

長野中央病院

だより

# しなのさ



■発行人／番場 誉 ■編集／長野中央病院広報委員会

## 特集 婦人科

あなたの体のシグナルを  
見落としていませんか

NEWS & INFORMATION

私のまちのお医者さん

岡田呼吸器科内科医院



撮影場所：婦人科外来

# あなたの体のシグナルを、見落としていませんか

婦人科は、あらゆる女性の一生をサポートしていきます。



## ☹️ 下腹部痛をそのままにしておくと危険

女性は男性より痛みに強く、腹痛や下腹部痛は、とすると我慢してしまいがちですが、取り返しがつかなくなる痛みはたくさんあります。

### 下腹部痛のあるさまざまな疾患

例えば妊娠初期の異所性妊娠（子宮外妊娠）の破裂は腹腔内出血を伴い、即刻適切な治療を施さないと命にかかります。進行してしまった子宮頸（けい）がん、子宮体がんや卵巣がんも下腹部痛を伴います。また月経痛のひどい人は子宮内膜症やチョコレート嚢胞（のうほう）、子宮筋腫、先天性の部分腔閉鎖などが潜んでいる場合があります。

不妊の原因になることもあります。他に、若年から老年まで起こりうる疾患に卵巣腫瘍茎捻転があります。腫れた卵巣が起始部でねじれ血行が途絶してしまうので、痛みを我慢しすぎて手術が遅れると卵巣機能が廃絶してしまう可能性があります。下腹部痛が続くときは、我慢せずに医療機関を受診することが大切です。



## 😊 年代別の婦人科疾患を意識することが大切

女性は年代ごとにかかりやすい疾患や悩みが変わってきます。自分の体の声をよく聞いて、早めに相談しましょう。若い女性の一番の悩みはおりものです。量が多い、かゆいなど症状は多彩で原因もさまざまですが、感染症の場合もあります。月経に関する悩みも多いようですが、一人で抱え込まずに婦人科を受診してほしいと思います。

### 20代～40代はがんに留意

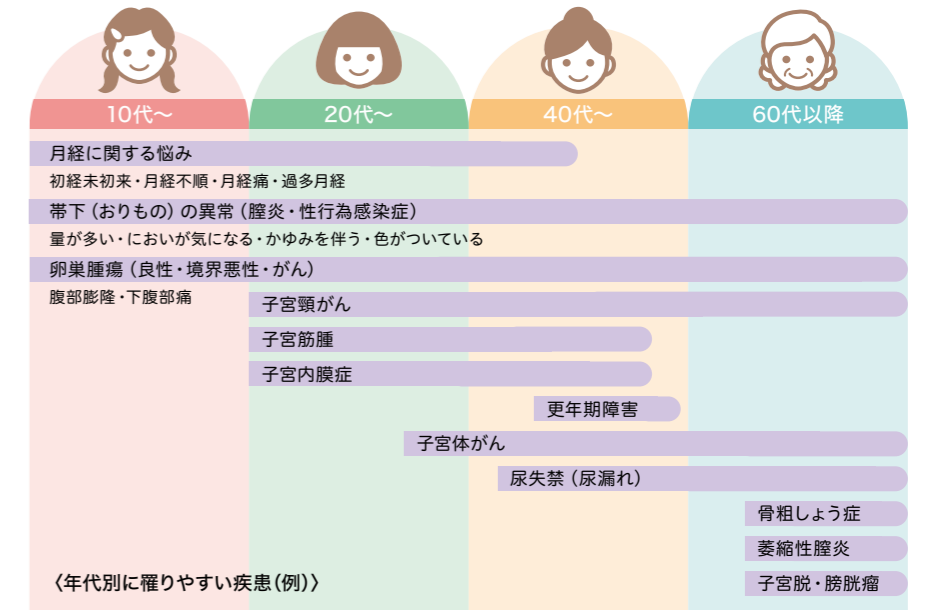
妊娠、出産に関わらず、20代から40

代は子宮頸がんや乳がんの罹患（りかん）率が高まる年代です。子宮筋腫、子宮内膜症、卵巣嚢腫など良性の病気もこの年代に多くみられます。初期段階は無症状の場合が多く、子宮がん検診などの際に経膈超音波検査を受けて見つかることも多くあります。超音波検査では子宮体がんや卵巣がんが見つかることも。さらにクラミジアなどの性行為感染症もあります。腹痛やおりものが増えるなどの症状があった時は早めの受診が大切です。

## 40代半ばからは更年期が始まります

40代半ば以降、女性ホルモンが低下していくと更年期と呼ばれる時期が訪れます。頭痛、肩こり、ほてり、汗、イライラ、不安、不眠等の症状がある場合は更年期障害といい、れっきとした病気です。さらに閉経後は女性ホルモンの低下で、骨がもろくなる骨粗しょう症になる場合もあります。

さらに60代以降は、女性ホルモンの低下により陰部の痛みや出血を伴う萎縮性（老人性）膣炎もしばしば起こります。また、尿失禁、尿漏れなどのほか、男性のように股間から何か丸いものが出てきて誰にも相談できずに悩

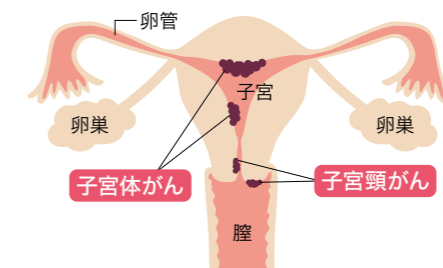


んでいる方もいます。これらは子宮脱、膀胱瘤（脱）、直腸瘤（脱）の可能性

があります。治療の手立てはありますので、婦人科で相談してください。

## ☹️ 増えてきている若い女性の子宮頸がん

女性にしか発症しない「がん」。それが子宮がんです。子宮がんには2種類あり、子宮の入り口にできるのが子宮頸がん、子宮の奥の方にできるのが子宮体がんです。比較的若い人に多いのが子宮頸がん、比較的年配の方に多いのが子宮体がんですが、例外もあります。



子宮頸がんの予防には、性行為をする年齢の前（12～18歳くらい）に、子宮頸がんワクチンを接種することが一番です。しかし現行のワクチンで防げるのは7割程度。そのため20歳になったら子宮頸がん検診を受けることが必要となります。

### 子宮頸がんの原因はHPV

子宮頸がんは近年 ヒトパピローマウイルス（以下HPV）が発病の原因だということがわかってきました。性行為を契機に子宮頸部にHPV感染が引き起こされると、一部の人に通常数年から10年を経て子宮頸がんが発症するといわれています。子宮頸がんの初期は「無症状」のことが多いのですが、不正出血、性交時出血や帯下の増加がみられることもあります。がんが進行すると下腹部痛などが出現します。

### 初期段階での発見が鍵

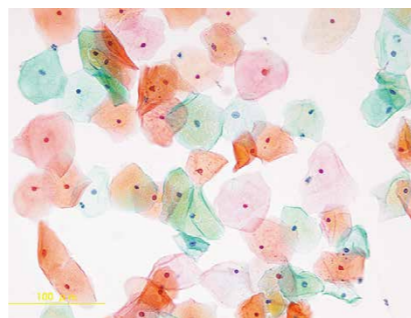
子宮頸がんの治療は、初期であれば子宮の入り口部分を小さく切り取るだけで済み、その後の妊娠出産も可能です。がんが進行して見つかった場合は、子宮を全部摘出しなければならないことが多く、この場合、妊娠出産は不可能です。手術できないくらいに進行してしまった場合は、放射線療法や化学療法（抗がん剤治療）に頼らざるを得なくなり、完治はなかなか困難です。2013年には全国で年間10,520人が浸潤性子宮頸がんと診断され、2,656人が死亡しています。

佐藤 育男 医師

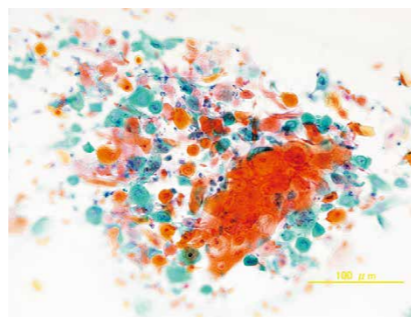




標本の顕微鏡検査



正常な細胞



がん化した細胞

## 😊 自覚症状がないからこそ、定期的に検診を

現在、子宮頸がんの検診は全国どこでも国の方針で20歳から受けられるようになってきました。これは近年、20代から子宮頸がん罹患する人が多くなったからです。

### 増加する若い年代の罹患率

1975年と2011年の子宮頸がんの罹患数を比較すると、25～29歳では5.0倍、30～34歳では5.5倍の増加となっており、25歳以上から35歳未満の若い世代での増加が顕著です。その結果、30～40歳の死亡者数が増加しています。これは大きな社会問題であり、子

宮頸がん検診の受診率の低さがその大きな要因だといわれています。

日本の子宮頸がん受診率は全年齢での平均をとると40%程度。欧米の受診率はおおむね70%以上に比べ、この差は歴然です。さらに日本の20代の受診率はわずか20%程度なのです。

女性は20歳になったら、職場健診でも医療機関でもいいので、定期的に(1～2年に1回)子宮頸がん検診を受けることが重要です。子宮頸がん検診の際には必ず問診と内診がありますので、そこで子宮頸がんだけでなく、子宮筋腫や子宮内膜症、卵巣腫瘍が見つ

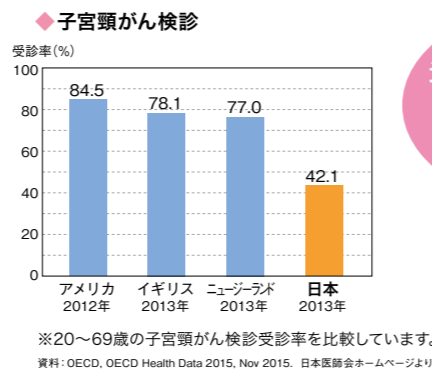
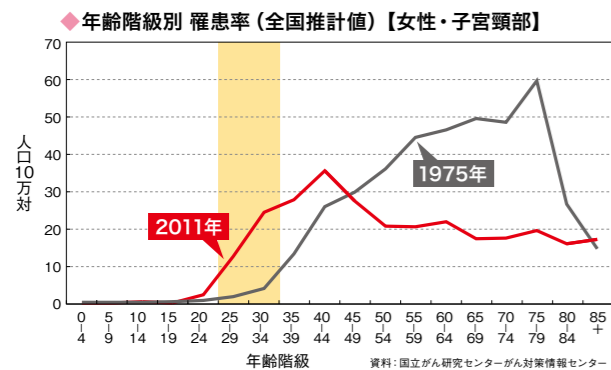
かることも少なくありません。「自分は健康だから」「まだ若いから」と過信することなく、シグナルがなくても検診を受けて自分の体を守りましょう。

### ● 当院での取り組み ●

婦人科は検診・診察を行うとともに、入院治療や手術が必要な疾患については更に専門的に治療が受けられる総合病院への紹介など、疾患ごとに適切な治療を受けられるための中継地点の役目を果たしています。

子宮がん検診を希望される方は  
TEL 026-234-3211 (病院代表)  
診察時間内に総合受付にお越しください。  
婦人科へご案内いたします。

シグナルがなくても  
20歳を過ぎたら  
必ず検診を



## 婦人科こそ、もっと気軽に受診してほしいんです

### 南澤医師より

婦人科は、女性にとってもっともデリケートな疾患を扱っています。不安な思いを抱いて診察にこられる方には、丁寧に、分かりやすく、常に相手の立場にたって考え、理解できるやさしい言葉で説明するよう心がけています。

年輩の方などは、自分の症状をなかなかうまく説明することができずに、肝心な部分が抜けてしまったりすることもあります。これはどの科を受診するときでも同じですが、「いつ」から「どのような」症状が「どれくらい」でたのかをメモしておいていただくと安心して受診できるのではないかと思います。



みなみさむい ゆたか  
南澤 豊 医師  
非常勤  
日本産科婦人科学会専門医

また、近年増えている若い女性の「子宮頸がん」については、他人事にせず、20歳を過ぎたらきちんと検診を受けに来てほしいと思います。

### 佐藤医師より

婦人科には10代の女の子から80代、90代のご年輩の方まで、幅広い年齢の女性が診察にこられます。

患者さんと接するときにもっとも気をつけているのは、子宮がんなどの重篤な疾患を見落とさないようにすること。また、それぞれに表現が違う訴えの中から症状を見極め、分かりやすく説明し、的確な治療を行うことを心がけています。

婦人科は、若い女性には特に敷居が高く感じられるかもしれませんが、男性の医師に抵抗があるのであれば、地域の女性医師を探してみてもいいかと思います。悩みを自分だけで抱え込まずに、まずは近隣の医療機関を受診して相談してみてください。



さとう いくお  
佐藤 育男 医師  
非常勤  
日本産科婦人科学会専門医  
日本臨床細胞学会専門医

## 私たちがサポートします



### 婦人科スタッフ

左奥より

● 看 傳田 明美、技 窪田 恵夢、● 看 小島 京子、● 看 土屋 照美、  
● 技 新井 友里恵、● 事 久保田 知恵子、● 看 竹前 貴子、● 看 栗田 みゆき  
● 看 看護師、● 技 臨床検査技師、● 事 事務

### 診療担当表

		月	火	水	木	金	土
午前	受付時間【平日】8:30～12:00 【土曜】休診	南澤 豊	佐藤 育男 10:00～	佐藤 育男	南澤 豊	南澤 豊	—
午後	受付時間【平日】13:30～16:00 【土曜】休診	—	佐藤 育男 ～16:30	佐藤 育男	—	—	—

News

長野中央病院で開催した行事やイベントをご紹介します。

2018  
6

- 6月8日  
長野市消防局・長野中央病院合同症例検討会
- 6月11~29日  
全職員対象感染学習会「麻疹」抗菌薬適正使用
- 6月13~15日  
2階西病棟(緩和ケア)開設1周年記念  
小山仁郎氏美術展「生命の煌き」開催
- 6月19日  
全法人職員対象学習会  
「患者・家族とのコミュニケーション」
- 6月23日  
肝臓病患者会 温泉交流会
- 6月25日  
震災時総合訓練



2018  
7

- 7月3・24日  
市内高校生 職場体験
- 7月5~26日  
市内中学生 職場体験
- 7月7日  
たんぽぽの会(乳がん患者会)総会
- 7月11・12日  
はかり定期検査
- 7月13日  
ボランティア講座「見守り・お話し相手入門講座」
- 7月18日  
消防訓練
- 7月21・22日  
循環器ライブデモンストレーション
- 7月22日  
りんどう会(糖尿病患者会) 日帰り研修旅行
- 7月26日  
高校生1日看護師体験
- 7月31日~8月22日  
高校生1日医師体験



2018  
8

- 8月2・8日  
高校生1日看護師体験
- 8月2日  
リハビリ病棟七夕祭り
- 8月6~8日  
リハビリ友の会 作品展
- 8月25・26日  
長野総合診療フェス

2018  
9

- 9月2日  
ICLS講習会
- 9月2日  
慰霊法要
- 9月14日  
ボランティア交流会
- 9月15・16日  
リレー・フォー・ライフ・ジャパン2018信州長野



2018  
10

- 10月12・13日  
市内中学生 職場体験
- 10月21日  
病院祭「ささえあい祭り」

Pick Up!

8月25・26日  
長野総合診療フェス

8月25日(土)・26日(日)、長野総合診療フェスが開催されました。これは、2014年に当時当院に在籍していた原田侑典医師(現・獨協医科大学総合診療科)が中心となって結成した若手医師の勉強会 AGONISTS(アゴニスト)の企画として例年開催していたものです。今回は当院が中心に準備を行い、近隣医療機関の若手医師、医学生に参加をよびかけ、45人の参加となりました。1日目は平島修先生(徳洲会奄美ブロック総合診療研修センター長)による「長野フィジカルクラブ」。頸静脈の診かたを中心にお話ししていただきました。参加者同士で実際に頸静脈の所見を取り合うなど、熱気にあふれた企画となりました。2日目は、志水太郎先生(獨協医科大学総合診療学教授)による「救急外来セミナー」。自身のこれまでのキャリアについてもじっくりお話していただきました。医師5年目で米国大学院に留学されるのですが、その学費を得るために日本の病院の救急当直で非常勤勤務されていた時のエピソードは衝撃的でした。後半は、そうした経験にも裏打ちされた、救急外来で明日から役に立つ実践的なセミナーでした。2日間にわたり日常診療のレベル向上につながる内容であり、また、若手医師同士の交流も深まり、大変有意義な企画となりました。



7月31日~8月22日  
高校生1日医師体験

7月31日から8月22日までの期間で高校生1日医師体験を行いました。これは、医学部進学を目指す高校生を対象に、医師の仕事の実際を知ってもらい、より具体的に興味を深めてもらう目的で行っているものです。計8回開催し60人の参加でした。院内見学、若手医師による心肺蘇生レクチャー、腹部エコー体験、入院患者さんとの対話、研修医とのフリートークといった内容です。参加者からは、「医師の仕事にさらに魅力を感じた」「患者さんに寄り添える医師になりたいと強く思った。そのためにも学習に励んで医学部に合格したい」といった感想が寄せられました。



9月2日  
合同慰霊法要

善光寺大本願にて、病理解剖したご遺体を慰霊する法要と、病理解剖をテーマにした講演会が行われました。ご遺族21人、職員35人が参加し、2012年4月から今年3月までに解剖された52人に医学への協力を感謝し、哀悼の意をささげました。講演では信州大学医学部准教授の上原剛先生(病態解析診断学)をお招きし、病理解剖の意義についてご講演いただきました。患者さんや家族のみならずご協力が、医療の進歩や病院の発展につながっていくことを再認識できる貴重な機会となりました。



職場紹介

外来医事課

外来医事課には、患者さんが病院を訪れた際に受付・対応をする「窓口業務」と、診療費の計算および診療報酬明細書(レセプト)を作成し保険者に請求する「保険請求業務」の大きく2つの業務があります。

窓口業務では、具合が悪く来院される患者さんに、不安なく診療が受けられるように、丁寧にご案内するよう心がけています。

総合案内や総合受付、各科受付では、受付や保険証の確認などだけでなく、診療科の問い合わせなどさまざまな患者さんからの相談をお聞きして、医師や看護師につなげるという役割も担っています。また、ホスピタルコンシェルジュという職員を配置し、患者さんが院内でお困りのことがあったら、すぐに対応できるようにしています。

病院の経営にも直結する保険請求業務も、外来医事課の大きな仕事です。当院は、選定療養費や特定療養費はただか、診療報酬点数表に基づき診療行為の点数を計算しています。日々の患者さんの会計から、患者さんが診療された1ヶ月分の内容をまとめ、1枚の診療報酬明細書を

作成し各関係機関へ提出します。この請求業務の知識の習得のため、職場内で毎月学習会を行い、職員みんなでレベルアップを目指しています。

医療事務のプロフェッショナルとして、他の医療スタッフと連携をとりながら、患者さんが安心・安全に医療を受けられるよう、チーム医療の一員として日々の業務に励んでいます。



## 岡田呼吸器科内科医院

●内科 ●呼吸器内科 ●アレルギー科



院長 岡田 和義 先生

当院は2004年10月に開院した内科、呼吸器内科、アレルギー科の診療所です。大学卒業後は信州大学医学部の第一内科（現・呼吸器感染症アレルギー内科）に所属して、大学や県内の医療機関で勤務していました。大学時代に所属していた肺機能グループが気管支ぜんそくも扱っていたため、気管支ぜんそくを診療の柱に据えています。

長引く咳の方の来院が多いのですが、近所の方の高血圧症、糖尿病、脂質異常症等、内科全般の加療も行っています。必要な時に受診できるよう予約制は取っていません。

院内には胸部単純X線写真、肺機能検査、心電図等最小限の設備しかなく、必要な検査は外部の医療機関に依頼して行っています。長野中央病院には呼吸器内科だけではなく、狭心症や心不全を疑った際の循環器内科や、胃カメラ等の検査が必要になった際の消化器内科等、様々な場面で精査・加療をお願いしており、大変ありがたく存じております。

基幹病院のサポートがなければ診療所は存在できませんので、適切なタイミングでの紹介を心がけています。また、基幹病院で加療を受けて病状が安定した方の受け皿としても機能できればと考えております。

岡田呼吸器科内科医院  
●診療科目 / 内科・呼吸器内科  
アレルギー科  
●所在地 / 長野市石渡62-5  
●TEL / 026-259-3090

◆診療時間 /  
【平日】午前9:00～午後1:00  
午後3:30～午後6:00  
【土曜】午前9:00～午後1:00  
◆休診 / 火曜・土曜の午後、日曜、祝日

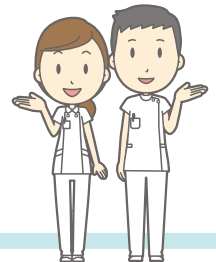


### 地域の診療所・医院・クリニックへの紹介を勧めています。

当院では、待ち時間の緩和や、救急医療・専門医療機関としての役割を発揮するために、症状の安定している患者さんを、開業医の先生に紹介・転院することを勧めています。

開業医の先生方には「かかりつけ医」として患者さんの日常的な治療と管理をしていただき、専門医師の診断や検査が必要な場合は、当院で受診いただけるよう連携をしています。

急病時には、いつでも当院を受診いただけますので、ご理解・ご協力の程よろしくお願いたします。



長野医療生活協同組合

長野中央病院

〒380-0814 長野市西鶴賀町 1570  
TEL.026-234-3211 FAX.026-234-1493  
<http://www.nagano-chuo-hospital.jp/>

