

Pipette

V o l . 2

冬 号

2 0 1 4

「臨床検査技師」って？

季刊誌 **ピペット**

ゲスト

三浦雄一郎

グッチョブ・技師のお仕事

はじめはダメでも、そんなことは気にすることはなくて、それから少しずつやっていくってということですから。かえってはじめはダメなほうが、面白いんじゃないかと思えてきますね。



夢諦めず、夢高く、
夢いつか頂へ

●空想検査
第2回ルノワール
トピックス
七支部学会を開催

第五十回にあたる「平成二十五年度日臨技関甲信支部医学検査学会」の市民公開講演で、「夢諦めず、夢高く、夢いつか頂へー80歳エベレストへの「みち」」と題し、満員の聴衆に語りかけた三浦雄一郎氏に、ご講演後、若手臨床検査技師二名がお話をうかがった。

聞き手 園部 恵理・渡邊 恵美

(水戸済生会総合病院臨床検査科)

予想以上に悪かった

「偉業の達成に心から感動しております。講演もとても楽しかったです。先生はメタボな健康状態から六十五歳の時に一念発起し、七十歳、七十五歳、八十歳と、三回エベレスト登頂に成功され、世界最高齢登頂記録を作られました。目標達成の最大の要因は何でしょうか。」

やっぱり、エベレストに登ってみたいという夢と言いますか、目標というのは不思議な力を持っていました。切羽詰まった健康上の問題もあったけれども、そのメタボを治すついでに延長がエベレストにつながるんだということだったわけです。

六十五歳の時に五百メートルの山に登れなかったし、はじめはダメでも、そんなことは気にすることはなくて、それから少しずつやっていったということですから。かえってはじめはダメなほうが、面白いんじゃないかと思えますね。

「今では、臨床検査データを体調管理の指標と

されていますが、

やっぱり検査を受けることによって、自分の健康状態のどこがおかしいとか、そういうことが事前に分かる。予防の意味で一番大事な要素だし、実際に結果がどこか悪かったら、それを今度はどうやって改善できるかという目標にもなりますし。その意味では臨床検査は、我々の健康、また病気の治療には切っても切れない大事な要素だし、それこそお医者さんたちも、これを元にして診断や治療をされるのでしょうか。現代の医学の一番大事な底辺と言いますか、これがきちんと支えてくれることが大事ですね。」

「ただ、六十歳の頃は、不摂生をしているから、検査を受けたくない、認めたくない・・・。」

やっぱり怖いんですよ。逃げても隠れてもしょうがないのですね。特に年寄りはそのような気持ちを持つことのほうが多いんじゃないですかね。だから、臨床検査を受けるのも勇気が必要。思い切って検査を受けてみて、僕は結果として良かったです。あのまま受けなくてズルズルしたらもっと悪化するだろうし、自分で次にやりたいという目標に対して、検査結果があまりにも悪過ぎたので――。それでは、まず、生活改善から取り組もうという気持ちになりました。

「予想以上に悪かったのですか？」

高血圧、高脂肪、高脂血症とかは、何となく分かっていましたし、心臓も不整脈だと。予想外に悪かったのは腎臓です。クレアチニン、尿素窒素が限界を超えて、数値は忘れなければ、でも赤字だらけでした(笑)。もう、全部、レッドゾーンを超えていました。



滑るのは得意です

「先生は目標を大切にされていますね。私たちも臨床検査の仕事の中で目標を持ちたいです。」

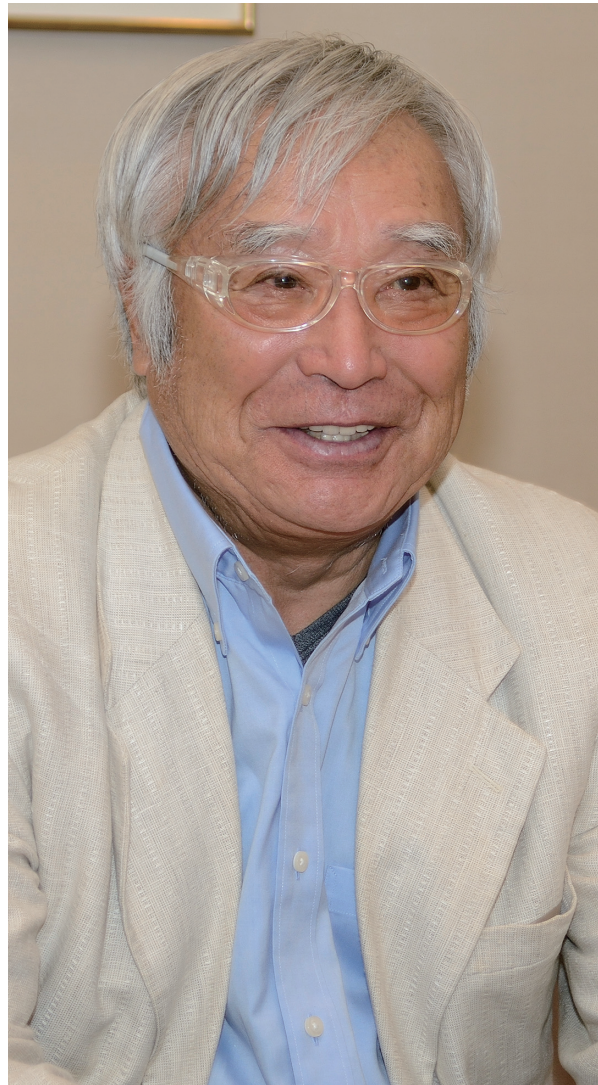
検査機器の展示会場でいろいろ拝見しましたが、今、日本の臨床は、世界の最先端を行っているわけですから、それにプライドを持ってしっかりと取り組む。検査を受ける人の命を預かっているわけですから、その意味では非常に大きな、大事なお仕事です。

「私たちは超音波検査を担当しています。技術向上に向けた認定技師試験制度は一つの目標です。」

そうなんですか。認定試験受けて、取っていらっしやる。それは大変なものですよ。

「今年は七領域のどれを受けようかなという感じ。」

いろいろステップがあるんですね。合格するのも大変なのでしょう。いや、偉いですね。そ



思い切って検査を受けてみて、 僕は結果として良かったです

ういう努力があるから、日本の医療レベルが世界のトップになっているんですね。

僕は昔から試験はよく「滑った」んです。スキーヤーだからね（笑）。滑ったら、また登れば滑り直せる（笑）。

事故を未然に防ぐ

―エベレスト登頂の二回目と三回目の直前に大きな心臓手術をされ、三回目の登頂では頂上の滞在時間や酸素マスクを外している時間が長く、直後の下山は深刻な状況にも遭遇されまし

た。

頂上に着いた、本当に助けてもらってありがたいという気持ちですね。一緒に登ったり僕をサポートする、息子も含めてシェルパも命がけです。お互いに命を預けながらといった感じですね。ある意味では、医療の分野と似ているのではないですかね。

―頂上ではどんなお気持ちでしたか。

興奮だとか、そういうのはなかったです。だいたい、山で遭難するのは、下りが八十%なので、登ったからと言って「万歳、安心だ、登頂だ」なんていうのじゃない。ベースキャンプどころ

か、自分の家に帰るまでが一つの登山としてのシリーズです。

植村直己さんが「冒険とは生きて帰ることだ」と。そう言いながらも、彼はマッキンリーで遭難しましたけれど、その間に一行、抜けてるんですよね。「冒険とは、『死を覚悟して』、生きて帰ることだ」と。彼はシャイというか、使にくかった言葉だと思えますけど。

単純に、まず原則は絶対に生きて帰る。だから事故があつてはいけない。前に僕が三十七歳の時に、エベレストをスキー滑降しました。その時、シェルパが六人、目の前で死んでいるのです。このショックが、自分が死んだほうがましだと思うぐらい、ある意味の罪悪感として今もあります。

―今回も現地でご供養されて登られましたね。

そうですね。それ以来、一切、事故を起こさない。ある意味では運、不運みたいなものですが、登山の技術よりも、雪崩だ、クレバスが崩壊したということですから。登山家そのものの技術よりも、どんな超一流の登山家でも、雪崩が来たら時速三百キロが来ますから逃れようもないわけです。でも、それがある程度、予測して、そういうところを通らないとか、避けるとか、時間帯とか。まあ、その予測をしたって、それは自然ですからね、そのとおりにはいかなくて、はずれることもあります。

新しいエベレストの登り方

―今回は、特に「年寄り半日仕事」の考え方を

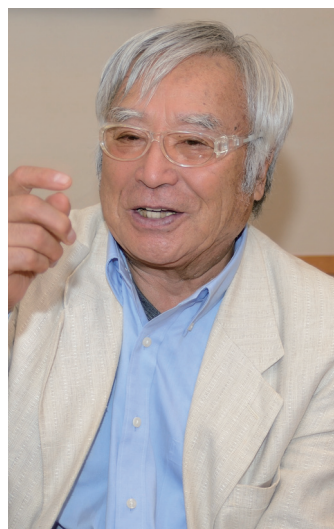
導入されました。

エベレストの頂上に行つて帰るといふ、二カ月間の仕事ですけれども、結局、体力の限界を超えて疲労困憊するから事故率が多くなりませう。

トレーニングをやり過ぎて失敗したり、過去に無理して登つて、単に運良く生きて帰つてきたということもありました。今回は特にまた、心臓の手術をぎりぎりにやつて。それならば、今までの常識にとらわれず、そういう状態で自分ならどうやつたら頂上に登れるのか――。この方式を考え出して、これを言葉にしたのが「年寄り半日仕事」。要するに体力を温存して、逆にこれを繰り返すことによつて、体力がどんどんついてきますから、「急がば回れ」という、そんな動機でした。

―昔できたからといって無理をしないことが大事なのですね。

もう一つ、山の仕事を楽しむという言い方は変ですが、切羽詰まつて追い詰められてフラフラだったら、楽しむどころじゃないですね。今までのヒマラヤの登山は、みんな、その連続だったんです。それが事故の元であることが多かったのですが、今回、それを半分ずつにしてみました。やつぱり体力をきちんと温存しながら、半日ゆっくり休める、楽しむと言いますか、休むこと、楽しむこと、これを今回の中になつて



り入れた。

―新しいエベレストの登り方・・・。

そんな感じですね。実証できた形です。国際隊という、個人的に申し込んで、どうしてもエベレストに登りたいというのを請け負っている公募隊で、世界的に有名なラッセル・ブライスというニュージランドの登山家たちのチームが、今回、僕のやつた方式を採用した。目からうろこじゃないけど、まず安全だし、事故があつたら何の意味もない「なるほど、この方式なら」と。来年、僕の方式が国際隊の標準になるんですよ。

―すごい。

怪我と病気のおかげで(笑)。エベレストそのものは、登山技術的にはそう難しいところはないんです。八千メートルから上のほうが桁違いに難しい、いわゆるデスゾーン、死の地帯。もし、この部屋を八千メートルの空気の状態にしたら、一分たつたらほとんどお互いに気を失っている。五分たつたら死んでいます。

元気だからやるのではなく、

やれば元気になるんですよ

―ええーっ。

何回も登つたり降りたりしながら、高さに体を慣らして、最終的には赤血球数を三十%増えるぐらいやるんです。酸素が少ない分、どうしても赤血球を増やしますが、その分だけ、血液もドロドロ、血圧もガンと上がる。だからヒマラヤでは、水分を一日六リッターとらないといけないと言われているぐらいです。普通、下界では二リッターですけど、ちよつとしたミスや無理が命取りになる世界です。

―本当に怖い世界ですね。ご家族は本当は挑戦をやめてほしいのでは？

特に女房のほうは、無理だつて、やめてくれつて。心臓の専門医でなくても、十中八九、やめなさい、許可できないと。六十代は狭心症を起こして、階段を登つてもハーパー言つていて、我ながら情けないし、ある意味では危ないなどは思つてましたよね。それを突然、まず、目標を立てたということから変わりましたけど。

膝の半月板を両方とも損傷して、もう、座つてちよつと向きを変えると痛かつたんですよ。全く逆療法ですけどね、足におもりを付けてザックを背負っているうちに、痛みが全部とれて、半月板が復活して、今、三・八ミリです。一ミリもなかつたんです。整形の先生たちも「おかしいな? 七十を過ぎて半月板が復活するって」。今、医学界で不思議だと(笑)。

この前も、プロ野球の田中将大、マー君も出ていたテレビ番組の企画で、早稲田の研究所で調べてみたら、筋肉の量その他は、ほぼ二十代の筋肉レベルなんだそうです。



「へえ、すごいですね。」

エベレストから帰ったら、もう、毎晩、祝賀会でお祝いしようとか。やめりやいいのに食べて、今、完全にメタボに戻って（笑）。

向こうで山へ登るプロセスを経て十キロ減ってしまうから、僕は標準体重より二十五キロぐらいい多いです。ということは、黙って歩いていても、二十五キロをしょって歩いてるから、自分で負荷をかけてトレーニングをしていると

思えばいい。一番、不屈な考え方だけど（笑）。

できることは何かを考える

「先生はお歳のせいにされませんね。」

できない理由はほとんど出てきますけれどね。特に心臓の手術が終わったら、もっとひどくなつたとかね。でも、できることは何かあると思えば、本当に階段を少しずつ登りながらというような感じで、また、できてきますから。

例えば百一歳で亡くなった僕の父親が、敬三というんですけど、「敬三さん、百歳でスキーをお元氣だからやるんですね」なんてね。親父に言わせると、「元氣だからやるんじゃないかって、スキーをやるから元氣なんだ」って。

「逆ですね。」

みんな、逆に考えているんですね。元氣だからやるのではなく、やれば元氣になるんですよ。歳を取って、いろんな障害、病氣が出てきますよね。でも、治せばまたできるんだからって、単純思考で、じゃあ、何とか治してみよう。そのかわり、僕の心臓のこういう手術（カテーテル・アブレーション）も十年、二十年前なら、できなかったと思うんですよ。今の医学の進歩、これが本当に人間の可能性をどんどん、どんどん、広げてくれるし。

「技師としても進歩について行かなければ。」

今、その最先端にいるわけですからね。特に今はIT、コンピュータが発達したし、さらに今後は生物科学の分野の進歩とか再生医療もあります。皆さん方は百歳超えても、今よりきれ

いで（笑）。

「どうしよう（笑）。その方法を考えてさなきやだめですね。」

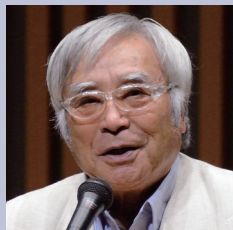
「インタビュを終えて」

最初は頭が真っ白。でも優しくお話し頂けて楽しく、励みになりました。（園部）

昼食を召し上がっておられる際、エビのてんぶらの衣を取られるなど、健康に留意されているお姿を拝見しました。（渡邊）

※平成二十五年十月六日収録

次回は、パラリンピック三大大会連続出場、ブエノスアイレスIOC総会で笑顔の感動スピーチでも話題の佐藤真海さんをゲストに迎えます。お楽しみに。



三浦雄一郎
Miura Yuichiro

プロフィール ● 1932年青森市生まれ。プロスキーヤー、冒険家。1964年、イタリア・キロメーターランセで当時の世界新記録樹立。1970年、エベレスト・サウスコル8000m世界最高地点からスキー滑降。1985年、世界七大陸最高峰のスキー滑降を完全達成。2003年に70歳、2008年に75歳、2013年に80歳にて三度のエベレスト登頂。80歳登頂は世界最高齢記録（ギネス認定）。

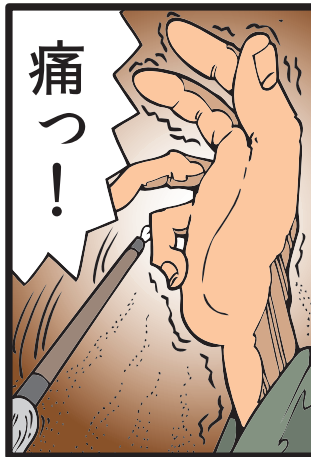
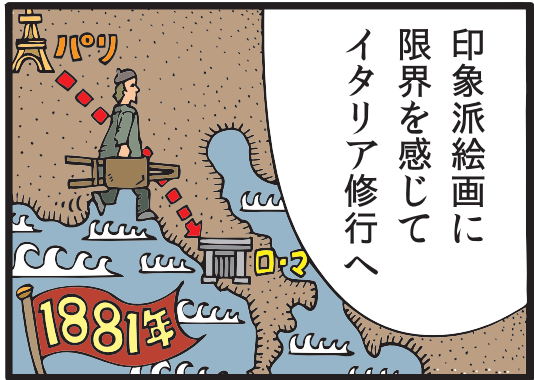
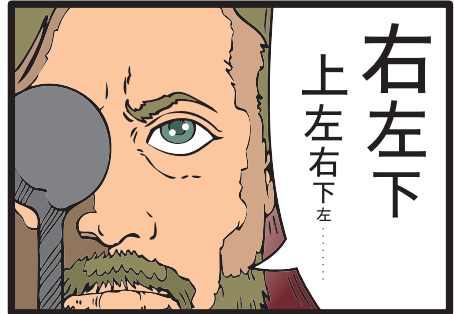
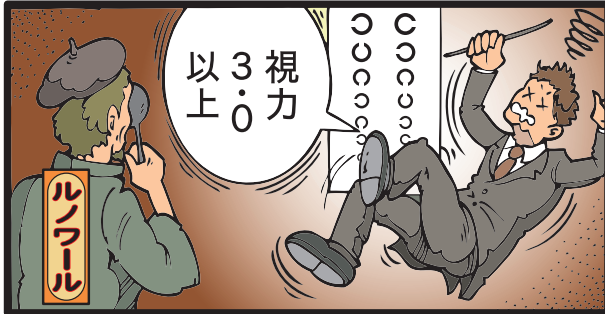
空想検査

もしも「あの時」「あの人」が臨床検査を受けていたら…

第2回

ルノワール 編

※本編はフィクションです。



検査結果報告書

ルノワールさま 男性 57才

検査項目	検査結果	基準値	単位	判定
RA因子	436.0	15.0以下	IU/ml	陽性
抗CCP抗体	121.7	4.5以下	U/ml	陽性
CRP	13.0	0.30以下	mg/dl	高値
赤血球沈降速度	89	♀2~15 ♂1~10	mm/h	高値

手指関節超音波検査
簡易所見
●手指関節内が滑膜の肥厚による血流増加を認める。

ルノワール (ピエール・オーギュスト・ルノワール) フランスの印象派の画家。後期から作風に変化が現れ始めたので、まれにポスト印象派の画家とされることもある。代表作の多くは人物画で、初期にはアングル、ドラクロワなどの影響を受け、モネらの印象主義のグループに加わる。後年は古典絵画の研究を通じて画風に変化が見られ、晩年は豊富な裸婦像などの人物画に独自の境地を拓いた。七十八歳没。

◆ 関節リウマチの検査

ルノワールは、晩年を関節リウマチによる症状に悩まされた創作活動であったであろう事が本人の写真や動画、家族の回想などからよく知られています。

現在でも関節リウマチの主たる原因は明らかになっていませんが、免疫が何らかのきっかけで異常がおこり自身の関節を攻撃することで腫れや痛みが生じ持続することにより、関節の破壊や変形をきたす自己免疫疾患です。

◆ 女性に多く発症する

関節リウマチは男性よりも女性のほうが多く発症する（約4倍）ことがわかっています。以前は高齢になると発症する疾患のように言われた時代がありましたが、発症するピーク年齢も30〜50歳台と比較的若い年齢層であるのが特徴です。

◆ こんな症状を感じたら

関節リウマチは関節の痛みと腫れが中心となる病気です。初めて気付く痛みの部位として多いのは手首と手指の関節です。また、歩いた時に足の裏の違和感や小石などを踏みつけたような痛みを感じる場合もあります。

他にも、「朝のこわばり」といわれる症状（朝起きた時や昼寝をしたあとに手指が「かじかんだ」動かしづらい感じ）や、全身倦怠感、発熱などを伴う場合も多いようです。このような症状を感じた場合はリウマチ専門医の診察を受けましょう。

◆ 診断は

以前より欧米や日本のリウマチ学会より関節リウマチの診断基準は設けられていますが、現在、関節リウマチ診断基準としては2010年に発表された欧米リウマチ学会診断基準（日本リウマチ学会でも検証し翌年より推奨）を用いることが多くなりました。新基準によって腫れや痛みのある関節や臨床検査データを細かく点数化することで早期診断、早期治療を行いやすくなりました。

◆ 検査の種類―診断の精度向上に、治療効果判定にも貢献―

関節リウマチは臨床検査のみで確定診断される疾患ではありませんが、臨床検査データは重要な要素です。採血を行い検査する項目としてよく使用されるのは炎症の程度を判断するC反応性タンパク（CRP）、赤血球沈降速度（血沈）と、関節リウマチに特異的に出現しやすい項目のリウマチ因子、抗CCP抗体などがあります。特に抗CCP抗体は発症初期の陽性率が高く診断基準の中に組み込まれた新しい検査項目です。このように、検査データを早期診断に役立ったり治療に使用している薬の効果などを知る目安としています。また最近では関節破壊の程度を特異的に調べる検査（MMP-3、関節超音波検査、MRIなど）も多々行われるようになりました。

関節リウマチの薬物療法は近年、新しいタイプの薬剤の登場で大きく変わりつつありますが、感染症などの副作用チェックも臨床検査が大きな役割を担っています。

ルノワールは、晩年には関節の変形が強くなり、車いすの生活を強いられました。彼が現代に生きる画家であれば早期発見、治療で違った人生を送る事が出来たでしょう。しかし、多くの名作を残した当時の日々をこうも語っていません。「世の中はたくさん不愉快なこと、悩みで満ちている。でも私は芸術というすばらしい世界に生きている。」これは「絵画を描く事で関節リウマチの痛みにも耐えることができ、充実した人生を送ることができた。」とも言え換えられるのではないのでしょうか。

●ルノワールの視力は晩年まで衰えることなく、人物や自然の観察は微細を極めました。ルノワールの描く女性の肖像画は黒目がちの瞳が印象的。なぜそのように描いたのかは謎です。

●リウマチで曲がった指の間に絵筆を差し込んでもらって作品を描き、その際、肌荒れ防止に巻かれたガーゼが「絵筆を手にくくり付けた」という誤解も招きました。ルノワールの晩年、デテという絵画モデルとの出会いを描いた映画「ルノワール 陽だまりの裸婦」ではその看護の様子がわかります。女優を目指すデテの導きで映画界の巨匠となる息子ジャン・ルノワールはデテ（カトリヌ・エスラン）と結婚しました。



全国五万人の会員で構成される日本臨床衛生検査技師会では、七つの支部で平成二十五年度支部医学検査学会を開催しました。

北日本支部医学検査学会(宮城)
平成25年10月12日～13日
北からの風～発信・連携～

近畿支部医学検査学会(福井)
平成25年10月19日～20日
臨床検査が奏でるシンフォニー

中四国支部医学検査学会(広島)
平成25年11月9日～10日
変革のとき、
原点を見つめて未来へ
～匠の伝承～

関甲信支部医学検査学会(茨城)
平成25年10月5日～6日
「みち」への創造
臨床検査のスキルミクス
私たちが今、望むこと・望まれること

首都圏支部医学検査学会(東京)
平成25年10月26日～27日
革新を恐れるな！
Innovation from Metropolitan Area
臨床検査の明日に向かって

中部圏支部医学検査学会(三重)
平成25年11月23日～24日
明日の医療の担い手となる臨床検査技師
～多様な医療へどう関わっていくか～

九州支部医学検査学会(福岡)
平成25年10月5日～6日
新たな挑戦～無限の可能性を求めて～



JAMTとは
Japan Association of Medical Technologists
の略です。
昭和27年に日本衛生検査技術者会という前身組織が設立されて以来、62年の歴史を有する職能団体です。
本誌名は検査材料などを吸引する検査器具メスピベットに由来し、読者からの声も「吸い上げ」て愛読されるミニコミ誌作りをめざしています。

「臨床検査技師」って？ 季刊誌 ピベット

発行月 平成26年1月 Vol.2 冬号
第三種郵便物認可
発行元 一般社団法人 日本臨床衛生検査技師会
〒143-0016東京都大田区大森北4-10-7
電話:03-3768-4722 FAX:03-3768-6722

★ミニコラム「年をとらない脳」

脳細胞はたくさん枝が結びついてネットワーク(神経回路)を作り、電気信号で情報の伝達を行っています。脳波や脳死判定など、脳の電気信号を捉えて働きを調べることは臨床検査技師の重要な仕事のひとつとなっています。神経回路は五感を通じていろいろな刺激を受けるほど発達し、刺激が少ないと退化するという性質があります。生まれ育った環境の違い(刺激の違い)が神経回路の差となり、人格や思考の個人差になります。また、年齢と共に脳の衰えを実感することがありますが、老化によって直接脳が衰えるのではなく、老化による身体機能や意欲の低下が脳への刺激低下につながり、その結果として脳の働きが衰えるのだろうと考えられています。

脳への刺激次第では、天才を作りボケない老後を送ることが可能です。(U)