

心・体・暮らしに寄り添う クリニックちくさヒルズ通信 NO.36

今号では皆さんに耳寄りな お話をしましょう！ それは…

2024年2月号

最近「**老化細胞**」と言う言葉を耳にする機会が多くありませんか？ サプリメント分野でもここ近年この老化細胞を除去するというコンセプトで、いろいろな商品(薬品)が紹介されています。宣伝文句に左右されず、「**科学的根拠に基づいた**」判断を持つことでご自身の体のコントロールをしていただきたいと言うことで、今号ではこの「**老化細胞**」にスポットを当ててみました。

さて、みなさん、誰も年老いても心臓や脳、筋肉など体のあちこちを若替えさせることができたという思いを持つことが多くありませんか？ 今、それが長寿研究の大きなテーマになっています。その一つが、「セノリティクス(老化細胞除去薬)」の研究開発です。老化を意味する「セネセンス」と対抗を意味する「リリティクス」を合わせた合成語で老化防止を意味する言葉です。人の体は加齢とともに老化します。生きている限り老いからは逃げられないのです。私たちの体内には、細胞が老化する現象があります。細胞には、分裂寿命というものがあり、数十回で細胞分裂は止まり、「**老化細胞**」として体内に蓄積されていくことが様々な研究から明らかにされています。この細胞は体にとって不要な細胞ですから、異物として認識するほかの免疫細胞が排除してくれますが、歳を重ねていくと一部は残り続け、これが体の中に溜まると、炎症を誘発する物質を出して、老化細胞の周りに慢性炎症を引き起こす細胞が生まれ、これが老化の原因とされていることがわかってきました。今では、長寿研究所や大学の研究所でも老化細胞を効率よく除去する方法を発見し、科学雑誌にも発表されてきています。内容は簡単に言いますと、**老化細胞が生き残る酵素の働きを邪魔する阻害剤を作ることで、体の中に残った邪魔な老化細胞を消すことができる**と言う話です。マウスを使った研究の成果としては、人の体に例えると70歳相当だった体の筋力が40歳相当の筋力に改善したと言えるほどの成果です。同時に動脈硬化や糖尿病などの症状も改善されたデータが示されています。更には、がん細胞が免疫細胞の攻撃から逃れるために細胞の表面に出しているタンパク質が他の免疫細胞にくっついて免疫からの攻撃を受けないようにブレーキをかけ、がん細胞は生き続ける働きをするのですが、このブレーキを外す物質をがん治療薬(オプジーボ)として皮膚や肺がんなどの治療薬として実用化にこぎつけています。ともかく、老化は病気ではなく「未病」つまり、まだ発症はしていないが、健康な状態から悪化の状態になりつつある状態を言いますが、究極の予防医学としての「**老化細胞**」の排除技術に期待したいですね。



当クリニック
林祐司院長

アンチエイジングと聞くと多くの方はそれは美容の世界を
思うかもしれませんが、アンチエイジングとは病的な老化を
なくし、健康に長生きすることが本来の目的なのです。
当クリニックでも保険外診療分野でヘルシーエイジングとして免疫力
向上のための高濃度ビタミン点滴治療、抗酸化作用を増強する
グルタチオン点滴療法、肌の活性化を根本からサポートする
幹細胞治療、ホルモンのバランスを整えるプラセンタ療法など
多様な治療方法を持っています。是非ご相談に
来院ください。



この季節、多いのが骨折！ そのほとんどがあなた自身の不注意・不用意 が原因・・・しかし、適切な治療で機能を取り戻 すことが大切です！

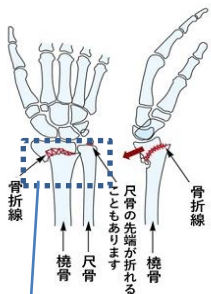
当クリニック整形外科医師
岩田 久 先生

先月下旬に今シーズン最強の寒波に見舞われ、能登半島地震被災者には追い打ちをかけられたような大雪・積雪で厳しい避難生活を続けられてる方がお見えになる一方で、当クリニックにも他の医療機関に掛るために雪降る中を出かけて足を滑らせて「どどこが痛いから診てください」と訪れる患者さんがお見えになりました。

病気を治しに行く目的で出かけたにもかかわらず、新たな病気を背負ってしまったと言う、笑い話にもならない、かわいそうな出来事がありました。

その中のお一人の来院された患者の中には、転んだ時に大けがにならないようにと、手をついて体をかばったのですが、どうも手首に強い痛みがあるとのことでした。この患者さんの診断の結果としては、「**橈骨遠位端骨折(とうこつえんいたんこっせつ)**」と言う診断をさせていただきました。

難しい専門用語ではなく、わかりやすく言いますと、下図の通り「**橈骨**」とは折れている骨の名前で、「**遠位端**」とは折れている部位と言うことです。



日本手外科学会HP「手外科シリーズ」より引用



Colles骨折：遠位の骨が手の甲側に転位します。

この骨折は性別、年代を問わず起こりうることですが、特に多いのが女性で高齢者に多い傾向が強いです。

ご承知の通り、女性は歳を重ねると、骨が弱くなる骨粗鬆症となり、足の付け根とか腰の骨折などが起こりやすいのですが、もう少し若いうちから注意しなければならないのが、この**橈骨遠位端骨折**。今や必ずしも**高齢女性の骨折**とは言えなくなってきました。

このあたりを遠位端と言います

お年寄りの骨折として扱われた時代は、手首が変形した、力が入りにくい、痛みが残って手が動かせない、等々後遺症と思われる症状が残っても、それはやむを得ないと思われてきました。

しかし、今では骨折の状態を詳しく判断評価できるようになり、相まって私たち医者**の技術も向上して**きました。

例えば、手首のギブス固定をして安静治療をしていただいたり、時には最適な手術を行ったり。

また、処置をした後には手の役割を熟知したリハビリ療養士さんによる訓練を行うことで、痛みや変形、動きの制限をほとんど残すことなく**手首の機能を取り戻す**ことができます。

残念ながらこんなケースが起きてしまったら、当クリニックにご来院いただき、適切な治療を受けてください。散歩中に転んだり、自転車で転んだりした場合であっても中途半端な治療で終わらないようにしてくださいね。

健康の知恵袋



私、年末からお正月と家事に追われ働きすぎで、ついに腰を痛めてしまいました。近所の整骨院に緊急避難的に掛ったのですが、先生曰く「**体幹と下肢の関節を柔軟にし、下肢の筋肉を強くする運動をするように**と言われました。その方法がまだ習得できず悩んでいます。今度この通信での説明を希望します。よろしく願います。

広報紙 発行 「クリニックちくさヒルズ通信」
医療法人財団檜扇会 クリニックちくさヒルズ
〒464-0858 名古屋市千種区千種2-24-2
千種タワーヒルズ1F
ご意見はこちらまで info@clinic-chikusahills.com
編集・発行 医療法人財団檜扇会 クリニックちくさヒルズ
編集委員会(原稿責任者 川島和信)
発行日 毎月10日