

# 病院だより

Vol.3 2009 秋号  
2009年9月1日発行

ココロとカラダのメディカル通信

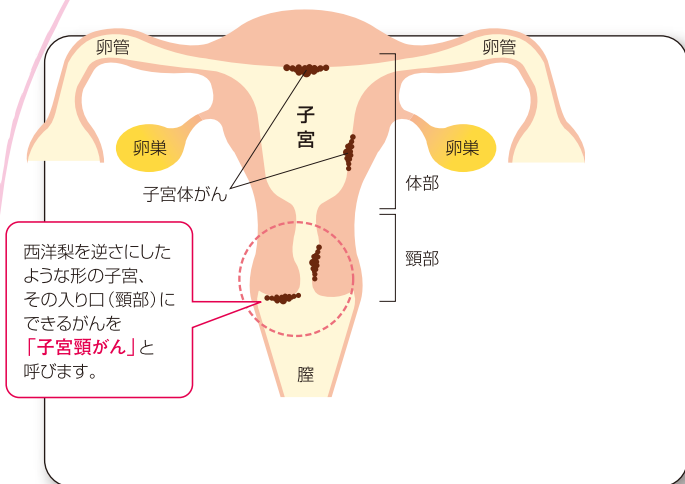
〒336-0931 さいたま市緑区原山3-15-31 TEL:048-882-2867 FAX:048-882-2887 発行人:星野 徹

## 子宮頸がんについて

副院長 (内科・婦人科) 本松 茂

子宮にできる「がん」には2種類あります (図)。子宮の入り口にできる「子宮頸がん」と、子宮の奥にできる「子宮体がん」で、この2つは全く別のガンです。子宮体がんは女性ホルモンのアンバランスが関係し、50～60歳代以降の中高齢に多くみられるガンですが、子宮頸がんは20～80歳以上まで幅広い年齢層にみられるガンで、ヒトパピローマウイルス (HPV) というウイルスの持続感染が深く関係し、最近では20～30歳代の

■ 発症が急激に増加しています。



HPV そのものはありふれたウイルスで、性的接触をもったひとは誰でも感染する可能性があり、性体験のある女性の60～80%は少なくとも一度は感染するといわれています。ほとんどは‘カゼ’のように一時的な感染で、通常はその人の免疫作用などでウイルスは退治されて治ってしまうので、HPV 感染自体は治療の必要はありません。ただ、発がん性の高い一部の HPV が何らかの原因で長い期間子宮頸部に住み着くと、やがて‘前がん状態’になり、5～10年ほどで‘早期がん’、そして‘浸潤がん’へと進むといわれています。

その症状は、子宮頸がんが進行するにつれて、性交後出血や茶褐色のおりものが出るなどの異常、不正出血、下腹部や腰の痛みなどがあらわれることがあります。

でも、安心してください。子宮頸がん検診はそのような‘がん’になる前の異常をもチェックすることができるのです。

子宮頸がん検診は、ヘラやブラシで子宮頸部をこすって細胞を採取し、顕微鏡でその細胞を確認する検査です。HPVの持続感染を経て子宮頸がんやその前がん状態まで細胞が成長していないかどうかをチェックするわけです。つまり、がん検診という名称がついていますが、子宮頸がん検診ではそのような自覚症状のない、まだ子宮がんになってない状態で危険を見つけることができるのです。ごく初期に発見できれば、子宮を取る手術を受ける必要はありませんし、検診で見つかった子宮頸がんは死亡率が低いのです。

いま、子宮頸がんを防ぐワクチンが開発されています。子宮頸がんはウイルス感染で起こるのですから、ワクチンでの予防も可能なのです。まだ、日本では認可されていませんが、数年後には10代の若い女性にワクチンを接種することにより、将来の子宮頸がんを予防できるようになるでしょう。ただ、このワクチンは感染を予防するワクチンですから、すでにウイルスに感染している場合にはがん発症を予防する効果はありません。性体験のある方たちが将来、子宮頸がんにならないようにするには定期的な子宮頸がん検診が最も有効なのです。

さて、当院でも昨年より婦人科外来を新たに立ち上げました。子宮がん検診も行っていますが、このたび自治医科大学さいたま医療センターの婦人科医 (写真) も応援してくれるようになり、月、水、金曜日に婦人科外来を開きますので、どうぞご利用下さい。



第8回 共済病院健康教室

# 「明日から使える栄養講座」



第8回共済病院健康教室は、共済病院管理栄養士の細井洋子と伊東美穂が担当いたしました。当日の参加者は20～70歳まで幅広い年齢層で、女性と男性の比率は4：1くらいでした。最初に本松副院長の元気なご挨拶があり、両管理栄養士もその元気に勇気付けられ最後まで講師を努めることができました。当日の講座は

- 健康とは
- 栄養と食生活
- 食物とその働き
- 体格からみた適正な栄養量
- バランスのよい食事
- 理想的な食生活

以上の内容で進めました。

私たちが生きていくためには、栄養が必要です。その栄養は、食べ物から摂ります。食べ物には栄養素がありそれぞれの働きがあり、私たちの体の機能に役立っています。その食べ物を過剰に摂れば肥満や生活習慣病に、不足すればやせたり、低栄養状態になりいろいろな病気の原因になります。

食事の摂取量と消費量がバランスよく、また食事内容のバランスも大切になります。

適正体重から必要エネルギー量を計算し、そこから必要量を満たす栄養量を求めます。なかなか栄養量を求めるには訓練が必要ですが、バランスの良い食事を覚えてしまえば、スムーズに献立がたてられます。クイズ形式で実習していただき、より理解を深めたようでした。

当日の共済病院の入院食（普通食1800kcal 塩分10g）の献立を展示し皆様からご意見をいただきました。講座終了後塩分0.6%の味噌汁を試飲していただき家庭の味と比較していただきました。参加者のほとんどの方が、自宅と同じくらいとお答えになり、原山地区の皆様の塩分は標準的な摂りかたのようでした。

食べることは、生命の糧を得ることではありますが、その前に楽しむことが一番のように思います。もう一度自分の食生活を見直してみることをおすすめいたします。これからも栄養情報を地域の皆様に提供できるよう努めたいと思います。

次回第9回健康教室のお知らせ

**10月24日(土)午後**

## 「医学の常識とマスコミの非常識」 メタボリックと本当の話

講師：日本大学医学部 法医学教授 押田茂實氏  
詳しい内容は、後日お知らせします。

ふるって  
ご参加下さい。

### 婦人科外来診療を始めました。

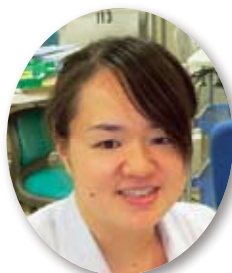
8月17日から、月・水の午前にも診察枠を設けました。

女性医師が担当し、子宮がん検診、婦人科腫瘍、子宮内膜症、更年期障害、月経異常、膣炎、性器感染症、避妊相談等を扱います。(妊娠・分娩は扱っていません)

さいたま市子宮がん検診については、月曜日から土曜日に実施しています。

#### ●婦人科外来診療担当医●

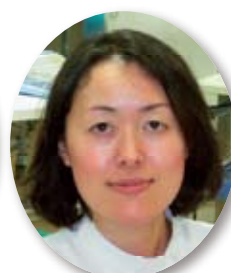
| 受付時間                     | 月                 | 火 | 水   | 木 | 金   | 土 |
|--------------------------|-------------------|---|-----|---|-----|---|
| 午前<br>9:00<br>～<br>11:30 | 鈴木有紀<br>・<br>廣瀬典子 |   | 林由梨 |   |     |   |
| 午後<br>1:00<br>～<br>4:30  |                   |   |     |   | 本松茂 |   |



鈴木医師



廣瀬医師



林医師