



DREAMING

Heart of the Dreaming 私たちは「心温かい信頼の医療」を目指しています。

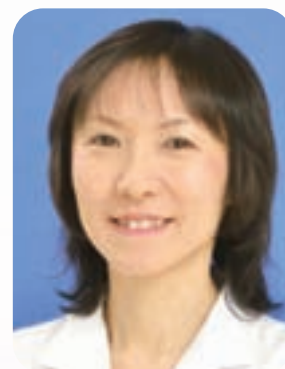
知っておきたい
病気のはなし

身近にひそむ病気の話や
覚えて役立つ医療の
情報をお届けします。

乳がん検診を 受診したことはありますか？

—やさしい乳がん検診のはなし—

放射線科医長 朽木 恵



はじめに

最近、「乳がん」や「乳がん検診」という言葉を聞くことが珍しくなくなってきました。しかし、実際日本では、乳がん検診を受診する人は、欧米に比べるとまだまだ少ない状態です。乳がんを心配していても乳がん検診に行く勇気がない方、なんとなく受けないまま過ぎてしまった方がまだ多くいらっしゃいます。今回は、乳がん検診の目的や方法、検診結果の見方について解説します。

乳がんについて

乳がんの多くは、乳管と言われる乳汁（母乳）の通る管に発生します。はじめは、細い乳管に納まるサイズです（図1）。がんが大きくなると、乳管の壁を壊して外に出て、やがて乳房のしこりとして触れるようになります（図2）。乳管の中に納まっている間は、がんと言ってもふるまいはおとなしく、わきの下のリンパ節や他の臓器にがんが広がることはありません。一般的に早期乳がんと呼ばれるものは、がんが乳管の中に納まっている小さなものからしこりのサイズが2cm以下でわきのリンパ節や他の臓器にがんが広がっていない状態を指します。

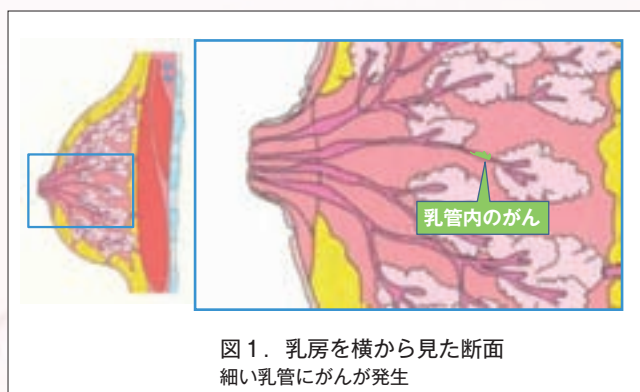


図1. 乳房を横から見た断面
細い乳管にがんが発生

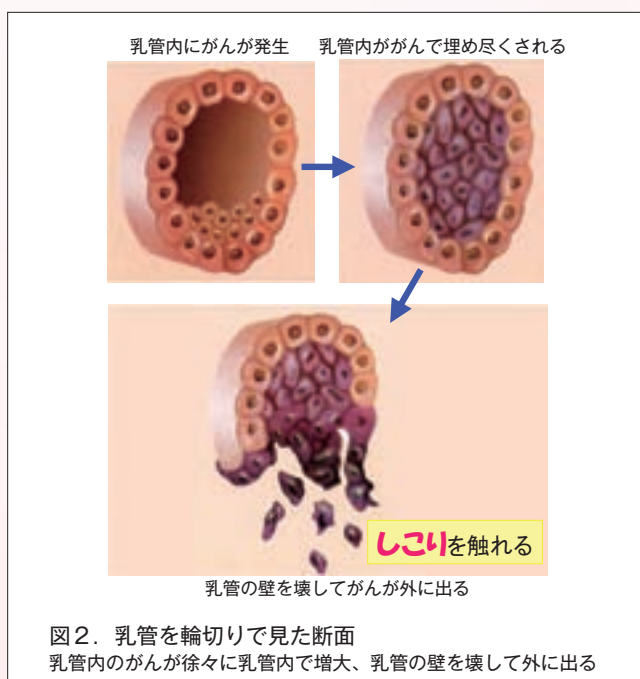


図2. 乳管を輪切りで見た断面
乳管内のがんが徐々に乳管内で増大、乳管の壁を壊して外に出る

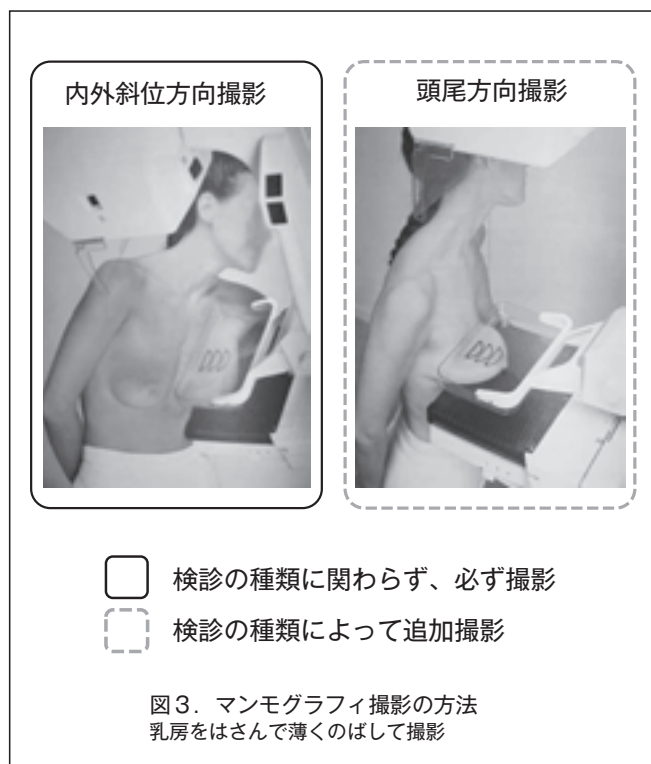
乳がん検診の目的と方法

乳がん検診の目的は、乳がんを早期の状態で発見し、乳がんで死亡する人を減らすことです。日本人女性では、乳がんになる人の数は増加しており、特に40歳代から乳がんになる危険性が高くなります。そのため、40歳を過ぎたら2年に一度は乳がん検診を受けることが推奨されています。

以前の乳がん検診は、医師が乳房を触ってしこりを探す「視触診」による検診でした。しかし、早期の乳がん発見への役割が少ないことが明らかとなり、日本では2004年から乳房X線検査（マンモグラフィ）による乳がん検診が開始されました。現在の乳がん検診は、マンモグラフィ撮影と医師による視触診を行うのが一般的です。

マンモグラフィ撮影の方法

マンモグラフィでは、「乳房をはさんで薄く伸ばす」撮影が行われます。乳がんと周りの正常の乳腺は、マンモグラフィで見ると非常に似た色合いを示すため、乳房を薄くして、乳がんを発見しやすくするためです。乳がん検診では、左右の乳房をそれぞれ2枚、もしくは1枚ずつ撮影します（図3）（検診の種類、市町村や年齢により異なります）。



検診結果の見方

乳がん検診の結果には「異常なし」と「要精密検査」の2通りがあります。

「異常なし」を受け取った場合、2年後に同様に乳がん検診を受けてください。「要精密検査」を受け取った場合は、外科もしくは乳腺外科を速やかに受診してください。

「要精密検査」＝（イコール）「がん」ではありません。乳がん検診では、検診の段階では良性和悪性（がん）の区別が困難であり、「要精密検査」は、「他の検査を追加して総合的に判断してください」という意味です。

乳がん検診では、全国共通のルールに従って判定をしています。がんの可能性を捨てきれないものも「要精密検査」として判定しますので、実際にがんだった人より多い人が「検診でひっかかる」ということになります。平成26年度の山形県乳がん検診では、乳がん検診を1000人受けたと仮定した場合、68人が要精密検査と判定され、そのうち実際に乳がんだったのは2人という結果でした。

乳がん検診を受ける時に注意すること

生理前は乳房が張っているため、視触診やマンモグラフィの乳房の圧迫が苦痛に感じる人が多くなります。生理が始まると乳房の張りがやわらぎますので、生理開始から2～7日の撮影が良いでしょう。

乳がん検診は、しこりや乳房のひきつれなどの自覚症状のない人を対象として行われています。自覚症状がある場合は、検診を待たずに外科や乳腺外科などを早急に受診してください。

乳房超音波（乳腺エコー）による乳がん検診

マンモグラフィと乳房超音波検査にはそれぞれ得意不得意があり、お互いの利点、欠点を補いながら、病院の乳腺診療で使用されています。乳房超音波検診の開始には、研究結果や制度の整備をもう少しばかり待つ必要があります。

注：人間ドック（任意型検診）ではマンモグラフィと併せて施行している施設もあります。

乳がん検診のデメリット

「要精密検査」の結果を受け取った場合の不安は当然のことです。前述のように、結果的にがんだけでなく「要精密検査」の結果を受け取る可能性があるということを知っておく必要があります。「要精密検査」となったことへの心の負担、精密検査を受けるための時間、費用の負担などが、検診のデメリットになることがあります。

次に、マンモグラフィだけでは乳がんを100%指摘できるとは限らないということです。前述のように、乳がんと周りの正常の乳腺は非常に似た色合いを示すために、乳がんの約10-20%はマンモグラフィでがんの影を発見できないとされています。マンモグラフィでの乳房の見え方は個人差が大きく、乳がんの影を簡単に発見できる乳房や発見しにくい乳房など様々です（図4）。

乳がんは、自分で発見できるがんです。乳がん検診で異常なしと判断されても、定期的に乳房のしこりや痛み、引きつれなどを自分でチェックしてみてください。

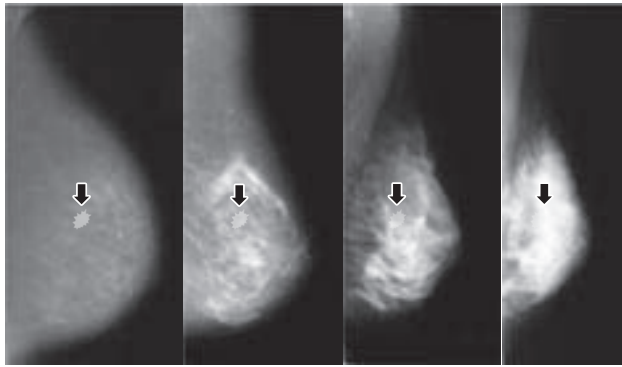


図4. 4人の左乳房マンモグラフィの比較
同じ病変（★）でも人によって発見しにくくなる

乳がん検診に関してよくある質問

Q. マンモグラフィ撮影の痛みを我慢できるか不安です。

A. 乳房をはさんで薄く伸ばす撮影方法ですので、圧迫される痛みは多少感じますが、通常は軽度です。緊張して体を

硬くすると、ますます力が入って痛みを強く感じる場合があります。マンモグラフィは撮影技師との共同作業ですので、リラックスして受けてみてください。

Q. マンモグラフィによる被曝は大丈夫でしょうか？

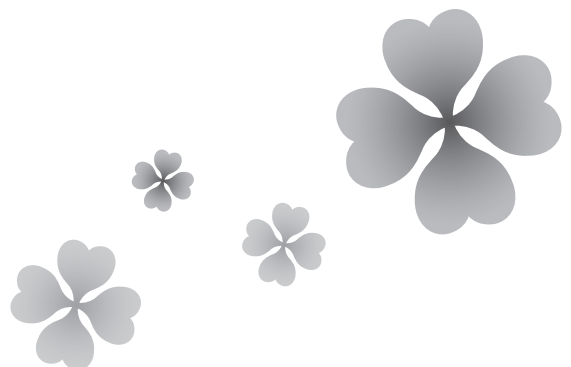
A. マンモグラフィ検査1回の被曝線量は多くても0.15ミリシーベルトという放射線量です。東京⇄ニューヨーク間の飛行機の搭乗で往復約0.2ミリシーベルトの自然放射線を浴びるとされており、これよりも少ない放射線量です。不必要に心配する量でないことが分かります。

Q. 乳がんが心配で、いろいろな検診施設を受診して診てもらいたいです。

A. 乳がんに対して過度に不安になる必要はありません。マンモグラフィは各検診施設に長期間保管されています。マンモグラフィは過去のものと見比べながら判定していますので、正確な判定のために同じ検診施設で受け続けることをお勧めします。

おわりに

乳がんになりやすい40歳代は、仕事や子育てで忙しい時期で、自分の事を後回しにしがちです。「お母さん年齢は乳がん年齢」です。乳がんの発見には、正しい知識と自分への愛情が必要です。40歳を過ぎたら、乳がん検診受診を是非お願いします。



専門外来のご紹介

脊椎外来

肩で腕の重い感（痺れ）に、

頸椎間板ヘルニア・頸椎病

腰椎間板ヘルニア・腰椎管狭窄症 があります。



くび・腰・背中の痛み
手の痛み・しびれ・使いづらさ
あし（脚～足）の痛み・しびれ・歩行困難

といったものが代表的な症状です。

このような症状でお悩みの方は、是非ご相談ください。
肩こり・腰痛・手足のしびれ・歩行困難など、正しい診断と治療で良くなります。

診療日：月曜日（9:00～11:30、13:30～17:00）

木曜日（9:00～11:30、13:30～16:00）

※当日受診も可能ですが、診察完全予約制ですので、前日の患者様はできる限り電話での予約をお取りください。

担当医師：田中 靖久（病院長）

【日本整形外科学会 肩関節内視鏡医】

【日本神経内科学会 神経外科専門医】

お問い合わせ：整形外科・地域医療連携（電話：023-623-5111）

★理念★「心温かい信頼の医療」 公立学校共済組合東北中央病院

乳腺外来

当院では、マンモグラフィ検査など
全ての検査を1日で行えます！

◆診療日／担当医◆

	月	火	水	木	金
午前	齋藤			鈴木	齋藤
午後	齋藤	鈴木		鈴木	齋藤

◆担当医のご紹介◆

齋藤善広 副院長（写真右）

- ・日本乳癌学会認定医、乳腺超音波診断医、
マンモグラフィ読影医
- ・日本外科学会専門医、専門医、認定医
- ・日本消化器外科学会専門医、専門医、認定医

鈴木幸正 外科部長（写真左）

- ・日本乳癌学会専門医、認定医
- ・マンモグラフィ読影医
- ・日本外科学会専門医、専門医、認定医
- ・日本がん治療認定医機構
がん治療認定医、指導医
- ・日本消化器外科学会
専門医、専門医、認定医

東北中央病院

「心温かい 信頼の医療」

山形県立東北中央病院

023-623-5111



私たちの意識は、
病に負けることがあれば、いつでもご相談下さい。

不妊症外来

未来の「ママ」のために！

一人ひとりの状況やニーズにあわせた診療を行います。

不妊に関する素朴な疑問、相談に的確に答えます。

女性医師が、心を込めてサポートします。

◆診療日◆

	月	火	水	木	金
午前	○	○	○		○
午後	○	○		○	○

※受付は、17時まで行っておりません。

◆担当医のご紹介◆

岡根 夏美 医師

・日本産婦人科学会専門医



問い合わせ先 023-623-5111 「中央医室」まで

★理念★「心温かい信頼の医療」 公立学校共済組合東北中央病院

肛門外来

肛門外来受診者のうち最も多い疾患は「痔核」になりますが、患者さんの症状や診察を通し、以下の治療方法を選択しています。

治療法1 「痔核」の薬物治療

・最も簡単だが、手術などと比較すると効果が低い

治療法2 「痔核」の手術療法

・従来のより広く行われている治療法で、様々なタイプの痔核にも対応可能
・出血や腫れ、痛みを伴うことがある

治療法3 「痔核」の硬化療法

切らずに治す、
新しい治療法です！

・痔核に薬剤を注入し「固めてしまわせる」治療法
・痔核を切らずに治すため従来の手術と比較すると、患者さんの身体的負担が軽くなる

診療日：毎週木曜日（8:30～11:30）

※原則予約制です

担当医師：設楽 英樹

【日本外科学会専門医】

痔でお悩みの方、お通じの便出血のある方、
肛門痛のある方などは、お気軽にご相談ください。

☎ 問い合わせ先：外科外来 023-623-5111 ☎

★理念★「心温かい信頼の医療」

公立学校共済組合東北中央病院





おじゃまします！

～私たちは『特定保健指導』を行っています～

糖尿病や脂質異常症などの「生活習慣病」は、早め早めの生活習慣の見直しによって重症化や合併症を防ぐことができると言われています。

そこで、私たちは健診結果を即時に反映し、お一人お一人の状態にあった、より良い生活習慣を身につけていただくサポート（特定保健指導）を実施しております。

◆とある1日のスケジュール

8:30	・ スタッフ間でのミーティング、資料作成
10:00	・ 特定保健指導の実施 （山形県、宮城県、福島県より1泊2日での人間ドックご利用者を対象） ・ 実施記録の作成
13:00	・ 特定保健指導の実施 （青森県、秋田県より2泊3日での人間ドックご利用者、または 外来での特定保健指導予約者を対象） ・ 実施記録の作成
15:00	・ 翌日の対象者のプラン作成
16:00	・ ご利用者様へ、メールまたは手紙にて実践応援のご連絡



担当する保健師・管理栄養士

より良い生活習慣は「栄養」「運動」「休養」のバランスが重要で、どれか一つに偏っても健康増進はうまくいきません。担当するスタッフは全員「人間ドック健診情報管理指導士」の認定を受けておりますので、専門的な知識を活かし、「やってみようかな？」とご検討いただけるアドバイスの提供を行っています。決して無理強いはいたしません。ご利用者様の意見を尊重しつつ、健康を築き上げる実践を応援しております。

◆特定保健指導の内容は…

個別に面談



メールまたは手紙にてご連絡



面談から半年経過し、終了



面談では健診結果をご覧いただき、現在の状況や考えをお尋ねいたします。それに対して、効果的な実践方法を考案できるよう、優しくサポートいたします！もちろん、具体的なアドバイスも適宜行っています。

特定保健指導の申込は、①公立学校共済組合の組合員、②公立学校共済組合の被扶養者、③公立学校共済組合の任意継続組合員の方で、且つ特定保健指導の利用券をお持ちの方を対象に指導を行っています。

なお、上記以外の方は、当院での受診は出来ませんので予めご了承ください。

予約制となりますので、**医事課健康管理係（直通023-623-5185又は023-623-5186）**まで電話でお申し込みください。

フレッシュ・ボイス
FRESH VOICE

病院にやってきたフレッシュさんの
フレッシュな声を伝えるコーナーです。



学生時代は、ラグビー部に所属していました。
チャレンジ精神を忘れずに頑張ります！

看護師（6階病棟）

齋藤 朴

すなお

私が看護師を目指したきっかけは、看護師である両親が、私によく仕事の話をしてくれていたことでした。はじめのうちは「大変な仕事なんだな」と思って聞いていたのですが、年齢を重ねるにつれ、両親の話に対する感じ方が変化していくのが分かりました。高校生になる頃、私は看護師とは大変な仕事であると同時に、誰かの生きていく力になれる仕事だと考え、この職業に就くことを決めました。

私が東北中央病院に就職した事にはいくつか理由がありますが、理由の一つは病院全体の優しい雰囲気です。病院内でふとしたときに目にする、患者さんと看護師の間の温かい声かけや笑顔でのコミュニケーションが、私がこの病院へ就職を決めた一番の理由でした。

私は6階の地域包括ケア病棟に配属されており、日々先輩看護師の皆さんから様々なことを学ばせていただいています。患者さんへ対応するというところに、責任とプレッシャーを感じることも多いですが、看護師を信じてくれている患者さんのためにも、今後も学びを深めていきたいと思っています。

よくある質問！ Q&A

このコーナーでは、日頃各部署に対するよくある質問を紹介しています。病院のことや医療制度などを知っていただき、病院を利用する方にとって少しでも役立つ情報を提供したいと思います。
今回は、「検査室」に関する質問をQ&A方式でご紹介します。

Q：血液検査の結果が出るまで、どれくらいの時間がかかりますか？

A：検査項目により違いはありますが、院内で検査できる項目であれば、30分～1時間程度で結果が出ます。特殊な検査項目など、院外に委託し検査する場合は数日かかることもあります。

Q：心電図検査をとるとき感電しないのですか？

A：心電図は心臓が活動するときに発生する微量の電流を、体の表面から記録するものです。外から電流を流すことはありませんので、全く何も感じません。

Q：肺機能検査で何を調べるのですか？

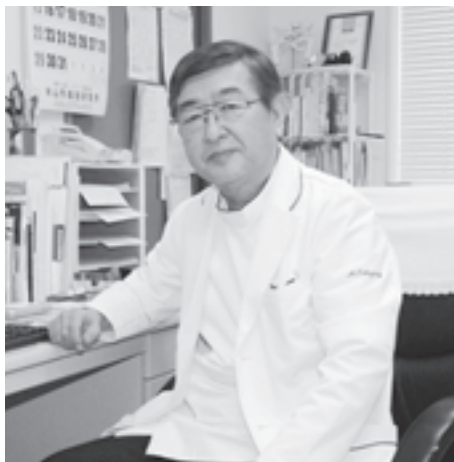
A：喘息や慢性閉塞性肺疾患（COPD）などをはじめとする肺の病気がないかを調べます。また、手術の際に受ける麻酔の施術法を選ぶ時にも利用します。

Q：腹部超音波検査を受ける際、絶食しなければならないのはなぜですか？

A：腹部超音波検査では、肝臓 胆嚢 腎臓 脾臓 脾臓を主に観察します。食事をする、消化管ガスが発生したり、胆嚢の中に貯留している消化液である胆汁が分泌され胆嚢が小さくなり、観察困難になるためです。

◆当院の検査室には11名の臨床検査技師がいます。血液や尿、髄液などの検体検査、心電図や肺機能、超音波検査などの生理検査、その他に細菌検査や病理検査など広範囲な検査を行っています。迅速・正確・丁寧を心掛け、質の高い検査を提供できるように日々技術の習得に努めています。検査についてご不明な点がありましたら、お気軽にお問合せください。

この連載では、地域医療連携でお世話になっている施設が、どんな医療を展開しておられるのか、お話を伺っています。



プロフィール たか やなぎ

まこと

☆院長 高柳 誠 先生

【整形外科、リハビリテーション科、リウマチ科】

☆いつ開業 平成10年11月

☆スタッフ 高柳院長、看護師5名、
リハビリスタッフ14名、
放射線技師1名、医療事務6名、
ケアマネージャー1名、介護福祉士7名

☆診療時間

	月	火	水	木	金	土	日・ 祝祭日
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	×
14:30~18:30	○	○	×	○	○	×	×

〒990-0031
山形市十日町3丁目7番22号
Tel.023-631-7267



Q：先生が開業したきっかけは何ですか？

A：昭和54年に弘前大学を卒業し、直ぐに山形大学整形外科教室に入局しました。当時、渡邊好博教授が手の外科で精力的に仕事をされており、手の外傷も大学病院に搬送されてくることが多かったと記憶しております。そのため、私も手の外科に興味を持ち、手の外傷と機能再建術、上肢の先天異常に対する手術治療およびマイクロサージャリーを約20年間大学病院で行ってきました。この間に多くの患者さんとの出会いがあり、医師として、また人間として患者さんに教わり、育てていただきました。

そこで、少しでも患者さんに身近に恩返しをしたいと考え、平成10年に開業しました。また、平成23年から通所リハビリテーションを開設しました。

Q：日々のクリニックの様子を教えてください

A：運動器疾患を扱う診療科のため、老若男女を問わず様々な患者さんが来院されます。

午前中は高齢者や急を要する患者さんが多く、午後から夕方にかけては学生のスポーツ障害や仕事帰りの患者さんの来院も多くなります。運動器疾患は痛みや麻痺を主訴として来院される方が多いため、まずは痛みのコントロールから治療し、その後は再発予防の為に体作りを目的としたPTやOTによるリハビリテーションを行っています。

Q：クリニックの特徴・こだわり

A：巷ではよく「医者にかかる」という言葉を耳にしますが、私は違和感を持って聞いています。運動器疾患は患者さん自身が自分の筋力強化や体重コントロールを行って運動器管を末永く健康に保つ必要があり、私達整形外科医はその為の診断と助言を行う言わば脇役で、主役は患者さんだという思いがあります。そのため、患者さんに状態を詳しく説明し、理解してもらうことが何より重要と考え診療しております。

Q：東北中央病院に対する要望等がありますか？

A：田中病院長はじめ多くのスタッフの方々に日頃から患者さんが大変お世話になっており、感謝申し上げます。放射線科の検査、入院や手術が必要な患者さんにも的確に対応していただき、患者さんからも喜ばれております。これからも様々な多くの患者さんがお世話になると思いますので、貴院の益々のご発展をご祈念申し上げます。
(担当：高橋・安達)

数字でみる東北中央病院

このコーナーでは、「数字」を通して東北中央病院を紹介しています。

11

田中病院長が当院の指揮を執ってから、現在11年目となります。

脊椎外来や手術を受けられた患者さんからの紹介や、田中病院長の講演やTV、ラジオなどの各種メディア出演により、県内はもとより県外からも多くの患者さんが受診されるようになりました。また、田中病院長の着任以降、脊椎の手術件数も大きく増え、患者さんから症状が軽減したとの喜びの声も多く聞かれるようになりました。

今後も、地域社会になくてはならない病院となるために、職員が協力し一丸となって「心温かい 信頼の医療」を実践し、質の高い医療・看護・サービスを提供できるよう努力していきます。

Photo Sketch

東北中央病院 / 歳時アルバム

保育所入口
(ロゴマークが
お出迎え)

和い和いキッズガーデン

かねてより計画を進めていた院内保育所が完成し、平成29年1月31日に開所式を行い、平成29年2月1日より稼働しました。

保育所の園名・ロゴマークは病院職員に公募し、布施美子副院長考案の和合町の「和」、仲間の「和」、元気でワイワイの「和」から『和い和いキッズガーデン』と命名されました。また、ロゴマークは布施副院長と工藤朋子看護師が考案した図柄をミックスさせ決定されました。

開所式では、ロゴマークの除幕式も行われ、横山和永くんと菊地香菜ちゃんも参加し、お披露目されました。



明るく暖かい園内で、のびのび保育

ロゴマーク
除幕式の様子

病院NOW!

産婦人科

女性医師による診察で、女性に優しく、女性の健康のために

近年は、女性の「予防医療」に対する関心が高く、婦人科検診受診者が増加しています。
当院産婦人科でも、**婦人科検診**を積極的に受け付けておりますので、ご希望の場合はお気軽にお問い合わせください。

産後が辛くて、一途 産婦人科で、婦人科検診をして欲しい人か

診療日	月	火	水	木	金
午前 (9:00~11:30)	○	○	○	山田医師	○
午後 (2:00~5:00)	○	○	○	○	○

本曜日の山田医師による診察は、10:00~11:00 となります。

担当医：岡根 夏美 医師
(日本産婦人科学会専門医)



(※山形大学医師の診察は、女性医師とは異なりますので、予めご了承ください。)

お問い合わせは 中央医務室 (TEL: 023-623-5111) まで
理念「心温かい 信頼の医療」 公立学校共済組合東北中央病院

耳鼻咽喉科

下記のようなつらい症状で悩んでいませんか？

- ✓鼻水、鼻づまり
- ✓のどの痛み、声がかすれる
- ✓耳鳴り、耳が聞こえづらい



問診を通じて最適な治療を受けましょう！

症状の出方や重症度には、個人差があります。そのため、専門医からの診断を受けて、あなたに合った治療を行うことが症状の改善につながります。

診療日	月	火	水	木	金
午前 9:00~	9:00~	9:00~	9:00~	9:00~	9:00~
午後 予約のみ	予約のみ	予約のみ	予約のみ	予約のみ	予約のみ

内視鏡下 鼻・副鼻腔手術を
当科で行っております



担当医：稲村 和俊 医師
・耳鼻咽喉科認定専門医(日本耳鼻咽喉科学会)
・学会認定補聴器指導員(日本耳鼻咽喉科学会)
・補聴器適合判定医(厚生労働省)

お問い合わせは 耳鼻科外来 (TEL: 023-623-5111) まで

理念「心温かい 信頼の医療」 公立学校共済組合東北中央病院

眼科

「やさしく、わかりやすい」をモットーにしています！



パソコン・スマホによる、ドライアイの症状が出ていませんか？

最近では、子供だけではなく、成人の方が新視手術を受けています！

目の調子が悪く、困っている方は、お気軽に眼科外来までご相談下さい。

	診療日	受付時間
午前	月曜 ~ 金曜	8:30~11:30
午後	木曜のみ	14:00~16:00



担当医：大沼 郁子 医師
(日本眼科学会専門医)



お問い合わせは 眼科外来 (TEL: 023-623-5111) まで
理念「心温かい 信頼の医療」 公立学校共済組合東北中央病院

編集 後記

今年度最後のDreaming発行となりました。

山形の長い冬も、あと一息。私はもう既に新しい春の訪れがとても楽しみです。

4月から東北中央病院は皆さんの健康維持に貢献できますよう更なるパワーアップを目指して、邁進し続けて参ります。

公立学校共済組合 東北中央病院

〒990-8510 山形市和合町 3-2-5
TEL 023-623-5111 FAX 023-622-1494
www.tohoku-ctr-hsp.com
E-mail: jimu@tohoku-ctr-hsp.com

■発行責任者／田中靖久 ■編集／広報委員会

東北中央病院
ホームページへ
GO!

ご利用の携帯端末によっては、アクセスできない場合があります。

