



## 2026年5月 診療カレンダー

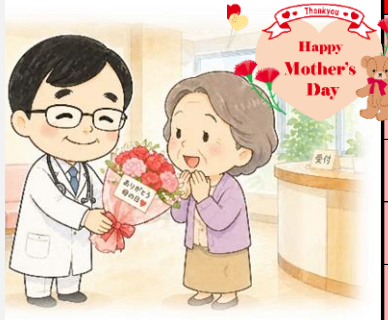
日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24/31	25	26	27	28	29	30

住所: 東京都中央区日本橋大伝馬町13-8  
 メディカルプライム日本橋小伝馬町3階  
 TEL:03-3639-3110 FAX:03-3639-3112

## 2026年6月 診療カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	1	2	3	4

レイアウト変えてみました  
 感想をお聞かせください



### 「今月の言葉」

寒さにふるえた者ほど太陽の暖かさを感じる  
 人生の悩みをくぐった者ほど生命の尊さを知る  
 ~ウォルト・ホイットマン(アメリカの詩人)~

一般診療	月	火	水	木	金	土	日
10:00-13:00	●	●	●	●	●	●	×
15:00-18:30	×	●	●	●	●	×	×

●9:00-12:30

### 1 検査の受けすぎに注意?

~知っておきたい「医療被ばく」のお話~

人間ドックを毎年受けたらがんになるって本当なの?

高額な検査を毎年繰り返すことが原因と断定はできませんが、大切な視点です。

PET・CT検査は1回で約8mSvの被ばくがあります

### 2 日本は「医療被ばく」が多い国の一つ

日常生活での被ばく  
 年間約2.1mSv (シーベルト)

医療による被ばく  
 年間約2.4~3.9mSv (世界平均の約4~5倍!)

保険で検査を受けやすい環境が影響していると考えられています。

### 3 被ばくのリスクとメリットのバランス

被ばくのリスク  
 すぐに症状が出る(確定的影響) やけど・白内障など

将来のがんリスクがわずかに上がる(確率的影響)

医療被ばくには制限がありません。「検査のメリットがデメリットを上回る」という前提だからです。

カテーテル治療も放射線を使用します  
 昔は... 白内障や皮膚のやけどが起こることも...  
 今は... 装置が進化し、無駄な被ばくを減らしています

### 4 本当に受けるべき検査を、賢く選びましょう

優先したい5つのがん検診  
 ・胃がん  
 ・子宮頸がん  
 ・肺がん  
 ・乳がん  
 ・大腸がん

それ以外は...  
 家族歴や生活習慣(喫煙・飲酒など)に合わせて、主治医と相談しながら選びましょう。

5月からは自治体の健康診査が始まります。ご自身の健康を見つめ直す良い機会に。気になる症状がある場合は、検診を待たずにご相談ください。

### ~知っておきたい「医療被ばく」のお話~

風薫る心地のよい季節となりました。GWはどちらへお出かけですか? 私は久しぶりに美術館へ行こうと思っています。

ところで皆さんは、先日ニュースで高須克弥医師の「がんの原因は、長年受け続けた人間ドックの放射線検査(被ばく)によるものだ」という主張を耳にされたでしょうか。

高須医師が言及したのは、一般的な検診ではなく、富裕層向けの「最高級の人間ドック」についてです。PET検査やCT検査を毎年繰り返し受けたことが原因だと訴えられています。これが医学的に直接の原因と断定できるわけではありませんが、我々にとっても、無視できない大切な視点を含んでいます。

### 日本は世界一の「医療被ばく」大国?

実は、日本は医療による被ばくが年間約2.4~3.9mSvと世界平均の約4~5倍!と最も医療被曝を受けている国の一つです。背景には、日本の健康保険制度が整っており、容易にCTやX線検査を受けやすい環境があると考えられています。

### 被ばくのリスクと「メリット」のバランス

放射線の影響には、すぐに症状が出る「やけど」や「白内障」などのほか、将来的に「がん」になる可能性がわずかに上がるリスクがあります。

ただ、ここで知っておいていただきたいのは、「医療被ばくには制限がない」ということです。これは「検査によるデメリットよりも、病気を見つけるメリットの方が大きい」という前提があるからです。

私が専門とする循環器内科のカテーテル治療も、実は放射線を多く使う分野です。かつては術者の医師が白内障になったり、患者さんに皮膚のやけどが見られたりすることもありました。しかし最近の装置は非常に進化しています。

少ない放射線できれいな画像が撮れるようになり、必要な場所だけを狙って照射するなど、「無駄な被ばくを減らす工夫」が徹底されています。

### 「高い検査=体に良い」とは限りません

「高いお金を払って高級なドックを受ければ安心」と思われがちですが、医学的な根拠が十分でないものもあります。

例えば、がんを見つけるPET-CT検査は、1回で約8mSvの被ばくがあります。これは胸部レントゲン(0.05mSv)に比べると、はるかに多い量です。これを毎年繰り返すことは、あまり適切とは言えません。

また、最近話題の「尿だけでがんがわかる」といった検査も、精度が十分でない場合、かえって不要な精密検査を増やす結果(過剰診断)につながることもあります。

### 私たちが「本当に受けるべき」検査とは?

がんのリスク要因として大きいのは、実は放射線(2%)よりも、タバコ(30%)や食事(30%)です。過度に怖がる必要はありませんが、「念のため」というだけの不要な検査は避けるのが賢明です。

国が死亡率を下げると太鼓判を押しているのは、胃がん・子宮頸がん・肺がん・乳がん・大腸がんの5つの検診です。

これら以外の検査については、ご家族の病歴や、喫煙・飲酒などのリスクに合わせて、主治医と相談しながら選ぶのが一番の近道です。

### 5月からは自治体の健康診査も始まります

「ただ受ける」のではなく、ご自身の健康状態や生活習慣を見つめ直す良い機会にしていいただければ幸いです。もし気になる症状がある場合は、いつでもお気軽にご相談ください。