



vol.41  
2015.7.1

島根大学  
SHIMANE UNIVERSITY

# しろうさぎ



検診の予約、  
こちらです！



## CONTENTS

### 特集 『検診もやってます！』

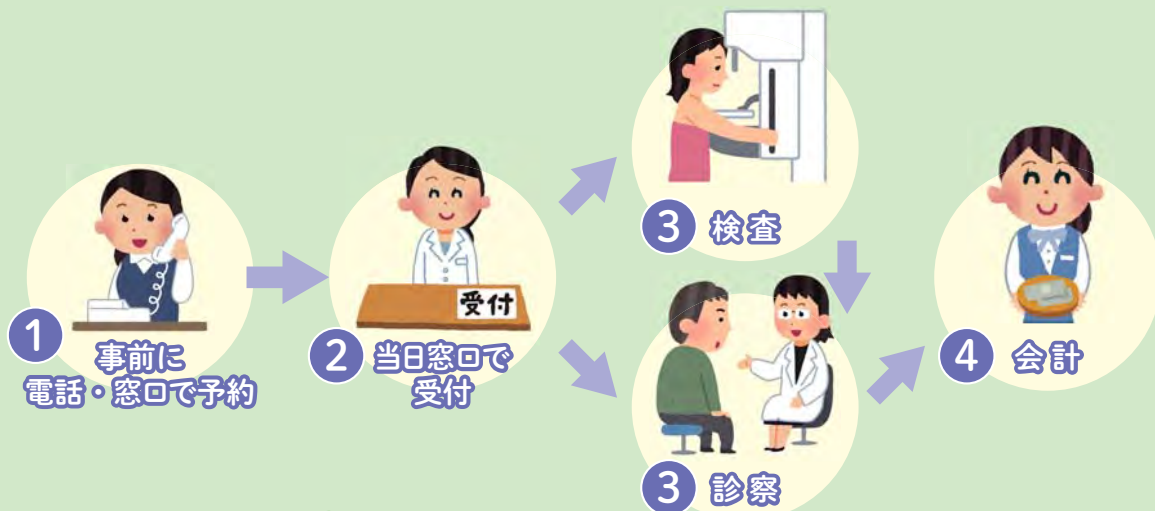
～大学病院ならではのハイクオリティな精密検査～

- 『精密検査』を怖がらないで 消化器内科 石原 俊治 先生
- 「がんになる前の段階からの診断も可能です」  
産科婦人科 石橋 朋佳 先生
- 「専門医による安心な精密検査」 呼吸器・化学療法内科 濱口 愛 先生
- 「乳がんは早く見つければ怖くありません」 乳腺・内分泌外科 百留 美樹 先生

●表紙の説明は次ページをご覧ください >>>>

- \*病院探検隊！～放射線部編～
- \*病院のまめ知識 ～夏の適切な日焼け止めについて～
- \*私のここだけの話
- \*海外から見た「出雲の不思議」
- \*ニュース&トピックス
- \*イベント等のお知らせ

# 島根大学医学部附属病院で 検診を受けるには…？



## 当院で実施している 主な検診

当院で実施している主な検診は次の通りです。  
なお、受検に当たっては事前に電話・窓口での予約が必要です。

### ● 出雲市乳がん検診

日 時：毎週木曜日 (8:30 ~ 10:30)  
対象者：出雲市にお住まいの40歳以上の女性

### ● 附属病院乳腺ドック

日 時：毎週水曜日 (8:30 ~ 10:30)  
対象者：ご希望の方

### ● 精密検査・専門外来

日 時：毎週水曜日 (午後)  
対象者：胃がんや大腸がんの検診でCペプチド、  
胃X線検査、便潜血検査で  
要精密と診断された方。

### ● 健康管理手帳(じん肺・石綿その他) による健診

対象者：健康管理手帳をお持ちで、  
島根労働局から案内があった方です。

### ● じん肺健診(二次健診)

対象者：職場から申込のあった方です。

その他

妊婦健康診査 乳児健康診査 等

予約・問い合わせ先

島根大学医学部附属病院 地域医療連携センター

TEL 0853-20-2061 FAX 0853-20-2063 受付時間 8:30~19:00

## 表紙について…

患者さんの検診について業務を行っている地域医療連携センターの皆さんの集合写真です。表紙に掲載した案内図の場所で、検診の予約、相談、精算業務などを行っています。

同じく地域医療連携センターの一員である医療ソーシャルワーカーの皆さんは、診療予約、退院支援、医療福祉相談などを行っています。



『検診もやっています!』 ～大学病院ならではの  
ハイクオリティな精密検査～

島根大学医学部附属病院では、高度な治療・手術に並んで、大学病院ならではの質の高い「検診」も提供しています。今回は「検診もやっています!～大学病院ならではのハイクオリティな精密検査～」の特集で、各診療科の先生にお話を聞きました。



## 消化器内科 石原 俊治 先生

「精密検査」を  
怖がらないで」

**Q** 消化器内科ではどのような精密検査を行っているのでしょうか?

**A** 主に胃、大腸のがん検診を外で受けられた方の精密検査(内視鏡検査やエコー検査等)を行っています。胃がんは主に内視鏡により精密検査を行います。鼻から入れる方法と口から入れる方法があります。鼻からの場合は、器具が細く、患者さんの負担が比較的小さいです。一方、口からの場合は、器具は少し太くなりますが、内視鏡で見える視野は広いですし、治療を同時に行うこともできます。それぞれの利点を考えて、患者さんとも相談しながら、検査方法を選択します。

また、検診の精密検査とは異なりますが、小腸に病変が疑われ、医師が必要性を認めた時に、小さなカプセル内視鏡を使って検査する方法もあり

ます。これは、カプセルを飲むことにより、小腸内部の撮影ができるというのですが、かなり鮮明な画像を見ることができます。小腸は口からも肛門からも遠いため、この検査方法は特に有効です。ただし、カプセル内視鏡検査の適応については種々の点を考慮する必要がありますので、施行に際しては必ず専門医の意見を聞いて下さい。

**Q** 『精密検査』といわれると不安に思われる方も多いと思いますが?

**A** 日本の検診は「病気があるかも」という人に精密検査を受けていただくというとても親切な仕組みです。実際に精密検査を受けられてがんであると診断される人はわずかです。必要以上に怖がることなく、精密検査を受けていただきたいと思います。

## 産科婦人科 石橋 朋佳 先生



**Q** 産科婦人科ではどのような検診や精密検査を行っているのでしょうか?

**A** 外部で子宮頸がん検診を受けられた方の精密検査(二次検診)を行っています。この精密検査では細胞診(子宮頸部の細胞を採取して顕微鏡で観察する)、コルポスコピー(拡大鏡で子宮頸部を観察する)、組織診などを行います。検査を行うことで、がんになる前の段階(異形成)から診断することができます。精密検査とは言え、時間は10~15分で、痛みもそれほど大きいものではありませんし、前日からの準備の必要もありません。

また、子宮体がんの検診も行っています。子宮体がんは閉経前後からリスクが高まると言われていますので、その方が主な対象となります。子宮体がんの検診は病院や診療所などの設備が整ったところで行います。

**Q** なぜ、検診を受けることが大切なのでしょう?

**A** 子宮頸がんは初期の自覚症状がほとんどないからです。検診を受けることで、早期発見をすることが大切です。

子宮頸がんは、ヒトパピローマウイルス(HPV)が原因と言われており、性交渉等を通じて感染します。性交渉の低年齢化によって、若い方の子宮頸がんが増えていますが、早期発見、早期治療ができれば妊娠機能を維持することができます。ちなみに私も毎年子宮頸がん検診を受けるようにしています。

検診を受ける方は、まだまだ少ないのが実情ですが、ぜひ20代前半から皆さんに検診を受けていただきたいと思います。

「がんになる前の  
段階からの  
診断も可能です」

# 『検診もやっています！』

～大学病院ならではの  
ハイクオリティな精密検査～

## 呼吸器・化学療法内科 濱口 愛 先生



「専門医による  
安心な精密検査」

**Q** 呼吸器・化学療法内科ではどのような検診を行っているのでしょうか？

**A** 当科とJA島根厚生連で、平成21年度より、CT検診車による胸部CT検診を開始しました。この検診では、受診者の問診表と合わせて当科の医師が2人体制でCTの読影を行います。対象となる疾患は主に肺癌や慢性閉塞性肺疾患（COPD）です。  
CT検診など外部検診で肺癌の疑いがあった方は、当科でCTや気管支鏡等による精密検査を行います。気管支鏡検査は、喉に麻酔をかけて鉛筆程度の細さのカメラを肺に入れて、細胞の組織を採取する検査です。また慢性閉塞性肺疾患の疑いがあった方には、呼吸機能検査等を受けていただき、診断がつけば吸入薬の治療等を行っていきます。本院には呼吸器や気管支鏡の

専門医がいますので、安心して検査を受けることができますし、検診結果で不安なことなどがありましたらいつでもお問合せください。

**Q** なぜ、検診を受けることが大切なのでしょう？

**A** 肺がんは、初期の段階では自覚症状に乏しいことが多いので、検診を受けることで、早期発見につながります。また慢性閉塞性肺疾患も、早期発見・早期治療により、肺機能の維持につながり、生活の質の悪化を防ぐことができます。

特に、喫煙歴の長い方には定期的に肺がん検診を受けていただきたいと思いますし、積極的に当科の禁煙外来を活用していただきたいと思います。

## 乳腺・内分泌外科 百留 美樹 先生



「乳がんは  
早く見つければ  
怖くありません」

**Q** 乳腺・内分泌外科ではどのような検診を行っているのでしょうか？

**A** 今年の4月から、島根大学医学部附属病院では「出雲市乳がん検診」と「附属病院乳腺ドック」を始めています(図)。

これらの検診では視触診、マンモグラフィ、乳房超音波検査(乳腺ドックのみ)を行います。この中で特に皆さんからよく聞くのは「マンモグラフィは痛そう…」という声です。痛みは体調など個人差により異なりますが、ほおを強くつねる程度です。また、圧迫時間は数秒なので、必要以上に怖がることはありませんよ。

**Q** なぜ、検診を受けることが大切なのでしょう？

**A** 乳がん検診を受けていると死亡率が20%減少すると言われています。また、早期に発見することができれば、身体に負担の少ない方法で治療を行うことが出来ます。

例えば、「しこりがあるけど、検診に行くのはちょっと怖い…」と思われる方がいらっしゃるかもしれませんが、しこり＝乳がんではありません。乳がん検診は定期的に行うことが大切で、私も毎年受けるようにしています。ぜひ皆さんにも島根大学医学部附属病院の乳腺・内分泌外科で乳がん検診を受けていただければと思います。

出雲市乳がん検診	
日時	毎週水曜日 9時半～10時半
対象者	出雲市にお住まいの40歳以上の女性(隔年)
内容	視触診・マンモグラフィ(乳房超音波不可)
費用	40歳以上:1,200円 50歳以上:900円 70歳以上:無料 (40歳の方には無料クーポンがあります)
結果	約1ヶ月半後、出雲市から郵送されます。

附属病院乳腺ドック	
日時	毎週水曜日 9時半～10時半
対象者	ご希望の方
内容	視触診・マンモグラフィ・乳房超音波
費用	視触診+マンモグラフィ:6,800円 乳房超音波:3,780円 視触診+マンモグラフィ+乳房超音波:9,540円
結果	当日乳腺専門医による結果の説明があります。異常があった場合は、速やかに精密検査に移行します。

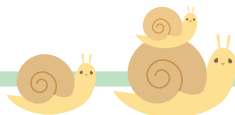
今回の「病院探検隊!」は放射線部を探検していただきました。過去最高参加者数の21名の方に、普段は見られない放射線部の中を探検していただきました。土曜日の開催ということもあり、小学生も参加してください、とても充実した探検隊でした。案内役は、<sup>やまもと やすし</sup>山本 泰司技師長をはじめとする、診療放射線技師の皆さんです。

### 1 「一般撮影部門」を見学



はじめに、胸部や腹部、骨部など、一般的撮影を行う「一般撮影部門」を見学しました。

実際に模型の撮影を行って、写し出された画像をモニター上で様々な処理を行い、見やすい画像に変えていく体験をしていただきました。



### 2 「CT部門」を見学



普段あまり見られない「CT部門」裏側の見学へ。

CT撮影された画像は特殊なコンピュータで3D表示され、様々な角度に変えながら観察、更には細かな血管が見えるような画像に変化させていく様子を見ていただきました。装置内部のX線発生機械が動く様子も見ていただきました。

20年前にCTを受けたことがあります。今は画像が3Dに写っていてビックリです!!

参加者

### 4 「放射線治療部門」を見学



最後に「放射線治療部門」の現場へ。

実際の治療装置を回転させ、レーザー光の動きなどから正常組織への影響をできるだけ少なく、かつ目的箇所には決められた線量を正確に照射する原理の説明を受けました。大型装置から発生するレーザー光の動きや最新装置の迫力に強い関心を寄せられた様子でした。

### 3 「MRI部門」の見学



次に「MRI部門」の見学へ。MRIはCTと違い、X線を使用せず磁気を用いて体内のプロトンの動きから体内の情報を得て画像が得られる説明を受けました。その後、その磁力の強さについて、安全に留意しながら金属製のハンガーなどで体感していただきました。皆さんから沢山の質問があり興味深い様子でした。

CTやMRIの違いなど、知らなかった事が分かって良かった。MRIの磁気の発生状況等体験させていただいて、貴重な体験でした!(^^)

参加者

次回は「みらい棟編 ~研修医はどんな生活をしているの?~」を予定しています。参加費無料でどなたでもご参加いただけます。研修医の裏の生活をのぞいてみたい方はぜひ、詳細が決まり次第病院内やFacebookでご案内しますので、ご参加ください!

# 病気の **まめ** 知識

## 夏の適切な日焼け止め



皮膚科  
ちぬき ゆうこ  
千貫 祐子

日差しが強い季節がやってきました。最近では、紫外線の皮膚への傷害が一般的に知られるようになりました。紫外線中の有害な波長は、将来的な皮膚の老化を早め、皮膚がんに導くことが分かっています。大人の日焼け対策はもちろん、小児期からの過剰な日焼けの影響が大人になってから現れますので、子供の日焼け対策も重要です。

日焼け対策としては、帽子や日傘も有効ですが、サンスクリーン剤(いわゆる日焼け止め)の使用がおすすめです。サンスクリーン剤に記載されているSPFはUVB(紫外線のB波)を防ぐ強さで、日本では50を超える場合は50+と表記されます。PAはUVA(紫外線のA波)を防ぐ強さで、+~++++に分かれます。健康な人の日常生活では、SPF30、PA++程度あれば良いでしょう。いずれにしても、汗などで流れた際に塗り直す必要があります。また、サンスクリーン剤の成分には有機系化合物(紫外線吸収剤)と無機系化合物(紫外線散乱剤)がありますが、どちらにも一長一短がありますので、使い心地の良いものを選ぶと良いでしょう。ただし、小児やかぶれを起こしやすい人には「紫外線吸収剤フリー」や「ノンケミカル」とよばれる有機系素材を用いないものが適するとされています。

サンスクリーン剤を活用して、夏の日差しを上手に楽しみましょう。

## 私のここだけの話

呼吸器・化学療法内科  
いそべ たけし  
磯部 威



### 「私のささやかな道楽」

私は文房具大好き人間です。なかでも、手帳、ノート、ボールペンには目がありません。特に、手帳は現在非常に多くの様式が出回っていて、次々と斬新なデザインの手帳が売りに出されます。私の場合、12月の東京出張の際に、まず1月始まりの手帳で気に入ったものを買うのですが、しばらくすると4月始まりのまた新しい様式が出て、店頭で並ぶとついまた買ってしまいます。しばらくすると9月や10月始まりの新しい手帳が店頭で並び、また買ってしまふ。結局1年間の手帳が3冊手元になり、一冊は1月から3月まで、一冊は4月から9月まで、最後の一冊は10月から12月まで使用するという全くの無駄遣いをしています。なお、iPhoneでgoogleカレンダーによるスケジュール管理をしているので、手帳には飛行機の時間と学会予定くらいしか書きません。でも、手帳を買うときにはこれ以上の手帳はこの世の中にはない!と信じて買います。他のヒトには何の意味もないかもしれませんが、私のささやかな道楽なので許してください。

## NEWS & TOPICS ニュース&トピックス

### 「院内にタリーズコーヒーがオープン！」

6月25日(木)、院内にタリーズコーヒーがオープンしました。  
平日は7:00~21:00の営業となっており、朝早くからでも、夜遅くでも、皆さんに豊富なメニューを提供します。  
ぜひご利用ください!

#### \*営業時間\*

(平日)7:00~21:00 (土日祝)9:00~18:00

ココ  
です!



# 海外から見た「出雲の不思議」

外国の方から見た「出雲の不思議」をお聞きしました。今回は出雲で英会話講師をされている、マーク・バセラさんに答えていただきました。

私と妻が関西国際空港に着いた時のことです。妻は妊娠7か月、見た目はほとんど臨月で、周りの人の気遣いが必要でした。ところが他の日本人の乗客は全く気にも留めることなく早く飛行機から出ようと、競うように荷物を取り出し隙間なく通路に並び、妊婦の妻に対して配慮をしてくれる人は一人もいませんでした。その時、私は少し日本や日本人に対して悪いイメージを持ってしまいました。

しかしその考えは出雲に来て一変しました。出雲の人達はとても親切で知らない人でも挨拶をしてくれます。そして何より不思議なことに私が住んでいたグアムやハワイでの島国生活のように、この雰囲気はゆったりしていて、とてもリラックスでき、異国にいてもほとんどストレスを感じることがありません。私は今、母国から遠く離れていますが、この私を快く受け入れてくれた出雲の地が私の“HOME”です。



マーク・バセラさん  
(写真右)とご家族

★出雲は寒い地域ですが、不思議と島国のようにゆったりとしているんですね！（編集者）

## イベントなどのお知らせ

### 島大病院 ちょっと気になる健康講座

島大病院には、専門知識を備えた、医師をはじめとする様々な職種の職員が医療・医事業務に携わっています。

本院に来院される患者さんや一般市民の方への少しばかりのサービス提供事業として、健康や医療に関するミニ講座を定期的に開催していくこととしました。

実施内容は下記のとおりです。



対象 患者さんほか一般市民 場所 外来1階 外来待合ホール 時間 11:00~11:30

回数	月日	担当	講師	テーマ
第83回	7月 2日(木)	肝臓内科	佐藤 秀一	肝臓とコーヒーについて
第84回	7月 9日(木)	消化器内科	大嶋 直樹	ピロリ菌のひみつ
第85回	7月16日(木)	呼吸器・化学療法内科	濱口 俊一	あなたの睡眠を守ります ～いびきと無呼吸が気になりませんか～
第86回	7月22日(水)	泌尿器科	洲村 正裕	前立腺肥大症について
第87回	7月30日(木)	麻酔科	今町 憲貴	術後鎮痛～手術後の痛みを我慢しないで～
第88回	8月 6日(木)	栄養治療室	栄養治療室 栄養士	簡単アレンジレシピ ～惣菜にひと手間かけておいしい1品に
第89回	8月20日(木)	消化器外科	未定	未定
第90回	8月27日(木)	小児外科	未定	未定
第91回	9月 3日(木)	耳鼻咽喉科	未定	未定
第92回	9月10日(木)	心臓血管外科	清水 弘治	がんと心臓病
第93回	9月17日(木)	皮膚科	新原 寛之	ダニ咬症による病気
第94回	9月24日(木)	薬剤部	遠藤 進一	妊娠中、授乳中に気をつけたい薬

### 病院ボランティアコンサート 開催予定

7月17日(金)19時より

●島根大学 フローラ室内楽団

8月12日(水)19時より

●島根大学 邦楽部

9月18日(金)19時より

●合唱団 アルパージュのみなさん 開催場所:玄関待合ホール



### いきいき健康講座「まめなかくらぶ」 放映予定(出雲ケーブルビジョン)

7月放送 内分泌代謝内科 助教 守田 美和  
「糖尿病ケアサポートチーム」

8月放送 クリニカルスキルアップセンター 講師 狩野 賢二  
「クリニカルスキルアップセンターでの研修」

9月放送 リハビリテーション科  
「リハビリの観点からの認知症予防と対応」

### 誰でも参加出来る糖尿病教室

7月27日(月) ●分かりやすい糖尿病神経障害の話  
～え?その症状も神経障害?～  
野津雅和 内科医師(糖尿病専門医)

●知っておこう“尿もれケア”  
清水美穂子 皮膚・排泄ケア認定看護師

9月28日(月) ●“目からうろこ!”目について眼科医に聞こう  
高井保幸 眼科医師  
●日本の秋、食欲の秋～秋の味覚を上手に楽しもう～  
長澤亜沙子 管理栄養士(糖尿病療養指導士)

時間:15時~16時(受付14:30~)

場所:外来中央診療棟3階「だんだん」  
(病院正面玄関エレベーターから3Fへ)

参加費無料!  
予約不要です☆

## 附属病院ホームページが リニューアルしました!

島根大学医学部附属病院ホームページをリニューアルしました。何より患者さんが必要な情報をより早く、よりわかりやすく入手できるような設計となっております。ぜひご覧ください!



# 島大病院 書籍のご紹介

好評発売中!

島大病院・1年分の健康講座を  
この1冊にまとめました。

島大病院 ちょっと気になる

## 健康講座

Shimane University Hospital Lectures on Health

監修: 島根大学医学部附属病院

A5判/並製本/154頁/オールカラー 発売: 今井出版 定価: 本体 926円+税

島根大学病院の  
スタッフがわかり  
やすく解説します。

病気・  
健康維持の  
はなしなど



46  
項目



編著: 島根大学医学部附属病院  
A4版/112頁/オールカラー/  
発売: 有限会社 南々社  
定価: 本体 1480円+税

## わかる本

島根大学医学部  
附属病院の  
最新治療が

病気や治療に  
ついて、  
わかりやすく  
解説しています。



### 編集 後記

今回は「検診もやってます! ~大学病院ならではのハイクオリティな精密検査~」の特集で記事を作成しました。取材を進めていくうちに、検診に対してどことなく抱いていた「痛そう」「怖そう」という気持ちが少し和らいだように思います。定期的な検診を受けるようにしたいと思います。

暑い夏がすぐそこまで来ています。今回の記事にもありますが、適切な日焼け対策をして、大切なお肌を守りましょう! 次号発行は10月です。どうぞご覧ください!

しろさぎ  
についてのお問い合わせ先

医学部総務課 企画調査係 広報担当  
TEL: 0853-20-2019  
E-mail: mga-kikaku@office.shimane-u.ac.jp