八潮中央総合病院 院外広報誌

ふれあい

2019 10月

発行:医療法人 社団協友会 八潮中央総合病院　編集:広報委員会　〒340-0814 埼玉県八潮市南川崎845番地　TEL.048-996-1131／FAX.048-997-2135

世界糖尿病デー　糖尿病教室

world diabetes day
14 November

世界糖尿病デー

糖尿病教室

日時　2019年11月16日（土）
14：00～16：00

場所　当院１階ロビー

糖尿病ケアチームスタッフ（医師、看護師、管理栄養士、理学療法士、臨床検査技師、薬剤師）が、糖尿病についての話や展示をします。

*内容は変更となることがあります。

どなた様でもご参加いただけます

糖尿病患者様だけでなく、糖尿病が気になる方や糖尿病患者様をサポートしたいと思う方にもおすすめです。

八潮中央総合病院 糖尿病ケアチーム

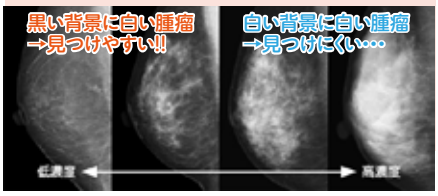
乳がん特集

乳癌は他人事ではない!!
定期的な検診受診を!

皆様こんにちは。今月はピンクリボン月間といって東京タワーがピンク色になる月、乳癌検診啓発月間です。全国的に10月第3日曜日は日曜乳癌検診の日とされており、当院でも2階健診センターにて年に1度の日曜乳癌検診を行います。

近年、日本人の乳癌罹患率が増加傾向にあり11人に1人の女性が乳癌になると言われています。「うちの家系は乳癌の人はいないから大丈夫」なんて思っていらっしゃいませんか?**乳癌は家族歴がない方もなります。**2012年1月から2018年8月までの当院で乳癌と診断された方を調べると、血縁者に乳癌の患者さんがいらっしゃった方は17%でした。逆を言うと乳癌と診断された方の大多数の83%が血縁者の中で初めて乳癌と診断されているということです。**乳腺組織があれば誰もが乳癌になりうるのです。**最近では上皇后様が乳癌の治療をされ話題になりました。驚かれることが多いのですが90歳になっても乳癌になります。近年乳癌の患者さんが増えていますが、全国的に閉経後の患者さんの増加率が目立っています。高齢者の癌はおとなしいタイプが多い、などとよく一般的に思われているようですがそうでもありません。おとなしいタイプもあればやんちゃなタイプもあります。中年の人と同様です。

マンモでがんが見つけにくい
高濃度乳房の人が日本人では70%も!



●マンモグラフィ画像　画像提供：GEヘルスケア

実は今回、乳癌の予防法について原稿を書いてほしいと依頼を受けました。しかし残念ながら予防法はありません。これをやったら絶対乳癌にならないなどという方法はないのです。**乳癌になりやすくなるリスクはいくつか知られていますので、可能であればそれを回避し、リスクを持っているならば2年に1回の検診を毎年にするなどして、残念ながら乳癌になってしまうのであればとにかくまめに自己検診や乳癌検診を受け、早く見つけて治療するということが大切なのです。**病変が小さいうちに見つければ軽目の手術で済む可能性があります。

年とともにいろいろな持病が増えてきます。全身麻酔をかけて手術するにはやはり少しでも若くて持病の少ない時に手術したほうがより合併症のリスクが低い条件で手術ができます。

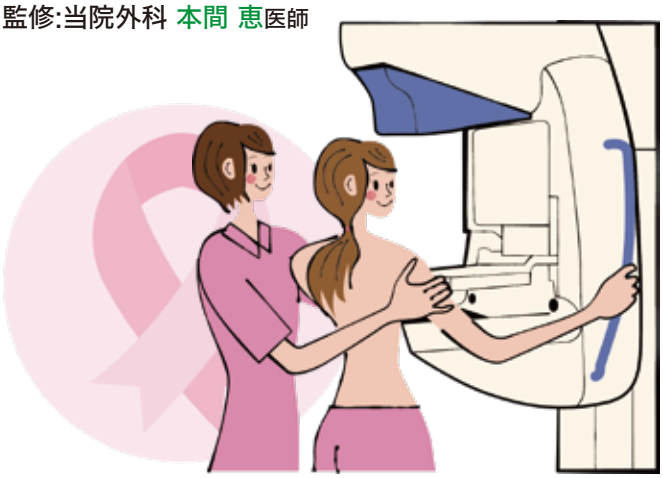
乳癌のリスクとしては家族歴の他に、早い初潮(初めての生理)、遅い閉経、初産年齢が30歳以上、未出産、飲酒、喫煙、夜勤、睡眠不足、閉経後の肥満、糖尿病、黄体ホルモンを含んだ長期間のホルモン補充療法、高濃度乳腺などです。また定期的な運動が乳癌のリスクを下げることが知られています。

意外と知られていないリスクとして糖尿病があります。糖尿病の専門の先生は定期的ながん検診を推奨しています。また、酒は百薬の長などと言われますが、乳癌に関して飲酒は1杯目からリスクと相関していることが知られています。飲めば飲むほど乳癌のリスクが上がります。個人的には楽しい会食の時に飲酒するなどの楽しみはあってもよいと思いますが、そんなときの為に漫然と習慣的に毎日ビールを飲んだりするのは控えておいた方がよさそうです。また今流行りのストロング缶は同じ1本でもアルコール摂取量が多くなり乳癌のリスクもそれだけ増えることに注意したほうが良いでしょう。和食はリスク低減に効果がある可能性が高いです。大豆イソフラボンの女性ホルモン類似作用が気になり大豆製品摂取を躊躇される方も散見されますが、通常の食生活で摂取する程度であれば問題ありません。肥満を避けてヘルシーな食生活にした方が良いでしょう。イソフラボンのサプリは1日30mgまでなら問題ないとされていますが、通常の和食中心の食事であれば大豆摂取は十分でありわざわざサプリを買ってまで摂取する必要はありません。近年、睡眠不足による免疫力の低下などから癌になりやすくなることが報告されています。

高濃度乳腺というのは、乳腺組織が多いマンモグラフィーを撮影すると白く映る部分が多い乳腺のことです。乳癌は乳腺にできます。乳腺組織が多い方が乳癌になりやすいわけです。残念ながらマンモグラフィーでは乳腺組織も癌も白っぽく映ります。雪山の中の白兎を探すような状態です。少しでも探しやすくする手段として超音波（エコー）検査があります。超音波検査では乳腺組織は白っぽく、病変は黒っぽく映ります。40代の日本人女性での臨床試験ではマンモグラフィー単独検診に比べマン モグラフィー＋超音波検査併用検診の方が乳癌発見率が1.5倍だったという報告があります。

当院の乳癌検診は日本乳がん検診精度管理中央機構のマンモグラフィー講習、超音波検査講習を修了し試験に合格した複数の技師と医師で検査・判定を行っており、検査機器も新病院になってから購入した新しく画質の良いものです。皆様の期待におこたえできるよう日々精度の高い検診を目標に努力しています。40歳以上の検診は基本マンモグラフィーが推奨されますが、当院ではオプション追加あるいは単独の超音波検査による検診も可能です。高濃度乳腺、不均一高濃度乳腺の方には超音波検査追加、また豊胸術後、妊娠・授乳期の検診としての単独超音波検査が可能です。2階健診センターへ是非御相談ください。

監修:当院外科 本間 恵医師



TOPICS

後藤副院長が市職員対象に感染予防の講演

8月27日（火）午後、八潮メセナ集会室において、八潮市職員の健康管理に関する研修が開催され、当院の後藤医師（副院長）が講師として講演しました。

テーマは、「感染症予防のポイントー予防接種と手洗いの重要性ー」で、内容は、感染症の種類と内容、免疫と予防接種、予防するための心がけ、手洗い・手指消毒および実践でした。

実践では、手洗いの練習器であるグリッターバグを利用して、参加者全員が手洗いを確認しました。

この日集まった市役所の各部署代表の42人の市職員は、最後まで熱心に参加していました。

ふれあいコンサートを開催!

8月31日（土）午後、当院1階ロビーにおいて「第5回ふれあいコンサート」を開催しました。

今回は八潮市との共催で、サックス・アンサンブルー紬ー（つむぎ）のメンバー 4人の皆さんにおいでいただき、演奏していただきました。

曲目は、「美空ひばりメドレー」「オーシャンゼリゼ」など親しみやすい選曲で、ロビーには、入院患者様や広報等で知った市民の皆様など100人の方々が集まり、すばらしい演奏を楽しみました。

次回は、本年12月にクリスマスコンサートを予定しています。

祝日の診療体制

10月22日(火)は 休診です!

10月22日(火)は、「即位礼正殿の儀」が行われるため祝日となっており、当院の診療も休診となります。
なお、救急を要する診療につきましては、24時間体制で対応しております。

新任医師のご紹介

消化器内科 **山本 健一郎** 医師

専門 消化器内科

資格 日本内科学会認定内科医
日本消化器病学会消化器病専門医
日本消化器内視鏡学会消化器内視鏡専門医

message

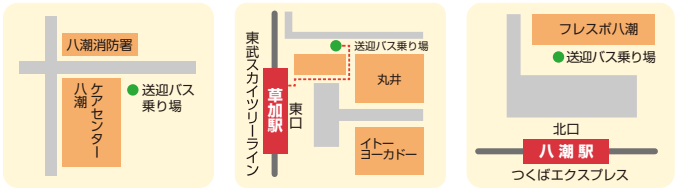
地域医療に貢献したいと思います。

送迎バス時刻表

※日曜・祝日は運休いたします。　平成31年2月1日現在

1号車　病院 ⇔ ケアセンター八潮 ⇔ 草加駅

2号車　病院 ⇔ 八潮駅



●ケアセンター八潮
正面玄関前

●草加駅 東口
草加駅東口ロータリーから丸井様と上島珈琲店様の間の通路を抜けたあたり。

●八潮駅 北口
フレスポ八潮サンマルクカフェ様前あたりに停車。

1号車の発車時刻　草加駅東口行き

八潮中央総合病院		草加駅		ケアセンター八潮(病院行き)	
		7:30	発	7:40	発
		7:45	発	7:55	発
		8:00	発	8:15	発
8:25	発	8:55	発	9:05	発
9:20	発	9:50	発	10:00	発
10:10	発	10:40	発	10:50	発
11:10	発	11:40	発	11:50	発
12:30	発	13:00	発	13:10	発
13:20	発	13:50	発	14:00	発
14:00	発	14:30	発	14:40	発
15:00	発	15:30	発	15:40	発
16:10	発	16:40	発	16:50	発
17:10	発	17:40	発	17:50	発
18:10	発	18:40	発	18:50	発
19:00	発	※4(19:30)	着	—	

2号車の発車時刻　八潮駅北口行き

八潮中央総合病院			八潮駅	
7:30	発	⇔	7:35	発
8:05	発	⇔	8:10	発
8:20	発	⇔	8:25	発
8:40	発	⇔	8:47	発
9:00	発	⇔	9:05	発
9:30	発	⇔	9:35	発
9:50	発	⇔	9:55	発
10:30	発	⇔	10:35	発
10:50	発	⇔	10:55	発
11:20	発	⇔	11:25	発
11:40	発	⇔	11:45	発
12:05	発	⇔	12:10	発
12:40	発	⇔	12:45	発
13:00	発	⇔	13:05	発
13:40	発	⇔	13:45	発
14:30	発	⇔	14:35	発
15:10	発	⇔	15:15	発
15:50	発	⇔	15:55	発
16:20	発	⇔	16:25	発
16:50	発	⇔	16:55	発
17:20	発	⇔	17:25	発
17:50	発	⇔	17:55	発
18:30	発	⇔	18:35	発
19:20	発	⇔	19:25	発

※1 病院発草加駅行きのバスは、ケアセンター八潮経由となります。
※2 時刻表内の 青文字の発車時刻 の便は、土曜日は運休いたします。
※3 交通状況により遅れることがございます。
※4 19:30草加駅は下車のみとなります。

上尾中央医科グループ　医療法人 社団協友会
八潮中央総合病院
〒340-0814 埼玉県八潮市南川崎845番地
TEL 048-996-1131 FAX 048-997-2135
http://www.yashio-cgh.jp

日本医療機能評価機構認定