

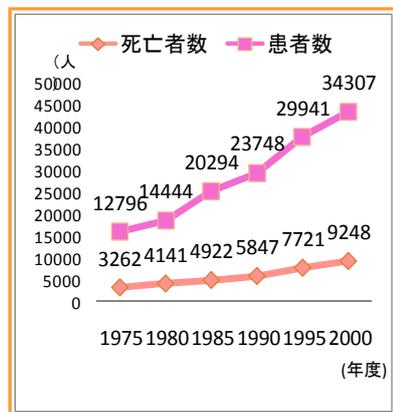
に시다便り



特集 乳がんの基礎知識

「乳がんは女性の20人に1人が発症する」と言われています。

日本人女性の乳がん患者数と死亡者数



上図は、厚労省の人口動態統計（がん・統計白書2004）ですが、乳がんの患者数・死亡者数とも年々増加していることが分かります。

ガンの危険因子

- 年齢が40才以上又は未婚の30才以上の女性
- 初産年齢が30才以上
- 閉経年齢が55才以上
- 肥満度が20%以上
- 良性乳腺疾患にかかったことがある

- 家族に乳がんの方がいるなどが挙げられています。

早期発見されやすい

乳がんは身体の表面に近い部分に発生するため、観察したりふれたりすることで自分でも見つけることができる数少ないがんのひとつです。また早期発見であるほど治癒率が高い病気です。2センチ以下のしこり（1期）であれば約90%の人が10年生存している、つまりほぼ完治しているという結果が出ています。早期発見につなげるためにもセルフチェックや定期検診を心がけましょう。



セルフチェック

入浴時に

指をそろえて、指の腹で静かに軽く押さえながら渦巻き状にしていねいに何回も乳房にしこりがないか調べます。

入浴時は石けんをつけるとすべりがよくなり、調べやすくなります。

鏡に向かって

自然な状態で立ち、両方の乳房に違和感がないかよく観察します。両手を上下し、正面・側面・斜めなどから以下の事についてよく観察します。

- ・形、大きさ、乳房の高さの違い
- ・乳房の皮膚の一部や乳頭にへこみ、ひきつれ
- ・乳頭にかさぶたやただれ
- ・乳頭を軽くつまんで異常な分泌液

毎月、月経終了後の1週間前後に行うといいでしょう。閉経後の方は毎月検診日を決めて調べましょう。

定期的にチェックすることで、普段の乳房の状態がわかり、異常が見つかりやすくなります。ただし、しこりが見つかった場合、原因は人によって様々です。乳がん以外の原因も多く考えられます。少しでも異常を見つけたら、ためらわずに専門医の診察を受けましょう。



西田病院では乳がん検診を行っております。

- ★ 受付時間 月～金曜（7:30～11:30、13:30～16:30）土曜（7:30～11:30）
- ★ 基本的には乳房エコー検査は女性技師が行います。（要予約）
- ★ 検査時間は約20分、料金は3000円程度です。

検査に対するご質問、お問い合わせは、西田病院 地域連携室まで

TEL(代表) 0972-22-0180

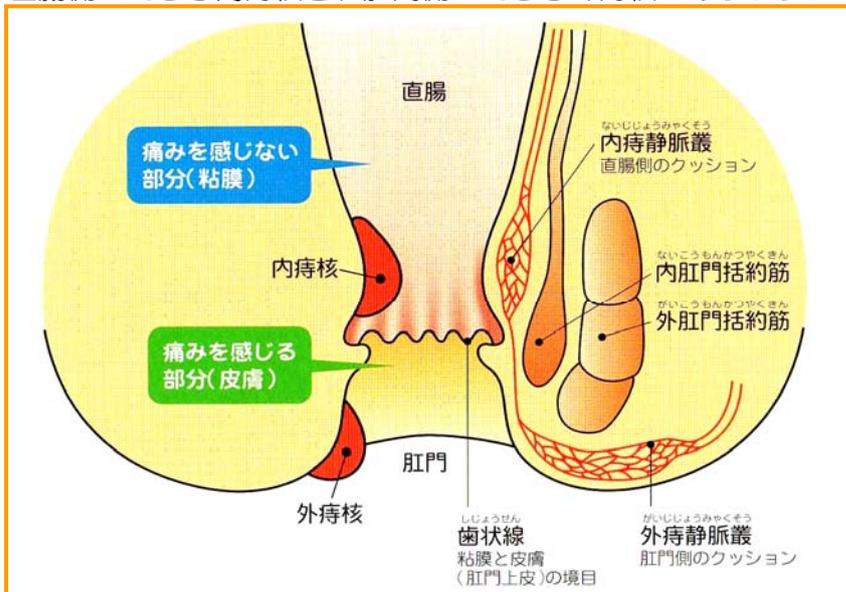


素朴な疑問にDrがお答えします

気になる「痔」の話

Q 内痔核と言われたんですが。どんな治療法があるのか教えてください。

A 痔核とは肛門周辺の粘膜の下には 静脈叢 があり、血管が集まって肛門を閉じる働きをするクッションのような部分があります。肛門への負担が重くなると、クッションを支える支持組織が引き伸ばされ静脈叢がうっ血し出血したり、クッション部分が大きくなり肛門の外に脱出すると排便時や歩行時に痛みがあったり、血栓ができたり、嵌頓したりするようになります。これが痔核です。痔核には直腸側にできる内痔核と、肛門側にできる外痔核があります。



外科部長 原田勝久

日本外科学会専門医 / 日本消化器内視鏡学会専門医 / 日本癌治療認定機構癌治療認定医ほか

専門分野：消化器外科 / 肛門外科 / 一般外科

所属学会：日本外科学会 / 日本消化器病学会 / 日本大腸肛門病学会 / 日本消化器外科学会 / 日本臨床外科学会 / 日本胃癌学会ほか

治療法

軽症例では、内服薬で便通をコントロールしたり、坐薬や軟膏などの外用薬を使用したりします。日常生活で注意する点は、食物繊維を摂取し便通を整える食生活を心がけ、肛門を清潔に保つことが必要です。

中等度および重症例は手術治療の適応です。手術は内痔核に流入する動脈を糸で縛って痔核のみを切除する結紮切除術です。

最近では、内痔核に対して、切らずに治す注射療法（ジオン注内痔核硬化療法）が開発されました。また、麻酔法の進歩により術後の痛みも少なく、入院も短期間で済みます。

当院でも治療できますので、お気軽にご相談ください。

ご存じですか？ - ピンクリボン -



最近、雑誌やテレビ・インターネットなどでよく見かける左のマーク、いったい何のマークかご存じですか？

《ピンクリボンとは》

ピンクリボンは、アメリカの乳がんで亡くなられた患者さんの家族が、「このような悲劇が繰り返されないように」との願いを込めて作ったリボンからス

タートした、乳がん啓蒙運動のシンボルマークであり乳がんに対する理解と支援のシンボルです。

ここ数年、日本でもピンクリボン運動が盛んになり、市民団体・専門家・企業・患者さんの会などが乳がんの早期発見の大切さ、乳がんの正しい知識を知ってもらうための様々な活動を行っています。（参考資料 J. POSHより）

当院においても、女性の方に配慮した検査を行っております。検査方法など詳細は表側をご覧ください。 →

医療法人慈恵会 西田病院

〒876-0831 大分県佐伯市大手町3-3-24

電話 0972 (22) 0180 FAX 0972 (23) 3053

Email: info@nisida-med.jp http://www.nisida-med.jp