

# 医科研病院だより



第31号

発行：東京大学医科学研究所附属病院  
平成28年4月15日  
〒108-8639 東京都港区白金台4-6-1  
代表電話03-3443-8111  
ホームページ <http://www.transrec.jp/>

## CONTENTS

1号館耐震改修工事に伴う病院へのアクセスルート等の変更について…	1
すこやか・カフェ…	2
栄養サブリ 特集：糖尿病教室…	3
なんでも・ひろば…	4

## 1号館耐震改修工事に伴う病院へのアクセスルート等の変更について

事務部病院課

1号館の耐震改修工事が始まりました。(工事予定期間：平成28年4月～平成29年3月)

1号館耐震改修工事の範囲は、1号館の西側（西ウイングから）中央部分までの広範囲（図「工事エリア」）となります。工事エリアの仮囲いの設置に伴い、正面玄関（時計台下）からの出入りができなくなる予定です。そのため、正面玄関にある「守衛室」の移転を予定しています。

守衛室の移転日については、正式に日程が決まり次第、改めて通知させていただきますので、ご了承のほどよろしくお願いいたします。

なお、警備室の仮移転に伴い、患者さん等の病院棟へのアクセスルートが東側玄関のルートに変更（図：赤点線）となりますので、ご了承のほどよろしくお願いいたします。

また、耐震改修工事期間中は、駐車可能台数が少なくなりますので、公共交通機関によるご来院にご協力をお願いいたします。

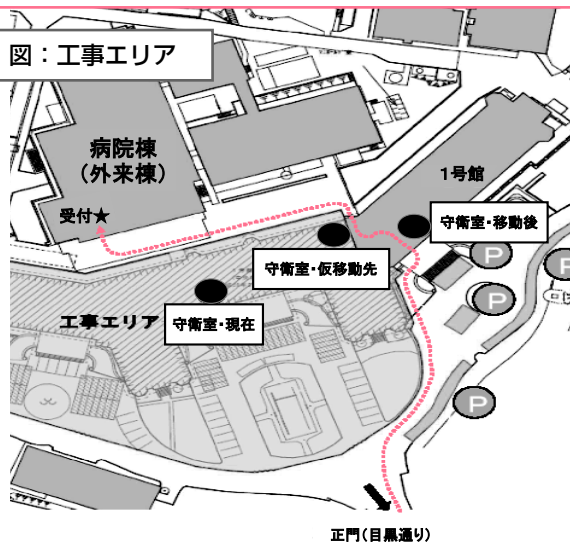
1号館の耐震改修工事期間中は、ご不便とご迷惑をお掛けいたしますが、ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。

### 《仮囲いの設置予定》

西側部分：平成28年4月中旬から  
中央部分：平成28年5月から

### 《守衛室の移転予定》

仮移転場所：1号館中央屋外ルート付近（時期：平成28年5月頃から7月頃）  
移転場所：東側玄関（時期：平成28年7月頃）

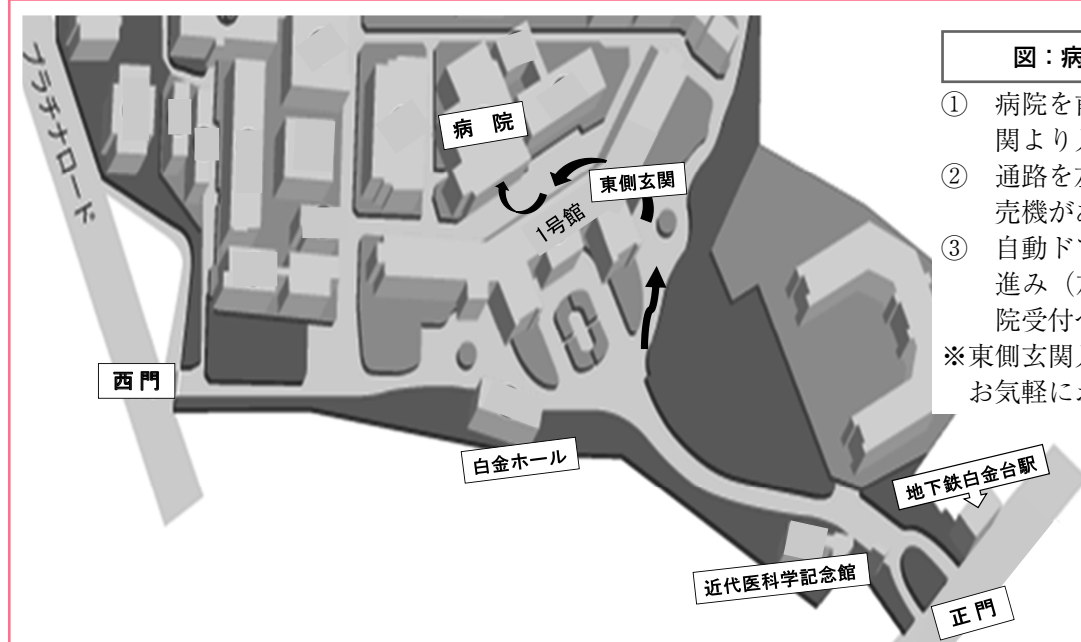


図：工事エリア

### 図：病院棟へのアクセスルート

- ① 病院を前にして右手に進み、東側玄関より入る。
- ② 通路を左に進み、右に手前に自動販売機がある自動ドアが見えます。
- ③ 自動ドアから一旦通路に出て、左に進み（左前に病院が見えます）、病院受付へ。

※東側玄関入口にも警備員がおります。  
お気軽にお訊ねください。



# すこやか・カフェ



## 臨床試験はなぜ「くじ引き」か - 「ランダム化」の意味

TR・治験センター 生物統計・データマネジメント部門  
特任講師 野島 正寛

医科研病院では、いくつかの「臨床試験」が行われており、みなさまにもご協力いただいております。臨床試験の主な目的は、2つ（それ以上のこともあります）の治療法の効果を比較することです\*1。特に、新しい治療法が開発されたときには、それが既存の治療と比較してより高い効果を持つのかどうか、調べなくてはなりません。また、2つの既存治療のうち、どちらがより効果があるのかははっきりしていない場合もあります。そのようなときにも臨床試験は行われます。

臨床試験に参加すると、多くの場合「ランダム化」といって、2つの治療法のうちどちらに割り当てられるかはランダム、すなわち、くじ引きのような形で決められます\*2。

なぜこのような方法が必要なのでしょう？

例えば、医師と患者が話し合っ、好きな治療を選んだ場合にはどうなるのでしょうか。

比較する2つの治療が、従来の治療よりも効果が高いと予想される「新しい治療」と、従来から使われている効果や安全性の確立した「標準治療」、だったとします。好きなように選べる場合、「新しい治療」には、高い効果を期待してもともとあまり良い状態ではない患者さんが多く参加するかも知れません。例えば、より血圧の高い方、よりコレステロールの高い方、といった方たちです。逆に、「標準治療」の方には、こうした方たちよりも少し病状の良い方、例えば、少しだけ血圧が高い、といったような方が多く参加されるかも知れません。「そこまで悪いわけでもないし、使い慣れたお薬にしておこう」、といった理由からです\*3。

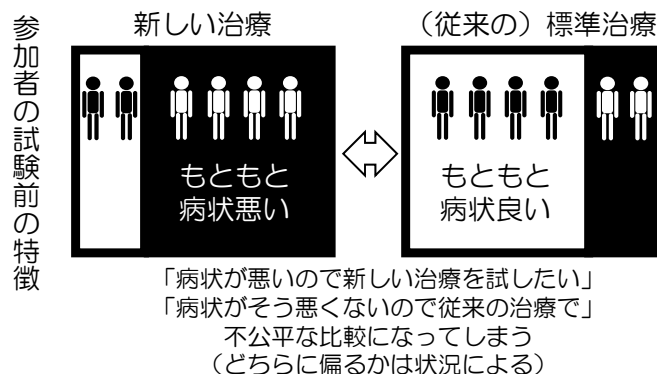
しかしながら、このような形で患者さんのバランスに偏りが出てしまうと、見かけ上、本当は効果が高いはずの「新しい治療」の効果が、「標準治療」と変わらないように見えてしまうことがあります。そして、もっとひどい場合には、結果が逆転してしまいます。具体的には、もともと血圧が高い方ばかりになってしまったので治療して血圧が下がっても「高血圧」のまま、一方では、もともと血圧が少しだけ高い方が多いのですぐに「正常血圧」になった、などといった状況が考えられるわけです\*4。これでは、本当は効果が高い「新しい治療」の効果が低く見積もられてしまい、せっかくの臨床試験の目的が果たせなくなってしまいます。

「ランダム化」をすると、このような患者さんの偏りをなくすることができます。そのため、2つの治療法の効果を正確に比較するためには、欠かせない手法となっているのです。「新しい治療」と「治療効果」に加え、「患者さんの偏り」のような、第三の要因が関心のある2つの要因(♯)

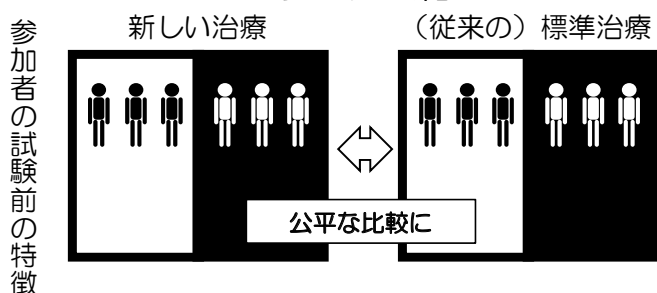
(♯)に影響を与えることを「交絡(こうらく)」といいます。「バイアス(日本語で「偏り」)」という言葉をご存知の方もいらっしゃるかもしれませんが、交絡はバイアスの要因の一つ。統計学において非常に重要な概念であり、データが氾濫(はんらん)する世の中においては、知っておいて損のない、生活にも役立つ考え方だと思います。

このように臨床試験では、一般的にはなじみのない方法がとられることがあります。新しい治療の効果を正確に調べるには欠かせない、極めて重要な方法なのです。

### 好きなように治療を選ぶと・・・



### ランダム化

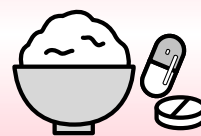


註：

- \*1 新薬開発の初期段階では、1種類の治療法のみを対象とし、安全性を評価する試験が行われます。ランダム化比較試験が行われるのは主に最終段階になります。
- \*2 無作為化(むさくいか)とも呼ばれます。コンピューターなどで乱数を発生させ、それに基づいて治療法が「割り付け」されます。
- \*3 新しい治療に割り付けられなかったとしても、従来の医学で十分な治療効果を持ち、安全性も確立した治療が行われますので、ご安心下さい。
- \*4 実際には、ランダム化が行われない、臨床試験には該当しない研究においても、治療前の値を考慮し、偏りを打ち消すような統計学的な工夫がなされます。

# 栄 養 サ プ リ

特集：糖尿病教室



## 糖尿病教室の御案内

検査部・先端診療部 医師 磯尾 直之

こんにちは。当院で糖尿病教室を担当しております磯尾直之と申します。今回は栄養管理室が担当している「栄養サプリ」の紙面をお借りして、「糖尿病教室」を御案内いたします。糖尿病教室は糖尿病診療をおこなっている多くの病院で患者さん向けに開催されていますが、当院でも2006年4月から月一度の頻度で（原則第4火曜日午後、「お食事会」の場合は第4水曜日昼に）実施しています。

糖尿病の治療にあたり、患者さん自身が糖尿病に対する正しい知識をもって自己管理することが特に重要です。糖尿病は単に医師が処方した薬を内服すれば治る、というのではなく、食事療法や運動療法を長期にわたって継続する努力などが求められます。

自己管理のために患者さんが習得すべき知識はかなり多岐にわたります。私たちスタッフも、通常の外来診療中に可能な限りこれらを御説明していますが、残念ながら時間的な制約のために十分なことができないのが現状です。

これを補うのが「糖尿病教室」です。是非これだけは患者さんに理解して頂きたい、という知識のエッセンスといってもよいでしょう。

当院の糖尿病教室は、毎回、例えば「糖尿病の合併症について」といったテーマを決めて、これに関連して医師、管理栄養士、看護師、薬剤師などが各々の観点から10～20分程度のお話をするという形式でおこなっています。質疑応答の時間も設けていますが、お話の途中での質問も歓迎しています。一年を通して必要な知識が一通り習得できるようにプログラムを組んでいますが、これとは別に、年に3回は「お食事会」として、かたい話抜きに雑談を楽しんで頂いています。

医学・医療は日進月歩であり、糖尿病診療もその例に洩れられません。従いまして、我々の糖尿病教室の内容も、年々少しずつ改訂を加えています。長年毎回御出席下さっている患者さんもいらっしゃると思います。同じテーマを扱っても決してマンネリズムに陥らないよう、スタッフ一同工夫してまいります。

2016年度糖尿病教室の予定を末尾に御紹介しますので、御参照ください。参加御希望のかたは担当の医師、または看護師、管理栄養士にお申し出ください。多くのかたの御参加をお待ちしております。

紙面が余っているようですので、「栄養サプリ」の項目にふさわしく、サプリメントのお話を少々いたしましょう。市販されているサプリメントのなかには、医療用医薬品として病院から処方されるものと同一の成分を含むものがあります。代表的なものが各種ビタミン剤や「血液をサラサラにする」といわれるエイコサペンタエン酸（EPA）、ドコサヘキサエン酸（DHA）でしょう。EPAやDHAは、 $\alpha$ リノレン酸（ALA）とともに「オメガ-3脂肪酸」と呼ばれる一群の必須脂肪酸に属しており、人体に摂取されたALAの10～15%（ $\mu$ ）

（ $\mu$ ）が体内でEPAさらにDHAに変換されるといわれています。EPAやDHAは血液の脂質異常症の改善、抗血液凝固作用、赤血球膜の柔軟化といった効果があり、結果としてEPAが動脈硬化症の進展を抑制することが知られています。EPAやDHAは魚介類食品、特に青魚に多く含まれ、またALAはエゴマ油（ゴマ油ではありません。福島県名産のシソ科植物の油です。）やクルミ等に豊富なようです。

魚の可食部100gに含まれるEPA、DHA

	EPA(g)	DHA(g)
まさば	0.7	1.0
たいせいやうさば	1.6	2.3
しおさば	0.9	1.5
鮭	0.2	0.4
銀鮭	0.7	1.2
塩鮭	0.7	1.1
まあじ	0.3	0.6
あじ開き干し	0.4	1.0
まいわし	0.8	0.9
めざし	0.9	1.4
子持ちがれい	0.8	0.4
銀だら	0.5	0.3
きんめだい	0.3	0.9
さわら	0.3	1.1
さんま	0.8	1.6
まぐろ・とろ	1.5	3.2
まながつお	0.2	1.6
ぶり	0.9	1.7

「日本食品標準成分表2015年版(七訂)脂肪酸成分表編」より作成

厚労省はDHAとEPAをあわせて1日1g以上の摂取を推奨していますが（「日本人の食事摂取基準」）、毎日魚を食べるのでもなければこの摂取目標量をクリアするのは必ずしも容易ではありません。特に食生活に偏りのある人がEPA/DHAのサプリメント製剤を補助的に用いることは意味があるかもしれません。

ただし、一定量以上のEPA/DHAの摂取は出血傾向を助長する可能性があり、消化管の内視鏡検査や手術をおこなう場合は、7～10日前からEPA/DHA製剤の内服を止めるのが一般的です。これらをサプリメントとして摂っている人が、内視鏡検査時に出血がなかなか止まらなかったという事例を聞くこともあり、使用中のサプリメントの情報は是非とも担当の医師にお伝えいただけるよう、お願いする次第です。

## 2016年度糖尿病教室年間スケジュール

	日付	時間	内容	担当
4月	26日(火)	13:30～14:30	糖尿病とは	医師・看護師・管理栄養士
5月	25日(水)	12:00～14:00	お食事会	管理栄養士
6月	28日(火)	13:30～14:30	食事療法と運動療法	管理栄養士・理学療法士
7月	26日(火)	13:30～14:30	糖尿病と薬物療法	薬剤師
8月			休講	
9月	27日(火)	13:30～14:30	糖尿病と薬物療法合併症	医師・看護師・薬剤師
10月	26日(水)	12:00～14:00	お食事会	管理栄養士
11月	22日(火)	13:30～14:30	糖尿病と薬物療法 シックデイ(=病気の時)	医師・看護師・薬剤師
12月	20日(火)	13:30～14:30	年末年始の過ごし方	医師・管理栄養士
1月	24日(火)	13:30～14:30	糖尿病と歯周病	医師・歯科衛生士
2月	22日(水)	12:00～14:00	お食事会	管理栄養士
3月			休講	

会場：病院棟5階ラウンジ（受付脇のエレベータでは上がりません。奥にあるエレベータをご利用ください）

※料金：集団栄養指導料80点（1割負担の方で80円、3割負担の方で240円）食事会の時は、別途食事代を当日徴収いたします。  
 ※通常は火曜日ですが、食事会の場合は水曜日の開催となります。  
 ※8月と3月は調整期間とさせていただきます。  
 ※食事会の参加をご希望の方は、1週間前までに栄養管理室または外来にて予約をお願いします。  
 ※ご予約の際は、**栄養管理室5449-5227**または**代3443-8111**より外来へお問い合わせください。

東京大学医科学研究所付属病院 糖尿病教室

# なんでも・ひろば



## 鉄道趣味は役に立つ! ?

血液腫瘍内科 内丸 薫

これまで2回は私の趣味と題して、鉄道と登山の話を書いてきました。そこで今回は、鉄道趣味は役に立つ! というタイトルのお話です。

話は、まだケータイもネットもメールもなく、もちろんラインなんてなかった頃のことです。今回のお話には新幹線の列車電話が登場します。この時代は新幹線に列車電話というのがあって、列車に電話をかけて、乗車中の乗客を呼び出すというサービスがありました。私と同世代くらい以上の方は、新幹線の中で電話室から乗客を呼び出すアナウンスがよく入っていたのを懐かしく思い出す方も多いのではないのでしょうか。20数年前、私が担当していた白血病の女子大生の女の子が、ある日急変して心肺停止となりました。直ちに心肺蘇生をして一命を取り留め、ご家族にご連絡をとということで、お父さんの勤務先に電話をかけましたが、あいにく山口支社に出張とのこと、事情を話して連絡先を聞き電話をかけ直すと、たった今、東京に帰るために出たとのことでした。場所からしてきっと小郡駅(現・新山口)から新幹線に乗るだろうとにらみました。

当時はまだ「のぞみ」はなく、東京直通の「ひかり」で小郡に停まるのは1時間に1本程度と知っていたので、乗る列車が特定できるだろうと思いましたが病院には時刻表がありません。そこで近くの国鉄(JRになる前です)の駅に、該当する時間帯に小郡に停車する東京行きひ(ノ)

(ノ)かりについて電話で聞きました。「そんな対応はしてません」と言うので、「人の命がかかっているんだ! つべこべ言わずに調べろ!」と怒鳴りました(若かったですね、汗顔の至りです)。私の剣幕に気おされたのか、「ちょっと待ってください」と言って調べてくれ、その列車に電話をかけると、やっぱりお父さん乗っていました。

この3月で医科病院を退職し、研究部門に移動します。30年の臨床医生活を振り返り、つらいこと、苦しいこともありましたが、病気という人生の一大事に立ち向かう患者さんに微力ながらお手伝いさせて頂くことでたくさんのドラマに立ち合わせていただきました。本当にいい仕事を選んだと思っています。これまでのすべて患者さんに祈りと感謝をささげて拙稿を終わらせて頂きます。ありがとうございました。



## ◆病院からのお知らせ◆

- 臨床検体の取扱いにつきまして  
当院での保存・追加採取検体を用いた臨床研究名をお知りになりたい方は  
[http://www.ims.u-tokyo.ac.jp/ore/IMSUT\\_ORE\\_7.html](http://www.ims.u-tokyo.ac.jp/ore/IMSUT_ORE_7.html)  
をご覧ください。

## 東京大学医科学研究所附属病院・ご利用案内

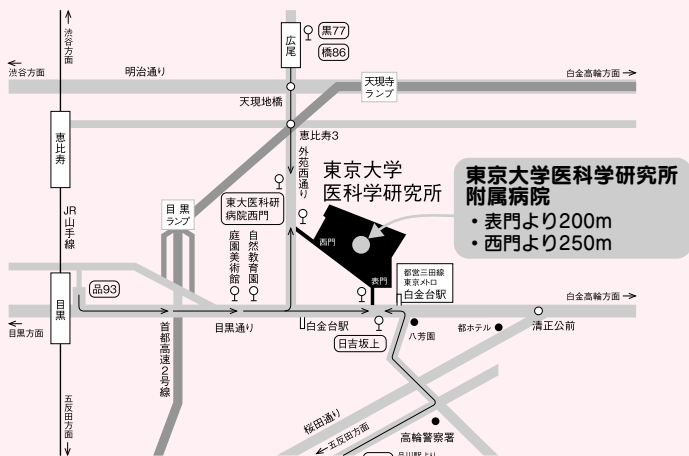
### 診療科

内科(総合、血液腫瘍、感染症、アレルギー・免疫、代謝・内分泌、循環器、消化器)

小児科(小児細胞移植)

外科(一般、腫瘍、消化器、乳腺)、整形外科(関節)

脳腫瘍外科、放射線科、麻酔科、遺伝相談



### 外来診療日

月曜日～金曜日(祝日および年末年始を除く)

### 診療受付時間

8:30～11:30(初診・再診)

12:30～16:00(再診のみ)

※予約時間の15分前までに受付にお越しください。

(確実にご受診いただくために、ぜひ予約をお取りください)

予約専用電話(予約受付および変更)

診察: 03-5449-5560

検査: 03-5449-5355

受付時間 8:30～17:00(外来診療日のみ)

### アクセス

- 東京メトロ南北線・都営地下鉄三田線で「白金台駅」下車
  - JR山手線目黒駅東口から都バス品93大井町競馬場行で「白金台駅」下車、あるいは都バス黒77千駄ヶ谷行か橋86新橋駅行で「東大医科研西門」下車、または駅より歩いて約15分、タクシーで約5分(1メートル)
  - JR品川駅から都バス品93目黒駅行で「白金台駅」下車
  - 東京メトロ日比谷線広尾駅から都バス広尾橋から黒77または橋86目黒駅行で「東大医科研病院西門」下車
- ※患者専用駐車スペースも数台分ございます。ご利用は受付にお申し出ください。