

# 和歌山病院 ニュース

第13号

2004年10月発行

職員一同は、患者さまの権利と立場を尊重し、地域と密着した

**【安心と信頼をいただける病院】**

をめざします。



発行元

独立行政法人 和歌山病院  
国立病院機構

〒644-0044 和歌山県日高郡美浜町和田1138  
Tel 0738-22-3256 Fax 0738-23-3104

ホームページ <http://www.hosp.go.jp/~wakah/>



## 目次

- ◆ 乳がんとマンモグラフィー ..... 2
- ◆ ふれあい看護体験を実施して ..... 2
- ◆ 循環器健康教室 ..... 3
- ◆ 展示品紹介コーナー ..... 3
- ◆ 外来診療担当表 ..... 4
- ◆ 新任ドクターの紹介 ..... 4
- ◆ 院内喫茶・売店のお知らせ ..... 4

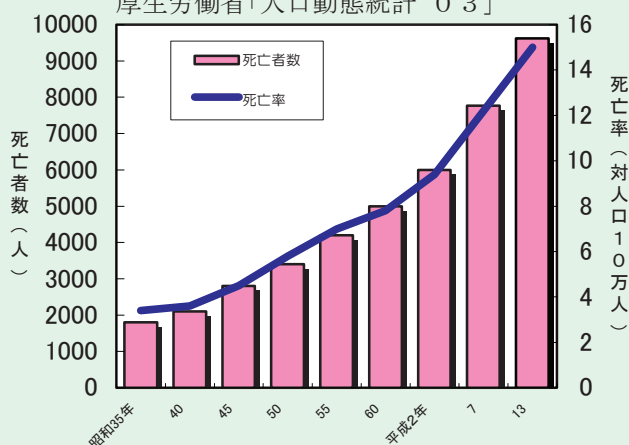
# 乳がんとマンモグラフィ

別所 俊 哉(国立和歌山病院外科)

## (1) 乳がんが増加しています。

アメリカでは8人に一人が乳がんになると言われています。日本には少ないがんであると言われてきましたが、現在25人に一人が乳がんになると言われています。年間発生数も3万人を超えると見られ、2003年には1万人近い人が乳がんによって命を落とし、今、日本人女性ももっともかかりやすいがんが、乳がんです。また今後右肩上がりに増加するとともに、好発年齢が40歳代女性であり、この時期にこの病気で倒れるのは社会的に大変な問題であると思われます。

【図1】乳がんの死亡者数・死亡率の年次推移  
厚生労働省「人口動態統計‘03」



## (2) 乳がんの予防

乳房には、母乳を産生して運ぶ乳管という管が放射状に走っています。乳がんの大部分はこの乳管から発生します。乳がんの発生には、女性ホルモン(エストロゲン)が関係しています。食生活の欧米化の影響で、初潮年齢の低下や閉経年齢の上昇を来しています。また晩婚、高齢出産、少子化など、社会生活パターンが変化し、その結果、エストロゲンにさらされる期間が長くなり、このことが乳がんの発生に影響しているとみられています。母親や姉妹に乳がんを患ったことがある場合、一般に乳がんになる割合が高いとされています。脂肪の多い食事が増えていることが関係あるともいわれ、肥満は乳がんにかかりやすい傾向にあります。緑黄色野菜の摂取がよいとも言われていますが、残念ながら予防する方法は今のところありません。

## (3) 乳がんの早期発見

しかし乳がんは他のがんと比べ、早期に発見されると治癒率の高いものです。早期発見のためには、定期的な自己検診とマンモグラフィ検診が重要です。

### (a) 自己検診

がんは、早期に症状に乏しく、がん特有の症状がない

のが一般的です。そのため、発見が遅れることにもなりやすいのですが、乳がんの場合は体表面に近いので、外から触れたり、形の変化などから、がんを捕えられるのが大きな特徴です。自己検診は月経終了後1週間ぐらいを目安にチェックします。乳がんのできやすい部位は左右ともに外側上方に多く、約50%がここに発生します。調べる乳房の反対側の手指を揃えて、手の指の腹で触れて、乳房や脇の下のしこりの有無をみます。また乳頭から分泌物がないかどうかをチェックします。さらに鏡の前で腕を上げて、左右の乳房の大きさに変化がないか、皮膚にくぼみやひきつれがないか、乳頭が陥没するなど位置や形の変化がないかを調べます。

### (b) マンモグラフィ

マンモとは乳房の意味で、乳房をエックス線で撮影する装置をマンモグラフィと呼んでいます。マンモグラフィ検査は乳房を少し圧迫した後、胸部エックス線検査と同様に、後はただエックス線撮影を行うだけです。検査は全体で15分から20分ぐらいで終了します。このマンモグラフィ検査を行うことにより、乳がんの石灰化病変などが見つかり、従来の視触診に比べ発見率が3倍も高いと言われ、厚生労働省もマンモグラフィによる乳がん検診の対象年齢を50歳以上から40歳以上に広げました。



## (4) 病院に行こう。

自己検診や乳がん検診で異常が認められた場合、乳腺外科のある外科をできるだけ早く受診されることが重要です。病院では、視触診と超音波エコー検査およびマンモグラフィ検査等を行い、異常が認められれば、病変部から細い針で細胞を採取し(針生検)、顕微鏡検査で乳がんの有無を診断します。乳がんと診断された場合、やはり治療の中心は手術ではありますが、手術だけではなく、抗がん剤治療や手術後の放射線療法およびホルモン療法などが必要とされ複数回の入院が必要であったりします。また手術後の外来通院も最低5年は必要で、本人および家族の負担はやはり相当なもので、十分相談の上、治療病院を決定されることが大切であると思います。私たちはいつも身近なサポーターでありたいと考えています。

# ふれあい看護体験を実施して

国立和歌山病院 看護部

「ふれあい看護体験」は、県民と病院関係者が交流し看護する事に理解と関心をもって頂くことがねらいです。今年は、地元の高校生に参加して頂きました。体験内容は、「血圧測定」「車椅子の操作方法」等の演習、午後からは直接患者様に接して頂き、看護する嬉しさ・看護する難しさをちよっぴり体験して頂きました。短い時間でしたが、参加して頂いた方から「将来看護師になりたい」という言葉が聞かれ、担当した看護師も心地よい疲れと充実感をもって終了することができました。私達の夢はこの行事に参加して頂いた方たちと、将来この和歌山病院で同僚として一緒に働くことです。来年も、実施しますので興味のある方は是非ご参加ください。お待ちしております。



## 循環器健康教室 (美浜町健康教室)



平成13年から循環器医師、看護師、薬剤師、栄養士、理学療法士が協力し、健康教室を開催しました。内容は1. 生活習慣病の予防について考えよう。2. 家庭でできる1次救命処置を学ぼうです。「ゴルフをしている男性が胸痛を訴え倒れる」という設定で、コントの中にいろいろな場面を加え、標準体重、生活習慣病、運動、バランスのよい食事、食事と薬剤の関連、飲酒と喫煙の関連、心筋梗塞について説明しました。



また実際倒れた人を目の前にした時どのように行動したら良いのか実演し、参加していただいた方にも心臓マッサージなどしてもらいました。誰かが倒れた時、一番最初に対応するのは家族や友人の場合がほとんどであり、そのときの対応で救命率が変わります。また病気で倒れるということがないように「健康管理をする」ということは重要です。

私たち循環器教室のスタッフは、疾病の予防と救命処置について、地域住民の方の手助けとなるように今後も活動を続けていきたいと考えております。何かわからないことがありましたら、和歌山病院まで相談に来ていただければと思います。

循環器健康教室スタッフ

## 展示品紹介 コーナー

(ボランティアの方と職員による)



# 外来診療担当表

平成16年10月1日

総合外来	月	火	水	木	金
1 診	西村			西村	
外科	月	火	水	木	金
2 診	岩橋	横地	担当医	別所	有本
循環器科	月	火	水	木	金
3 診	楠山	石井	担当医	楠山	水越
5 診	豊田	川邊(哲)		川邊(哲)	豊田
8 診		水越			
呼吸器科	月	火	水	木	金
6 診	伊藤	川邊(和)	畠	西山	小野
7 診	駿田	小野	西山	川邊(和)	畠
神経内科	月	火	水	木	金
8 診			河本(隔週) 三輪(隔週)		河本
睡眠外科	月	火	水	木	金
8 診					駿田(午後)
小児科	月	火	水	木	金
小児科	藤井	島津	藤井	堀野 午後アレルギー(予約)	島津
放射線科	月	火	水	木	金
放射線科		水川(予約制)		水川(予約制)	
検査室	月	火	水	木	金
超音波室	心エコー	心エコー		腹部エコー	心エコー
				心機能検査	
内視鏡室		内視鏡		内視鏡	

- 一. 受付時間 8時30分から11時30分
- 二. 診療時間 8時30分から17時  
急患については、この限りではありません。
- 三. 再診については原則、予約制にしております。
- 四. 呼吸器科については、7診を予約制とし、予約外診療は6診にておこないます。

## 新任ドクター紹介

①専門分野 ②自分の〇 ③自分の× ④余暇の過ごし方 ⑤オススメ健康法 ⑥当院の印象



みずかわ きちろう  
水川 帰一郎

- ①放射線科
- ②唯我独尊
- ③自信過剰
- ④バードウォッチング  
(これから始める)
- ⑤ストレスを溜めない
- ⑥環境に恵まれている

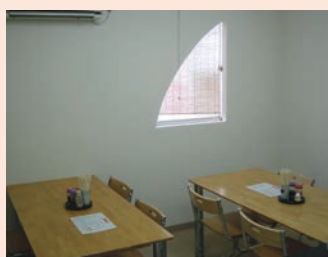


## インフォメーション～喫茶・食堂・売店が充実!!

お昼のランチを始めました。



(ランチのディスプレイ)



(改装された喫茶室内)



(売店の店内)

お気軽に  
お立ち寄り  
下さい。