

生活習慣病を  
診てくれる  
クリニック

## ほそあい内科クリニック

内科／小児科／糖尿病・代謝内科／循環器内科

戸田公園駅  
北戸田駅  
戸田市

19時以降  
KIDS SPACE  
P  
5min  
5min  
女医



ホソアイ ヒロシ  
細合 浩司院長に

お話を聞きました！

防衛医科大学卒業後、同大学校病院や国家公務員共済組合三宿病院などに勤務。その間、阪神淡路大震災医療隊派遣、ペンシルバニア大学遺伝子治療部門リサーチフェローなども経験した。2012年開業。日本医師会認定産業医、日本内科学会認定の総合内科専門医。一男五女の父である。

## ・クリニックからのアドバイス・

### 生活習慣病の改善には 睡眠を見直すことが最も大事

「生活習慣病の症状を改善するには、食事や運動、睡眠など生活習慣の見直しが大切です。中でも、睡眠の質を上げることが大事だと考えています。十分な睡眠時間を設定して、ぐっすり休むのが体にとっては良いのです」という細合先生。睡眠時間が少ないと、生活のリズムが狂いやすく、排便が不規則になるなど弊害が出やすいと感じているようだ。また、睡眠中に呼吸が止まる睡眠時無呼吸症候群は、睡眠の質を著しく低下させるため、同院では、睡眠時無呼吸症候群の簡易検査を実施。「昼間にひどく眠い、いくら寝ても疲れが取れないといった症状がある人は、検査を受けしてほしいですね」と院長。



1. 患者の生活状況などを丁寧に把握し、診断を行う 2. 超音波エコーを備えた診察室。頸動脈エコー検査などにも対応 3. 血液検査の結果も即日わかるので安心だ

## 生活習慣病で苦しむ人を減らしたい それぞれの患者に寄り添った診療をめざす

戸田エリアで地域に密着した医療を行う『ほそあい内科クリニック』。細合浩司院長は学生時代、人として、医師として尊敬する恩師との出会いをきっかけに、動脈硬化を専門的に学ぶことを決意。以降、ペンシルベニア大学のリサーチフェローを務めるなど研鑽を積んできたベテランだ。

「脳梗塞や心筋梗塞など動脈硬化性疾患は人生を奪う恐ろしい病気です。だからこそ、それを未然に防いでいきたい」と話し、動脈硬化性疾患のリスク因子である糖尿病や脂質代謝、循環器疾患などの早期発見・治療にも尽力している。

生活習慣病を治療する際に細合院長が大切にしているのは、「全人的な診療」。専門的な知識はもちろんな必要だが、それだけでは十分ではないと語る。

「例えば糖尿病の場合、血糖値を下げただけでは動脈硬化を十分に予防できないという報告があります。ですから、血圧や脂質などほかの血液データや生活習慣などにも目を向けています」

生い立ちを含めたバックグラウンドや家族構成、日々の食事、睡眠、仕事内容などを細かく聞

いて全人的に捉えた上で病気を把握する、それぞれの患者に寄り添った治療に努めている。

加えて、「生活習慣病への理解を深めたり、ご自身の生活を見直したりするきっかけにしたい」との思いから、住民参加型のイベントを年に2回ほど開催。また、禁煙治療を開始するなど、地域から生活習慣病患者をなくすべく、予防の啓発にも精力的に取り組んでいる。

### data



Tel 048-242-5556  
所在地 戸田市新曽813  
ル・コンフォール1F  
駐車場 有  
休診日 日/祝  
Map P000 X-0 Link P000、000

	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	—	—
15:00~19:00	●	●	●	●	●	—	—	—

さらに詳しく



※受付終了は診療終了時間の20分前まで  
※外国語対応は英語のみ

戸田公園駅  
北戸田駅  
戸田市

19時以降  
KIDS SPACE  
P  
5min  
5min  
女医