



いぶき

いぶき 第31号
 発行者 井上 一
 編集 患者サービス向上委員会
 香川県丸亀市城東町3丁目3番1号
 TEL (0877)23-3111
 FAX (0877)24-1147
 季刊誌 年4回発行
<http://www.kagawah.rofuku.go.jp>

婦人科検診のすすめ

第二産婦人科部長 大倉 磯治



皆様こんにちは、労災病院産婦人科の大倉です。

私が昨年3月に労災病院主催の公開健康講座で「婦人科検診のすすめ」について講演を行ってから早一年となりましたが、今一度講演内容について振り返ってみたいと思います。子宮癌には頸癌と体癌があります。が、ともに早期発見には検診が非常に有効です。

特に子宮頸癌は最も集団検診に適した癌と言われています。子宮頸癌の死亡率は検診の普及とともに減少しましたが、最近横ばいです。子宮癌検診の受診率も最近2割弱で横ばいなので、検診率の増加が低迷していることも死亡率低下が横ばいになっている一因かもしれません。

子宮頸癌の発癌の主な原因はヒトパピローマウイルスの長期



■備讃瀬戸海上交通センター
 宇多津町青野山の中腹にあり船舶が安全に航行できるよう情報提供している。

持続感染と言われています。ヒトパピローマウイルスは性交渉によってうつるため、性生活開始後の人は婦人科検診を受けた方が良いと言えます。

子宮頸癌は若年者から高齢者まで幅広く発症しますが、子宮頸癌は性生活の開始年齢より若年者からも発症するよ

うになってきています。ですから性交渉のある人は若い頃から検診を受けることをお奨めします。

子宮頸癌になりやすい人は、多産、セックスパートナーが多い人、性交渉開始年齢の早い人、ピル服用者、喫煙者、免疫力の低下している人と言われています。

また子宮体癌は女性ホルモンのバランスがくずれる閉経期前後に多く発症します。子宮体癌になりやすい人は、初潮が早く

香川労災病院の理念

働く人々や地域の人々に
 安全で安心のより良い
 医療と看護を提供します

閉経が遅い人、出産経験の無い人、肥満の人、乳癌治療薬のタモキシフェンを使用している人と言われています。子宮頸癌も体癌も、ともに検診により早期発見が可能ですので、リスクのある人は、より積極的に検診を受けましょう。

子宮癌検診の結果は細胞診のクラスⅠ、クラスⅡ、クラスⅢ、クラスⅣ、クラスⅤで表されます。

この検診結果のクラス番号と子宮癌の病状進行期の0期、Ⅰ期、Ⅱ期、Ⅲ期、Ⅳ期とを混同されている人を見かけますが、これらは全く別のことです。

また検診結果が異常(クラスⅢ以上)であっても、必ずしも癌が存在するわけではありません。

最近忘れっぽくなつて…

栄養管理室長 平田 邦江

子宮癌検診結果の意味するところは、細胞診クラスIとクラスIIは癌に関しては異常なし、クラスIIIは前癌病変の可能性があり、クラスIVは初期癌(上皮内癌)の可能性があり、クラスVは浸潤癌の可能性があるという推定の結果なのです。ですからクラスIII以上の異常が認められた人は、病変状態を確認するために少しの組織を取って調べる二次検査を受けることとなります。

初期癌(上皮内癌)や前癌病変であれば治療も軽くて済むし、ほぼ一〇〇%治ります。だからこそ子宮癌検診を若い頃から定期的に受けて、初期癌や前癌病変の段階で見つけて早期に治療することが大切なのです。

しかし、子宮癌検診受診率は欧米では8割以上なのに日本では2割弱と非常に低く、加えて検診の受診者は毎回同じ人ばかりで、新規に受診する人が少ないのが日本の婦人科検診の問題点と言われています。

そのため癌検診は未受診者に検診の意義や日程を知らせて、新たに受診させることが非常に大切なのです。だから、皆さん声をかけあって婦人科検診を受診して下さいね。

「最近物忘れがひどくなつて」、「年かしたら」、「あら、子供の頃宿題や給食袋忘れなかつた?」、「言われてみればそうねえ」、「でも、物覚えが悪くなったのは確かよ」、「そう言えば、40歳頃から加齢とともに、「老人斑」といって、アミロイドβたんぱく質という物質が脳内に蓄積し、記憶力や認知機能の低下を引き起こすと言われているのを聞いたことがあるわ。それに認知症のおよそ半分を占めるアルツハイマー病が増加しているそうよ」、「その、「老人斑」の形成を防ぐ方法はあるの?」

「老人斑」を減らすには、食事や運動を中心とした生活習慣、生活環境による予防が注目されています。

一 「老人斑」を減らす生活習慣

○必要以上にエネルギーをとり過ぎない

○低脂肪の食事を心がける

○青魚に含まれるDHA・I

PAを積極的にとる

その他、緑茶などに含まれるカテキン、うこんに含まれるクルクミン、ブロッコリー、ほうれん草などの緑黄色野菜、お茶

やのりに含まれる葉酸、オリイ

ブ油、ごま、ごま油などが効果的。

○運動するだけでも「老人斑」の形成は抑制される

○豊かな環境の中で、外に出て、遊んだり、多くの人と接し刺激をうける

二 「脳健」をつくる

○活性酸素の働きを抑制する

β-カロテン(緑黄色野菜)

○血流をよくするビタミンE

(緑黄色野菜、ごま)

○脳の神経伝達物質をつくる

レシチン(卵黄のほか、大豆や、納豆、豆腐などの大豆製品)

三 脳の栄養は血液中のグルコース(血糖)

グルコースの体内貯蔵量はせいぜい半日分。ですから、三食規則正しくバランスよく食事をとることはとても重要です。特に脳は午前中が最も活動しやすいリズムを持っているので、朝食はかかせません。

一口30回、ゆっくりよく噛んで食べることは、脳を活性化

する効果だけでなく、転倒予防にもつながるそうです。もちろん、噛めば噛むほど唾液の量は増え、唾液の多様な効果は良く

知られています。もう、春です。運動の習慣をつけたり、催し物への参加、趣味を始めるには良い季節です。さあ、行動を開始しましょう。マイペースで。

「そうね、私達も今から脳のトレーニングと、食生活の見直しを一緒に始めようか。気持ちのゆとりを持ってやれるところから」、「そうねえ。楽しい、豊かな人生を送りたいものねえ。」

香川労災病院 ICT の役割紹介

感染管理認定看護師 塚田由美子

ICTは、Infection 感染 Control 制御 team チームの略で院内感染の発生を制御する実戦部隊です。

院内感染は、人から人に病原菌が伝播して起こりますが、その割合は全体の40%くらいです。後の60%の院内感染は、患者様がもともと持っている菌が原因となり、手術やカテーテル挿入など侵襲的な操作や、免疫力の低下によって引き起こされます。ICT最大の役割は、院内感染の発生の状況をリアルタイムに把握し、院内感染が減少するように感染対策の支援をすることです。

今年インフルエンザA型、一昨年にはノロウイルスの

世界的な大流行と院内感染対策を実践する上で大変な状況が続いています。さまざまな困難な状況下で、いかに院内感染を最小限にとどめるかが、ICT力を試される時です。現場のスタッフと協力して、これからの院内感染対策を進めて行きたいと思えます。



新任医師紹介



外科医師 渡辺 信之
わたなべ のぶゆき

平成20年8月より当院外科に赴任してまいりました渡辺信之です。どうぞよろしくお願いたします。

私は香川県高松市出身で、岡山大学を卒業後、平成13年に岡山大学第一外科に入局し、岡山大学医学部附属病院、香川労災病院、松山市民病院で外科研修を行いました。その後は岡山大学大学院で医学研究を行いました。医療資源の大変不足した地域での医療にも携わってきました。現在は消化器外科全般、救急疾患の診療を中心に行っています。

最近の外科領域においては腹腔鏡、胸腔鏡を用いた鏡視下手術の普及により、従来よりも体になやさしい手術ができるようになってきており、当院でも積極的に進んでいます。

やんちゃざかりの息子の相手ですが、地元の病院で医療に携われることに喜びと責任を

感じながら、今後も皆様に安心して医療を受けていただけるよう日々努力邁進していきたいと思っております。

新しい分析器で細菌検査スタート

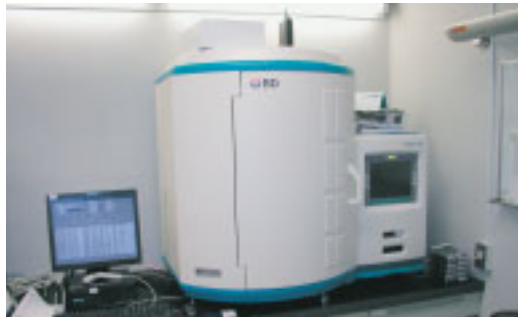
検査科 技師長 影山 洋吉

二〇〇九年二月二日から、細菌検査室でBDフェニックスと言った新しい分析器が稼働しています。

この機器は検査技師が分離した細菌の同定や感受性検査を速やかに実施してくれるため、より早くかつ正確な検査結果を医師に提供することができるようになりました。

さて、細菌の同定検査や感受性検査とはどのような検査なのでしょう。

いま、ここに一つの細菌が



分析器 (BDフェニックス)

また、この細菌に対して治療に使用している薬が、効くのか効かないのか、その薬効を調べる検査を感受性検査といいます。

どちらも細菌検査の中では重要な検査です。

以前は一つひとつの確認を検査技師が全て手作業で行っていたため、判定まで時間がかかりましたが、今では、この分析器が数種類の確認作業を一度にしてくれまますので、判定までの時間を短縮することができました。

私たち検査科はこうした最新の機器を駆使して、これからも迅速に正確な検査結果を提供することに努めてまいります。

目薬の使用法

薬剤部 豊田 幾代

様々な目の病気の治療に使われる目薬。身近で手軽なイメージのあるお薬ですが、その正しい使用方法は意外と難しいものです。そこで今回は目薬の使用法と注意点についてご紹介します。

目薬は無菌（細菌等が全く含まれていない）のお薬ですから、清潔な状態で使用しなければなりません。そのため、使用前に

30〜50μL、これに対して目に保持できる量は約30μLなので、1回に必要な量は1滴で十分です。溢れた目薬は皮膚の炎症を起す事があるので、清潔なティッシュ等でふき取りましょう。

次に複数の目薬を使用する時はどうすれば良いでしょうか？同時に点眼すると目薬が目から溢れて効果が期待できないので、間隔を5分以上あけて点眼するようにしましょう。ここで気になるのは点眼順序ですが、より高い効果を期待する物が後です。但し、懸濁液や油性、粘性のある目薬は最後に点眼します。点眼後はすぐに目を閉じ、1〜2分間目を軽く押しえます。そうすると、目薬が鼻や口に流れ出るのを防げるので、十分な効果が期待でき、副作用を防ぐ事もできます。

最近、コンタクトレンズの普及により、レンズを装着したままの点眼でレンズの変形や角膜障害の原因になる事があります。レンズや目薬の種類にもよりますが、一般的にはレンズを外して点眼し、15分以上たってからレンズを装着するのが良いでしょう。

薬を正しく使用する為に、何かご不明な点があれば医師または薬剤師にご相談下さい。

外 来 診 療 予 定 表

診 療 科	時 間 ・ 診 察 室	月	火	水	木	金	
内 科	午 前	一 診	多田	永田	多田	荒木	滝本
		二 診	荒木	吉田	藤井	藤井	永田
		三 診	寺西	石原	石原	寺西	吉田
		四 診			滝本		
		五 診	西	山下	三村	後藤	平池
循 環 器 科	午 前	一 診	松浦(予約)	渡邊(初診)	植木(予約)	水尾(初診)	水尾(初診/予約)
		二 診	植木(初診)	水尾(予約)	松浦(初診)	渡邊(予約)	
	午 後		ペースメーカー(第2,第4)				
外 科	午 前	一 診	村岡	津村	立本	村岡	津村
		二 診	小林	立本	國土	渡辺	木村
		三 診			母里		
	午 後		呼吸器 津村	肝・胆・膵 国土	※乳腺 村岡・小林・渡辺		
整 形 外 科	午 前	一 診	横山	善家	横山	前原	布施
		二 診	生熊	森谷	布施	森谷	横山
		三 診	前原	高田	生熊		善家
	午 後		リウマチ外来		リウマチ外来		
リハビリテーション科	午 前	高田	田村	高田	生熊	高田	
形 成 外 科	午 前	田中	田中	田中	田中(午後)	田中	
脳 神 経 外 科	午 前	一 診	藤本	吉野	合田	藤本	吉野
		二 診	柚木	合田		平下	
泌 尿 器 科	午 前	一 診	西	西		西	西
		二 診	水野	水野	水野	水野	水野
産 婦 人 科	午 前	一 診	川田	大倉	川田	木下	大倉
		癌 検 診	木下	木下	大倉	大倉	木下
	午 後	産科予約検診	大倉		木下		川田
		産後検診				交代制	
眼 科	午 前	一 診	小見山	小見山	小見山	小見山	小見山
		二 診		國土	國土	國土	
耳 鼻 咽 喉 科 頭 頸 部 外 科	午 前	一 診	平田	森下	森下	苺田	森下
		二 診	苺田	平田	苺田		平田
	午 後			腫瘍外来			
放射線科(放射線治療)		三谷(予約のみ)		三谷(予約のみ)			
歯 科 口 腔 外 科	午 前	一 診	池田	池田	池田	池田	池田
		二 診					松村
麻 酔 科 (ペインクリニック)	午 前	一 診	北浦	鈴木	北浦	戸田	北浦
		二 診	大西				
ス ト マ 外 来	午 前		看護師(午前中)		看護師(午前中)		

※メンタルヘルス科は平成21年3月から休診いたします。

健 康 診 断 セ ン タ ー

日帰りドック	1日20名	火、水、金曜日	海外派遣労働者の健康診断	随時
一般健診	1日20名	月、木曜日	特殊健康診断	随時
脳ドック	1日1名	月、火、木曜日	振動障害健康診断	1名 月曜日
雇入時の健康診断	1日20名	月2回	健診車による出張健診	月～金曜日
定期健康診断			丸亀市住民検診	月～金曜日

※全ての健診は予約が必要です。 ※健診の曜日は変更になることがあります。

- 当院は、政府管掌健康保険生活習慣病予防健診事業の指定病院となっており、該当する方は補助を受ける事が出来ます。
- 健診の結果、二次検査が必要となった場合、乳腺外来のみ当院で予約を行っております。

香川労災病院時代の思い出

そのI—序曲

香川労災病院名誉院長 原田 英雄



このたび、香川労災病院季刊広報誌「いぶき」の編集部から「病院勤務時代の思い出」について4回連載の原稿を書くように依頼された。

私は第4代病院長として平成10年12月1日から同17年7月31日まで勤務させていただいた。

懐かしい思い出は語り尽くせぬほどあるが、まずは「いぶき」にまつわる思い出から始めたい。「いぶき」の創刊は平成13年9月1日であるが、創刊号を見ると、当時の心の躍動が今でも鮮明に甦る。「時代が変わる、医療が変わる、病院が変わる。われわれも変わろう」を

合い言葉に病院の改革・改善に向けて一斉に走り続ける中で、職員の間から「患者、住民、医療関係者、行政の方々へ定期的に情報を発信する広報誌を刊行したい」との声があがった。早速、患者サービス向上委員会が編集担当を引き受けてくれた。

次に、広報誌名については職員から募集することになった。多数の応募の中から選ばれた名称が「いぶき」で、名付け親は藤本脳神経外科部長と仙田看護助手の二人であった。命名理由は、それぞれ「患者さんの支えになつていく」「エネルギーに溢れるイメージがある」ということであった。この背景には、病院玄関の入口右側に石のモニュメント「いぶき」(速水史朗先生作)があり、日頃から患者・家族や職員に勇気を与えていた事実がある。通りすがりに此の彫刻の頭をなでる人が多いそうである。

後日、題字を書く役割が私にまわってきた。小学校時代にあった習字の時間以来初めて持つ筆である。

逃げることはできないと覚悟して、渾身の力をふりしぼって一気に書いた。できあがった創刊号を見て驚いた。縦書きしたはずの題字「いぶき」が横書きになっていた。書き直すのは気の毒と、当時の後藤庶務係長が一字ずつ切り離して再び横に貼り直してくれた事が後日判明した。心温まる配慮を感じたエピソードである。

「いぶき」の創刊によって、年報としての役割を担う「香川労災病院雑誌」、訪問看護・訪問診療の情報を掲載した月刊誌「あすか」、およびホームページの充実とともに病院の情報発信力が格段に向上した。この一連の動きは、職員の底力を感じたうれしい思い出である。

次の思い出は私の香川労災病院長就任時まで遡る。平成9年には岡山大学医学部において研究、教育、診療に明け暮れていた。

ある日、当時の香川労災病院長である西本 詮先生が臨床検査医学講座の教室に訪ねて来られ、香川労災病院長就任への

お誘いを受けた。

当時はまだ大学生生活に未練があり、加えて、第56回日本消化器内視鏡学会総会会長に指名され、翌10年に岡山市で学会を開催すべく精力的に準備を進めている最中であったので定年以前の退職など思いもよらず、丁重にお断りした。

しかし、畏敬する先輩名誉教授にその後も繰り返しお訪ね頂く熱意に動かされ、また、母教室である岡山大学第二内科学講座・原田美根教授の強いお勧めもあつて、ついにお受けさせて頂く決心をした。

第二内科学講座前教授の木村郁郎先生にもご了承を頂いた。西本先生は平成10年3月に病院長を定年退職される予定であったので、すぐにでも就任をという御要望であったが、最終的に学会の大役を果たし終えた直後の12月1日からという事になった。

振り返れば、これが大学生活とは違った意味で充実した第二の人生に移る序曲になったわけで、今は懐かしい思い出である。

「医療・看護相談 支援センター」紹介

医事課

当院では平成18年に地域がん診療拠点病院の指定を受けたことにより、その設置が義務付けられている相談支援センターを「医療・看護相談センター」として設置し、「医療・看護相談、セカンドオピニオン外来の相談をお受けしています。」

〈医療・看護相談センター〉

医療・看護相談センターでは、患者様やご家族が、がんの治療を受ける上での不安や悩み、療養生活や仕事のことについて気軽に相談して頂けます。医師、事務系職員、ソーシャル

ワーカー、看護師がご相談を受け、一緒に対策を考え問題解決のお手伝いをさせて頂きます。ご相談は相談センターに直接お越しいただく方法と、電話・メールでお話を伺う方法があります。お困りの事があれば気軽にご相談下さい。

〈セカンドオピニオン外来〉

セカンドオピニオンとは直訳すると「第二の意見」ということです。具体的には診断や治療方針について主治医以外の医師の意見

のことをいいます。「手術を勧められたけどどうしよう」など重大な決断をしなければならぬとき、他の専門医に相談したいと思うのは当然のことです。

セカンドオピニオンは「主治医に失礼になるのでは」と思われがちですが、その心配はまったくありません。インフォームド・コンセント（説明と同意）という考え方を理解している医師であれば、治療法を決定するのは患者様やそのご家族であることを十分認識しています。セカンドオピニオン外来で

はがん（疑いを含む）で、当院以外の主治医の治療を受けている患者様を対象に予約をお受けしています。健康保険は適用されません。全額自費となります。

当院でのセカンドオピニオンを受けたい方、当院から他の病院へセカンドオピニオンを受けたい方、その他、ご相談下さい。



● 労災病院周辺で見られる鳥 ● オナガガモ

薬剤部副部長 吉村 正則

秋から春にかけて普通に見られるカモの一種。都会では人慣れしている公園も多いので、丸亀城でも身近に見られる日も近いと思われる。

漢字で書くと尾長鴨。雄雌共に他のカモに比べて尾が長いので遠くても分かり易い。

お知らせ

● 公開健康講座

日時

3月19日(木)

14時～15時30分

場所

香川労災病院管理棟

会議室

内容

高血圧の診断と治療

講師

水尾循環器科部長

参加

無料

編集だより

患者サービス向上委員会

高嶋由利子

3月弥生、暦の上では春です。厳しかった冬がようやく過ぎ、やがて色鮮やかな花たちが競って咲こうとする頃になりました。

四季の中でも春は何か新しい事が始まりそうな予感、去年とは違う新鮮な息吹きを感じる予感がします。

昨年末から今年始めにかけて大きな社会問題がありましたが、私達はこの社会の大きなうねりの中でも決して方向を見失う事無く、自分達の為すべき事をしっかりと見定めて前進して行きます。今年も「いぶき」をよろしく願います。

お問い合わせ窓口

● 医療・看護相談支援センター

TEL: 0877-23-3111(内線3100)

e-mail: syomu@kagawaH.rofuku.go.jp

受付時間 月曜日～木曜日 9時～17時

金曜日のみ 9時～16時(祝祭日を除く)

● セカンドオピニオンの電話でのお問い合わせ

TEL: 0877-23-3111(内線3100)

受付時間 月曜日～金曜日 13時～16時(祝祭日を除く)