

【特集】乳がん検診について

- 診療科紹介 脳卒中科
- ペインクリニックについて・病院の疑問解消!あれこれ
- 患者満足度調査の集計結果報告
- 連携医療機関のご案内
- イベントのご案内・次号予告

公開講座に参加ください

今号の特集

乳がん検診について

乳腺甲状腺外科

からのアドバイス

川崎医科大学附属病院 乳腺甲状腺外科 部長 紅林 淳一



女性のがんで

最も多い乳がん

乳がんは、女性に発生するがんの中で最も発生頻度が高いがんです。日本では昭和55年代に女性に発生するがんの中で最も多くなり、その後も乳がんにかかる人数も亡くなる人数も増加し続けています。現在、日本における年間の乳がん発生数は7万件余り、死亡数は1万3千件余りであり、「12人に1人」が「生涯のうちに乳がんになります。また、日本における乳がん発生のピークは40歳代後半であり、他のがんに比べ「若い世代」に発生します。

乳がんの発生を促す要因としては、「遺伝子の異常」と「女性ホルモン」が挙げられます。前者としては、平成25年にアンジェリーナ・ジョリーさんが「遺伝性乳がん・卵巣がん遺伝子BRCA1」の遺伝子異常の保因者であることを告白し、予防的乳房切除術を受けたことで世界的な話題となりました。また、乳房の放射線被曝による「遺伝子の傷」も乳がんの発生を増加させます。後者としては、乳がんの発生を促進する「女性ホルモン」の影響です。更年期障害の治療に用いられる「ホルモン補充療法」が、乳がんの発生を増加させることが知られています。また、「閉経後の肥満」は「女性ホルモン」の増加につながり、乳がん発生が促進されます。

早期発見・治療が肝心

乳がんは、早期発見・治療により「完全に治す」ことが可能ながんの一つです。最新の統計では、乳がんの10年生存率(診断後10年経って生きている可能性)は80%以上であり、他のがんに比べ大変良い成績を残しています。しかし、病状が進んでから見つかった乳がん(進行乳がん)の治療成績は、決して満足できるものではありません。従って、他のがんと同様に、「早期に発見し、早期に治療を受ける」ことが肝要です。また、早期に見つかった乳がんの多くは、美容的に優れた「乳房温存手術」(乳房の一部のみを切除する手術)を受けられる可能性が高く、術後の生活の質の改善にもつながります。

乳がんの検診について

乳がんは、直接手で触れられる乳房に発生するのでセルフチェック(自己検診)も早期発見に役立ちます。

乳がんは、乳首より上で外側にできることが多いのですが、乳房のどこにできてもおかしくありません。また、乳がんは早期のうちでも皮膚に変化が出て、「えくぼ」のように皮膚が陥凹することがあり、乳房を鏡で観察するだけで見つけられます。触診としては、まず、「乳房全体を軽くなでる」ように触ることが勧められます。乳がんのほとんどは、「痛みを伴わない硬いしこり」として現れるため触診が重要です。異常を感じたら、少し強く押さえてみると、正常な乳腺との硬さの違いがわかります。このような自己検診は、月一回(例えば、毎月一日を検診日とする)、定期的に行うことが勧められます。

しかし、自己検診ばかりに頼るのは危険です。現在日本では、乳がんの早期発見率を増加させるために、市町村が進める「対策型」検診(いわゆる集団検診)と各自が希望して行う「任意型」検診(いわゆる人間ドック)が行われています。前者は、市町村により視触診とマンモグラフィ検診の両方あるいはどちらかが実施されています。後者は、健診希望者の意思により、様々な施設において、様々な方法で行われています。乳がんの検診方法としては、世界的にみると、一年あるいは二年に一度、「マンモグラフィ」で検診することが勧められています。「マンモグラフィ」の撮影は痛いとの「悪評」もありますが、年一回の「我慢」が乳がんの早期発見につながります。

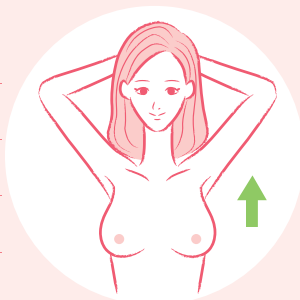
月に1度は自分でチェック!

乳がんセルフチェック

自己診断を続けることで、早期発見につながましょう!

CHECK 1 1 見てみる!

鏡の前に立って、両腕を上げて乳房に変わったところはないか観察してみましょう。



CHECK 2 2 なでてみる!

“しこり”がないか4本指で「の」の字を書くように軽くなでてください。



CHECK 3 3 押してみる!

最後に、乳房全体を押してみて、変化がないか調べてみましょう。横になってもいいでしょう。



もし気になる所があったら...

乳房やワキの下などに異常を見つけたら、早めに医師の診察を受けてください。

乳がんチェックリスト

気になる項目がないか、まずは自分でチェックしてみましょう。

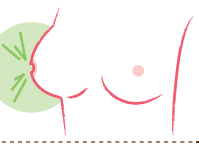
1 硬いしこりがある



2 えくぼのように皮膚がへこむ



3 乳首が陥凹する



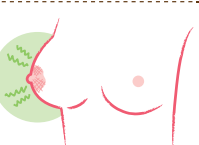
4 乳首から黒っぽい液が出る



5 乳房の大きさに左右差がある



6 乳頭のただれが治らない



第33回

診療科のご紹介
脳卒中科



脳卒中科スタッフ
(前列中央が八木田部長)

脳卒中科では脳卒中中の急性期治療と予防的治療を行っています。脳卒中は脳梗塞、脳内出血およびくも膜下出血といった疾患の総称です。後遺症として残る症状をできるだけ軽くするためには、少しでも早く治療を始めることが重要です。特に脳梗塞は閉塞した脳血管を早期に再開通させることができれば症状が劇的に改善することもあります。このために血栓を溶かす薬剤や血栓を機械的に取り除く治療法を行っています。また予防のための専門的な検査や治療にも力を入れています。脳卒中のうち手術が必要となる疾患については脳神経外科の先生方と緊密に連携をとり、最適な治療を選択します。すべてのタイプの脳卒中に対して最適な治療を行うために関連診療科や部署の方々と毎朝脳卒中カンファレンスを開催しています。これらの取り組みを通して地域の皆様に最善の医療を提供できるよう努力しています。

PROFILE

脳卒中科のホームページはこちら

詳細はホームページをご覧ください。
<https://www.kawasaki-m.ac.jp/hospital/dept/012.php>



ペインクリニックについて

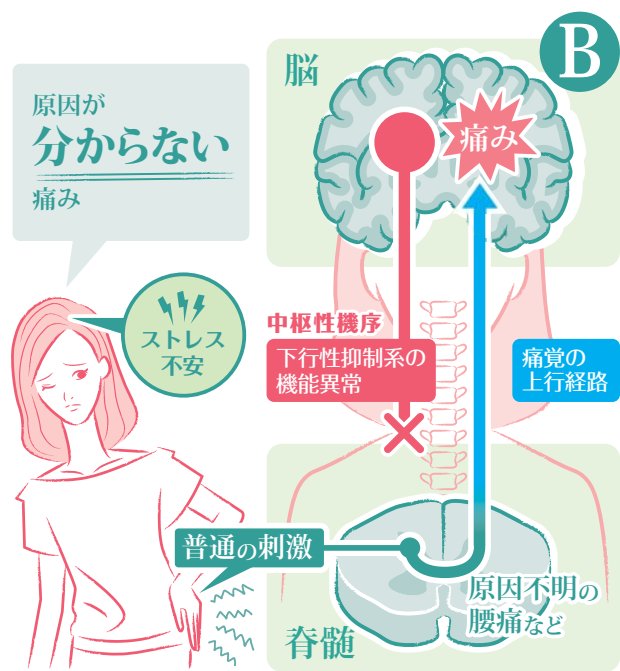
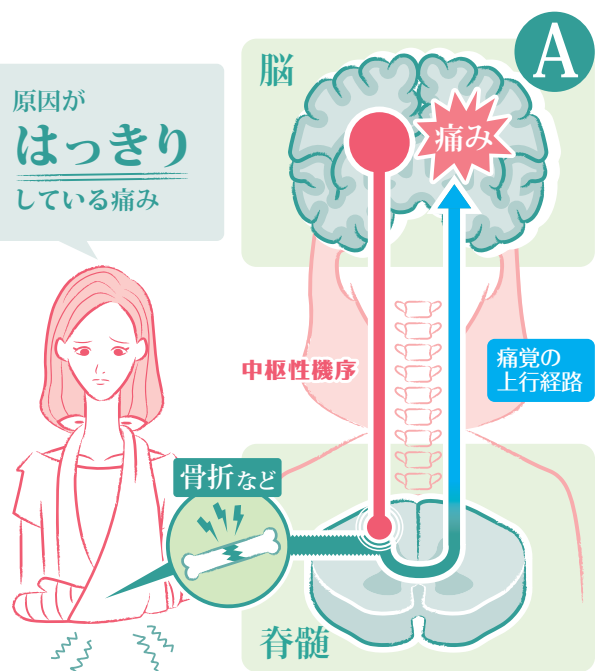
この痛みは…
良くなるのでしょうか？

川崎医科大学附属病院 麻酔・集中治療科 医長 西江 宏行



麻酔・集中治療科では、平成27年11月からペインクリニック（痛みの診療）を始めました。ペインクリニックは、「痛み」を診療する科で、様々な痛みでお困りの患者さんが受診されます。患者さんから、いちばん多くいただく質問が、「痛み」についてのものです。この答えを考えるためには、痛みにも種類があることを知っておかなくてはなりません。大きく分けて二つに分類されます。一つは、「原因がはっきりしている痛み」、もう一つは「原因が分からない痛み」です（下記参照）。

患部以外に脳が原因となる「痛み」のメカニズム



原因がはっきりしている痛み

この痛みは、さらに二つに分かれます。体に危険を知らせるための痛み①と、神経自体が障害を受けて、神経が勝手に痛みを作っている状態②です。

① 体に危険を知らせるための痛み

例えば腕を骨折した時には強い痛みがあります。しかし骨折が治れば痛みも良くなります。胃に穴が開いた時には強い腹痛がありますが、手術で胃が治れば、痛みも良くなります。人間は、痛みがあることで、腕やお腹に異常があることを知ることができます。このような、原因がはっきりしている痛みは、痛みの原因をなくすることが大切です。それぞれ原因を治療する診療科を受診していただきます。

② 神経が勝手に痛みを作っている状態

代表的なものが帯状疱疹後神経痛で、多くの患者さんがペインクリニックを受診されています。水痘・帯状疱疹ウイルスにより、神経が傷つくことで発生する痛みです。帯状疱疹は、皮疹が消えると痛みも良くなることが多いです。しかし、痛みの程度が強い場合には、皮疹が消えたのに、痛みだけが長く続くことがあります。これが帯状疱疹後神経痛です。帯状疱疹後神経痛になった場合には、残念ながら痛みはゼロにはなりません。内服薬、点滴、神経ブロックなどで痛みを減らすことはできます。

原因が分からない痛み

あちこちの病院に行っても良くならない痛みの多くは、原因が分からない痛みです。例えば「腰痛の85%は腰に原因がない※1」といわれています。実は、痛みの原因は脳にあるのではないかと考えられています。つまり、脳の働きがうまくいっていないのです。人間の脳は、痛みを感じると、それを抑えるシステムがあります。下行性抑制系といい、セロトニンやノルアドレナリンのような物質を分泌することにより、痛みを調整しています。日常の強いストレスや不安、恐怖体験などがあると、このシステムがうまく働かなくなると考えられています。そして、弱い刺激でも強い痛みとして感じてしまうのです。

この原因が分からない痛みに対して、効果が証明されているのは、「運動すること」です。痛みがあっても運動をすることで痛みが軽減されます。同時にストレスの対処法を見につけることも役に立ちます。これを体系的にまとめたものを「認知行動療法」といいます。原因が分からない痛みで悩んでいる方は多いのですが、我々は良くなる可能性は十分にあると考えています。

※1 福島県立医科大学 整形外科 大谷 晃司

連携医療機関のご案内

・内科
・小児科
・放射線科
・循環器科
・神経内科
・胃腸科

医療法人 八紘会 上田内科クリニック

私は現在、浅口市鴨方町に開業しています。40床の老人保健施設を有する診療所です。
平成27年3月31日までは上田記念病院として仕事をさせて頂いていましたが、今日の医療体制の困難から移行しています。しかし基本は患者さんあつての医療であり、患者さんから学ぶことも多くあります。幸い、個人的には平成2年より平成4年まで川崎医科大学、総合診療部に勤務し、様々な勉強をさせて頂きました。各診療科の先生の中にもかつて一緒に仕事をさせていただいた方もおられ、地域連携をスムーズにさせていただいています。今後も微力ではありますが地域医療の一端を担っていければと考えています。宜しくお願い致します。



院長 仁科 肇 先生



所在地 〒719-0243 岡山県浅口市鴨方町鴨方1081-1
お問合わせ ☎ 0865-44-3147 FAX 0865-44-3148
HP ----- http://uedakinen.byoinnavijp/
休診日 木曜午後、日曜日、祝日
受付時間 月 火 水 木 金 土
8:30-12:30 ○ ○ ○ ○ ○ ○
15:00-19:00 ○ ○ ○ ー ○ ○
※受付は8:00~12:00、13:30~18:30
※往診(月・火・金) 13:30~

病院の疑問解消！あれこれ 保険外併用療養費の変更って何…？

受診編 6



Q1 保険外併用療養費が平成28年4月から変わったと聞いたけど、どう変わったの？

A 当院では、紹介状をお持ちでない初診患者さんには初診時保険外併用療養費として「3,240円(税込)」をご負担いただいていたのですが、「5,400円(税込)」に変更になりました。

Q2 再診時も「保険外併用療養費」が必要になったのですか？

A 再診時についても、「他院へ紹介した患者さんが紹介状を持参せずに再来院された場合」には、「2,700円(税込)」をご負担いただくことになりました。

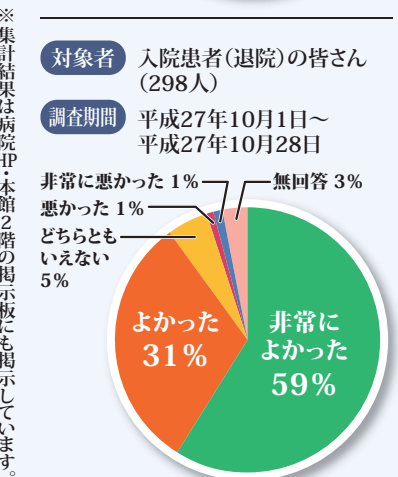
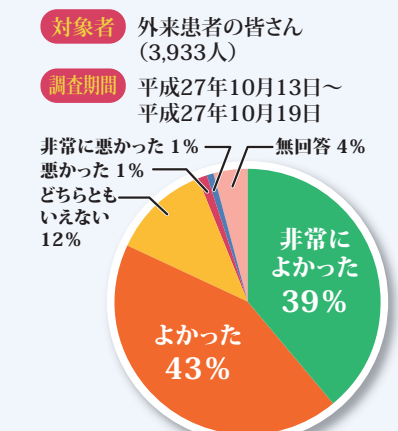
平成28年4月からの保険外併用療養費の変更・新設

変更	初診(紹介状がない)	再診(他院へ紹介した患者さんが紹介状を持参せずに再来院)
	3,240円(税込) → 5,400円(税込)	2,700円(税込)

平成27年度患者満足度調査の集計結果報告

患者満足度調査は、患者の皆さんのより良い病院づくりとサービス向上を目指して、毎年実施しています。患者さんからいただいた貴重なご意見、ご要望はぜひ今後の更なる患者サービス向上に役立てて参りたいと思います。

Q. この病院にきてよかったと思いますか。



※集計結果は病院HP本館2階の掲示板にも掲示しています。

イベントのご案内

4月 第15回外来糖尿病教室
食事療法の講義・試食会
日時 平成28年4月23日(土) 11:30～13:30
場所 10階東 集団栄養指導室
対象 当院外来受診者とその家族
参加費 600円(テキスト・試食費)
定員 20名
申込み・お問合わせ 栄養部 086-464-1172
詳細ホームページ http://www.kawasaki-m.ac.jp/hospital/kenkokyousitu/04.php



5月 病院の日・看護の日・看護週間
日時 平成28年5月13日(金) 10:00～15:00
場所 本館棟8階 大講堂ワイエ
週間行事内容
【ミニ講座】テーマ「脳卒中知っているかい」
10:30～、11:00～、11:30～、13:00～(1回15分4回開催)
【各種コーナー】10:00～15:00
■相談コーナー ケアマネージャーによる面談
■計測コーナー 血圧・体脂肪・骨定量
■展示コーナー 院内学級の生徒の作品、応急処置、栄養部紹介、福祉・介護用品展示
対象 一般
お問合わせ 看護部 看護管理室 086-462-1111

6月 平成28年度 第1回川崎医療短期大学 公開講座
いつまでも健康でいるために
～介護予防のために私たちができること～
日時 平成28年6月18日(土) 10:00～11:30
場所 川崎医療短期大学 体育館101教室
対象 一般
申込み・お問合わせ 川崎医療短期大学 公開講座係 086-464-1032
詳細ホームページ http://www.kawasaki-m.ac.jp/jc/kouza/kouza.html



次号予告

Main メタボリックシンドロームについて

【専門部門紹介】薬剤部

- ・「眼の病気」について
- ・病院の疑問解消！あれこれ
- ・連携医療機関のご案内
- ・イベントのご案内 ・次号予告

掲載内容は予告無く変更される場合があります。ご了承ください。

