

《埼玉協同病院だより》

# ふれあい

2018年 No.372

発行：医療生協さいたま  
埼玉協同病院

〒333-0831 川口市木曾呂1317  
TEL.048-296-4771  
FAX.048-296-7182

ホームページ：http://www.kyoudou-hp.com

# 10

増えています

## 大腸がん検診のおススメ

みなさんは大腸がんについて、どんな症状が出るかイメージできますか？実は、初期の場合は症状が出ないので検診を受けなければ気づくことができません。大腸がんの症状といえば、便秘がひどくなった、便が細い、血便が出るなどのイメージがあると思います。しかし、これらはがんがかなり進行している状態になって、やっと症状として出てくるのです。

今、日本人の2人に1人ががんになり、3人に1人ががんで命を落としています。なかでも、日本人の食習慣の欧米化により近年では大腸がん罹患する人が急速に増えています。2017年のがんの部位別死亡率では、大腸がんで亡くなった人は女性の第1位、男性

では第3位となっています。

しかし、大腸がんは早期発見・早期治療をすることで、95%が治る病気です。早期のがんであれば1週間ほどの入院で内視鏡でがんを切除することもできます。反対に、進行がんの場合は開腹手術や抗癌剤治療など、体に負担がかかる治療をせざるを得ません。また、現在の日本における大腸がんの5年生存率は、定期的に検査を受けている人は95%であるのに対して、定期的に検査を受けていない人は9%と大幅に下がります。

ぜひ大腸がん検診を受けてください。

(外来看護科Ⅱ 保健師 菅原)



## 10月は ピンクリボン月間です

あなたと大切なあなたの家族のためにも、乳がん検診を受けましょう。乳がんで悲しい思いをする人が少しでも減らせるようにピンクリボン運動は始まりました。欧米の検診受診率が70%以上であるのに対し日本は20～30%と先進諸国の中でも最低のレベルです。

まずは、お風呂の時など鏡の前で自分の乳房を見て触って、くぼみやしこりが無いかチェックしてみましょう。



乳がん看護  
認定看護師  
小平

### 自己チェックのポイント

#### ①見る

鏡の前に立ち、乳房にくぼきの様なへこみやひきつれ、左右差がないかを観察します。



#### ②さわる

腕を上げて、指の腹でしこりがないかを調べます。

●外側から乳頭に向かって

●「の」の字を描くように

入浴時に石けんをつけて行うと効果的です。



#### ③つまむ

乳首を軽くつまみ、分泌物が出ないかを調べます。(妊娠・授乳期を除く)

月に1回、月経開始1週間後、閉経後の方は毎月日を決めて、普段から自分の乳房の状態を知っておくことも大切です。



市民公開講座 埼玉協同病院  
認知症ケアチーム

## 「それってただの物忘れ？」 ～認知症について考えよう～

誰でもなり得る認知症。認知症の理解を深め、関わり方や困ったときの相談窓口などを一緒に学びませんか？興味のある方どなたでも構いません。是非ご参加ください。

日時：10月27日(土)

受付9:30～

講演10:00～12:00

開催概要

場所：戸塚公民館 講座1

(駐車場に限りがありますので公共交通機関をご利用ください)

講師：荻野マリ工医師、看護師、言語聴覚士、  
地域包括支援センター

参加費無料  
事前申し込み  
(先着60名)

問い合わせ申し込み 埼玉協同病院 TEL.048-296-4771(代)

## 小児インフルエンザ 予防接種のお知らせ

インフルエンザは、感染した人が咳やくしゃみなどをすることで空気中に広がり、それを吸い込むことで感染が広がります。流行には気温と湿度が関係していて、気温と湿度が低いほどインフルエンザウイルスの生存期間が長くなります。1週間ほどで治癒に向かいますが、普通の風邪に比べて全身症状が強いのが特徴で、気管支炎や肺炎などを合併し、重症化すると死に至ることもあります。気管支喘息をもつ小児などは重症化を防ぐために予防接種をお勧めします。また小児だけでなく、65歳以上の高齢の方、福祉施設などに入居されている方、慢性の病気を持つ方も予防接種をお勧めします。



←小児科インフルエンザ詳細、  
料金についてはHPをご参照ください



電話または小児科外来にて9月25日(土)より予約受付いたします。

問い合わせ申し込み 予約センター TEL.048-297-9821 月～金 10:00～15:00

