

病院の理念 「患者本位の医療」

基本方針

1. 患者さまの意思を尊重し、信頼される医療を提供します。
2. 地域中核病院として、高度な医療と救急医療の充実に努めます。
3. 急性期病院として、関係機関と連携し、地域医療の充実に努めます。
4. 地域がん診療連携拠点病院として、機能の充実強化に努めます。
5. 臨床研修指定病院として、地域医療を担う優れた医師の育成に努めます。
6. 地域医療支援病院として、地域の医療人の教育研修の充実強化に努めます。



INFORMATION

新病院 OPEN! 内覧会(見学会)のご案内

公立藤岡総合病院は入居棟(公立藤岡総合病院)と外来棟(附属外来センター)を統合し、従来の2倍の広さを持つ最新の医療施設を提供していくため、附属外来センター敷地内に医療棟を建設し、新病院としてオープンします。

2017年 10月15日(日)
 受付 13:00~15:00
 事前申込・予約不要

駐車場は敷地内にあり、無料です。バス、タクシーも利用できます。詳しくは、受付にお知らせください。

多野藤岡医療事務市町村組合
 公立藤岡総合病院
 TEL. 0274-22-3311(代表)



**当院の乳房検査は全て
 女性技師が対応しています。**
 初めての方でも安心して検査が受けられます。

マンモ技師
 石川さん、木村さん、清水さん、長島さん

エコー技師
 飯塚さん、井口さん、奥田さん、相馬さん

※マンモ = マンモグラフィ
 乳房X線撮影のことで、圧迫板で乳房をはさみ、薄く引き延ばして乳房内の変化を描出する検査。

エコー = 超音波検査
 超音波診断装置を使用し、乳房(主に乳腺)の状態を調べるもの。超音波を対象物に当てて、その反射を映像化することで対象物の内部の状態を調査することのできる画像検査法の一つ。

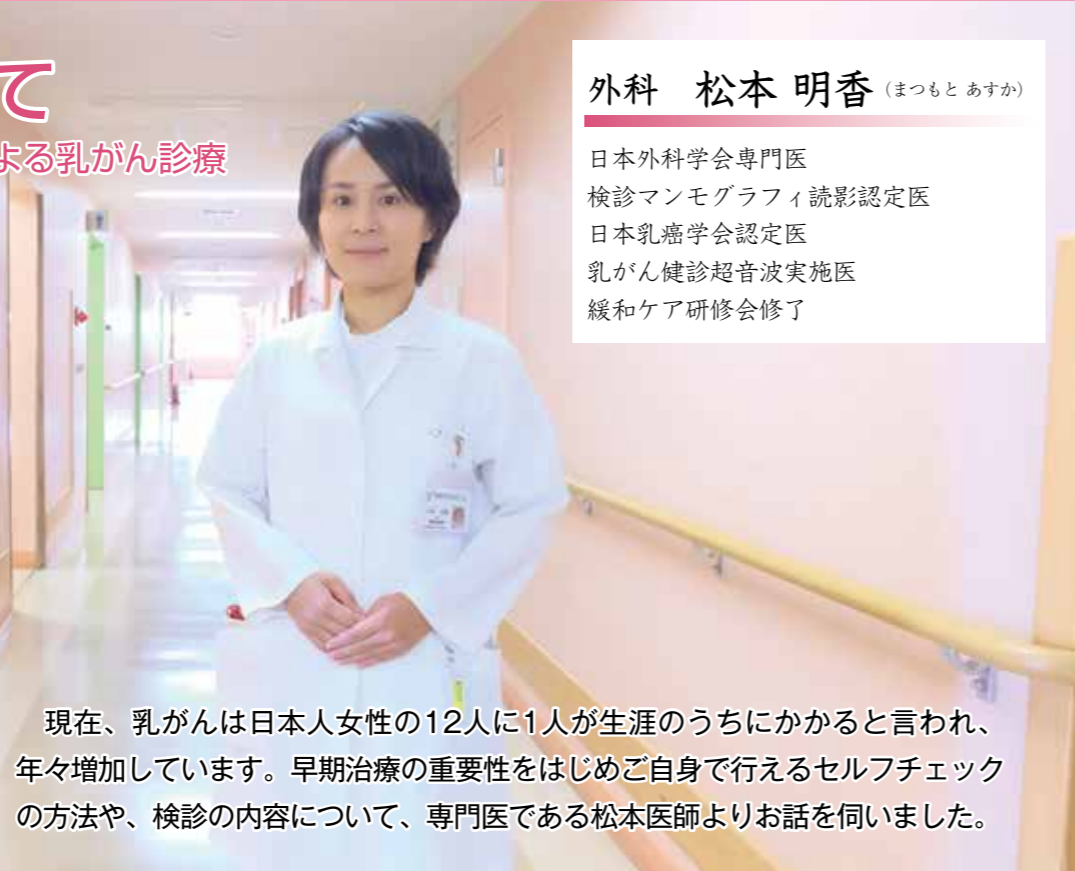


特集

乳がんについて

乳がんについて

女性医師・検査スタッフによる乳がん診療



外科 松本 明香 (まつもと あすか)

日本外科学会専門医
検診マンモグラフィ読影認定医
日本乳癌学会認定医
乳がん健診超音波実施医
緩和ケア研修会修了

教えて
ドクター
Q & A

現在、乳がんは日本人女性の12人に1人が生涯のうちにかかると言われ、年々増加しています。早期治療の重要性をはじめご自身で行えるセルフチェックの方法や、検診の内容について、専門医である松本医師よりお話を伺いました。

Q 乳がんについて何ですか？
A 乳腺から発生する癌で、女性のみでなく、男性でもなります。他のがんと比較し、若い年代でも発症することがあり、子育て中や働き盛りの年代の患者さんが多いことも特徴です。日本人では40代後半から50代にピークがありますが、30代〜高齢の方まで幅広い年齢層で発症する可能性があります。
 また、12人に1人の女性が一生のうち乳がんにかかると言われており、今後さらに増加が見込まれています。非常に身近な病気です。

Q 乳がんの症状はどんなものがありますか？
A 自分で気付く症状としては①乳房内、もしくはわきの下のしこり、②乳房の変形（引き連れ等）、③乳頭（ちくび）の変形（以前はなかった陥没等）、④乳頭（ちくび）からの血液分泌があります。しこりが大きくなってくると痛みを伴うこともあります。一般的には痛みのないしこりです。

Q 乳がんは予防できますか？
A 残念ながら現時点では予防法はありません。それゆえに、検診やセルフチェックで早期に発見することが重要となっています。

Q セルフチェックはどうやるのですか？
A 生理のある方は生理1週間後くらいの乳房の張りが少ない時期に、閉経後は毎月決まった日に自己検診日を決めましょう。入浴時に、まず、①皮膚の凸凹がよくわかるように手にせつけんをつけて滑りやすくします。②腕を上げ乳房の表面に渦巻きを描くようにして、しこりやこぶなどがなく調べます。③指先をそろえてわきの下に差し入れ、リンパ節が腫れていないか確認します。④せつけんの泡を流したあと、鏡の前で腕を上げて乳房・乳頭（ちくび）の変形がないかを確認し

Q 乳がん検診はどこで受けられますか？
A 40歳以上に関しては、各市町村で1年ないし2年に1回のマンモグラフィ検査を実施しております。期間等は市町村によって異なります。藤岡市内在住の方に関しては、当院健康管理センターでも行っております。くわしくはお電話でお問い合わせください。人間ドック・単独の乳がん検診も行っております。
 しこり等の症状がある方に関しては、当院外来センター乳腺外来にて診察を行っております。

Q 乳腺外来ではどんな診察・検査をしますか？
A 視触診・マンモグラフィ・エコー検査を行い、必要に応じてMRI検査・穿刺吸引細胞診・針生検・マンモトーム生検等行っております。
 当院は2015年にトモシンセシスマンモグラフィ（3Dマンモグラフィ）を導入しております。通常のマンモグラフィではわかりにくい病変もより正確に確認することができます。
 エコー検査も検査室にて症状がない側の乳房まで見落とさないよう、しっかりと丁寧に確認しております。
 当院の特徴は乳房の検査に関してはマンモグラフィ・エコー室とも女性検査技師が検査を施行していることです。初めての方も安心して受診することができます。
 ただし現在、乳腺外来は非常に混雑しており、予約外で受診いただいてもなかなか当日検査までできない状況となっております。お急ぎでない方につきましては、かかりつけの先生にご相談いただき、当院の地域医療支援連携センターを通して予約を取っていただく、スムーズに受診することが可能です。

乳がん看護認定看護師の紹介



乳がん看護認定看護師
平田 恵美 (ひらためぐみ)

2004年に公立藤岡総合病院に入職。外科病棟に所属してから乳がん患者さんと関わる中で、より患者さんの近くで専門的な知識を身につけ、患者さんが安心して治療を選択できるよう支援したいと思い、2016年に乳がん看護認定看護師の資格を取得し、活動している。

乳がん看護認定看護師は、乳がん患者さんとご家族への身体的・心理的・社会的な支援を行います。現在は、入院中の乳がん患者さんに手術後の下着の紹介やリンパ浮腫予防など退院後の生活の支援を行っています。

乳がん治療では手術療法や放射線治療、化学療法、ホルモン療法と多様な治療法の中から患者さんに合った治療を選択していきます。手術の術式では、乳房を全部切除する乳房全摘手術と乳房の膨らみを残す乳房温存手術でどちらの術式が良いか悩んだり、乳房再建手術を希望するか迷われたりすることがあります。患者さん自身が手術の術式や治療を選択できるよう相談に応じ、治療中の身体の変化や心理的サポートをさせていただきます。

今年、新病院が建設されます。そこで新たにがん看護外来として乳腺看護外来を開設する予定です。乳腺看護外来では患者さんだけではなく、そのご家族へ向けた診断（病名告知）後の心理的サポートや今後の治療についてのご相談に応じ、がんを抱えながらも安心して生活が送れるよう支援体制を構築していきたいと考えております。また、同じ悩みを抱える患者さん同士の集まりである乳がん患者会に対する支援、手術後の下着や治療を受けながらの生活や仕事に関することなどのお話を伺い、患者さんやご家族が参加できるように勉強会や研修会の開催も企画していきたいと考えています。お気軽にご相談下さい。

乳がん術後の生活について

乳がんの術後では、乳房切除やリンパ節郭清（脇のリンパ節を切除）により肩関節の動きの低下や筋力低下、板が入っているみたい等の違和感といった身体機能の問題が生じることがあります。特に、リンパ節郭清後は、リンパ浮腫を生じることがあるため、早期からの予防が最も大切といわれております。

術後、肩の上がりにくさや腕・手の浮腫みが生じやすくなることがあるため、退院後も生活の中で適度な運動を習慣にし、家事や仕事、趣味活動等生活の中で手術側の腕が使えるように生活上の留意点やホームワークについて助言しております。リハビリと聞くと、「大変だな」、「決められたものをこなさないと」等思う方もいると思いますが、普段の生活の中で手術側を動かす・使うこともリハビリになります。

日常生活での留意点やホームワークについていくつかご紹介させていただきます。術後でのケアや運動は気楽に、気長に行うことが大切です。

【日常生活での留意点】

- 30分〜1時間の散歩・ウォーキングやストレッチ、水泳や水中歩行等の軽い全身運動を定期的に行う
 - バランスの良い食事を心掛け、理想体重の維持・減量に努める
 - きつい下着や衣服など手術側の圧迫を避けしめつけない
 - 手術側への注射や採血、血圧測定等避ける
 - 手術側の腕や手を傷つせず、清潔に保つ
- ※怪我や虫刺され、やけどに注意



作業療法士
尾崎 絢香 (おざき あやか)

2014年に公立藤岡総合病院リハビリテーション室に作業療法士として入職。
2014年10月より乳がんの患者さんのリハビリに関わり、現在も日々精進している。

【ホームワークの例】 各10回、毎日3セット（体調に合わせて増減しても良い）

