持に自然免疫の重要性が認められてきました。

免疫系の働きが詳細に解明され、免疫能の低下が健康維持の阻害や、病気の予防や回復を遅らせ、がんや肺炎での死亡率の増加に関係していることが明らかになっています。

過去60年間で日本人の平均寿命が約20歳長くなり、高齢化が進んでいる一方、加齢により免疫の低下が顕在化してきました。折角平均寿命が延びたのですが、人の手を借りないで、ひとりで自立した生活を送ることが出来る期間の寿命、すなわち健康寿命は10年以上短いのが大問題です。

皆さんの健康寿命にとっても自然免疫の強化が大切であることは明らかです。自然免疫の強化を行う方法が注目されています。その一つに安全なパン酵母から得られる多糖類化合物である、パン酵母ベータグルカン（グルコポリサッカライド）が、免疫担当細胞である白血球、中でも好中球の活性化に有効であることが分かりました。健康食品として世界的に実用化が進展しつつあります。最近皆さんのひとりひとりの免疫力レベルを判定する方法が見つかり、毎日摂取することで自然免疫の向上改善がなされることが確認実証されました。

また、医薬品としてパン酵母ベータグルカンの注射剤を最新の抗体抗がん剤と併用することにより優れた抗腫瘍効果を発揮することが見いだされました。現在、転移性の大腸がんの治療に対する臨床試験が最終段階の第三相臨床試験段階に達しています。がん遺伝子の一種が変異した大腸がんは30%近くあり、これまで効果的な治療方法が見つかっていないのです。抗体抗がん剤との併用による抗腫瘍効果が臨床試験で確認中であり、遠からず海外では画期的な抗がん剤として承認されて実用化されると予想されます。

健康食品として実用化が始まっているパン酵母ベータグルカン製剤は、医薬品として臨床試験中の注射剤と同じように自然免疫の強化効果が発揮されることが明らかにされています。健康食品としてパン酵母ベータグルカン製剤を毎日摂取することは、免疫健康維持方法の一つでもあり、生涯健康の維持と日々の快適な生活の増進に役立つ方法です。アンチエイジングではなく免疫健康によるスマートエイジングこそが健康の秘訣です。