



当院は平成22年より  
(財)日本医療機能評価機構の  
認定を受けております。



恵那病院HP



病院Facebook



乳がんの原因と予防について	1
分娩開始に向けて！	2
看護師、助産師、看護・介護助手の職員募集！	2
臨床検査室 紹介	3
整形外科休診のお知らせ	3
外来診療担当表	4
編集後記	4

## 乳がんの原因と予防について

日本人女性では乳がんにかかる人の数は増加しており(日本人女性の11人に1人が罹患)、特に40歳代から乳がんにかかる危険性が高くなります。

今回は、乳がんの原因と予防について、質問と回答(Q&A)形式でお話したいと思います。

### 質問1 「食生活と乳がん発症リスク(危険性)との間に関連はありますか？」

- \* **肥満について**：肥満は乳がん発症リスクを確実に高めます。肥満はさまざまな生活習慣病の大きな原因にもなりますので、日常生活で太りすぎないように気をつけることはとても大切です。
- \* **アルコールについて**：アルコール飲料の摂取により、乳がん発症リスクが高くなることはほぼ確実です。飲酒は控えるにしましょう。
- \* **大豆食品やイソフラボンについて**：大豆食品やイソフラボンの摂取で乳がん発症リスクが低くなる可能性があります。しかし、イソフラボンをサプリメントとして服用することで乳がん発症リスクなることは証明されておらず、安全性も証明されていません。イソフラボンは通常の大豆食品からの摂取を心がけましょう。
- \* **健康食品やサプリメントについて**：乳がん発症リスクを低下させるために健康食品やサプリメントを摂取することはお勧めできません。
- \* **乳製品について**：乳製品の摂取によりむしろ乳がん発症リスクは低くなる可能性があります。ただし、牛乳そのものと乳がんリスクの関係についてはよくわかっていません。

### 質問2 「生活習慣病および持病と乳がん発症リスクとの間に関連はありますか？」

- \* **喫煙について**：喫煙は肺癌や多くの生活習慣病の一因であり、喫煙により乳がん発症リスクが高くなることもほぼ確実です。また、受動喫煙も乳がん発症リスクを高くする可能性があります。健康維持の観点からも、禁煙および他人のタバコの煙をできるだけ避けることをお勧めします。
- \* **運動について**：閉経前の女性では、運動によって乳がん発症リスクが低下するかどうかは結論が出ていません。しかし、閉経後の女性では、定期的に運動を行うことによって乳がん発症リスクが低くなることはほぼ確実です。日頃から軽い運動をする習慣をつけましょう。
- \* **ストレスについて**：ストレスが乳がん発症リスクを高めるかどうかは結論が出ていません。
- \* **個人の性格について**：個人の性格と乳がん発症リスクとの間には明らかな関連性はありませぬ。

\* **糖尿病について**：糖尿病がある人は糖尿病がない人と比較して乳がん発症リスクが高いことはほぼ確実です。糖尿病のある方は定期的な乳がん検診を受けましょう。

### 質問3 「妊娠・出産・授乳および月経歴と乳がんのリスクについて教えてください。」

- \* **妊娠・出産について**：出産経験のない女性は、出産経験のある女性と比較してホルモン受容体陽性の乳がん発症リスクが高いことは確実です。初産年齢が高い女性では乳がん発症リスクが高く、初産年齢が低いほど乳がん発症リスクが低いこともほぼ確実です。
- \* **授乳について**：授乳経験のない人は、授乳経験がある人に比較して乳がん発症リスクが高いことは確実です。授乳の期間が長いほど乳がん発症リスクが低くなることも確実です。
- \* **月経歴について**：初経年齢が早い人ほど乳がん発症リスクが高いことはほぼ確実です。閉経年齢が遅い人ほど乳がん発症リスクが高いこともほぼ確実です。

### 質問4 「乳がんと遺伝の関係を教えてください。」

- \* **乳がんの遺伝について**：乳がんの5~10%は遺伝性であるといわれていますが、それを判断するには専門的な詳しい評価が必要です。また、ご家族に乳がんや卵巣がんを発症した方がいなくても、患者さんご自身が、若年性乳がんや、両側性、多発性の乳がん、男性乳がん、卵巣がんと乳がんの両方にかかったことがある場合などには、遺伝性乳がんの可能性ががあります。
- \* **家系内に乳がんの患者さんがいることについて**：ご自身の家系内に乳がん患者さんがいる場合、その患者さんご自身の血縁関係に近いほど、また乳がん患者さんが家系内に多くいればいるほど、その人の乳がん発症リスクは高くなります。

自分の胸のしこりが気になる時や(男性にも乳がんはできません)、乳がんについて分からないことや、心配なことがありましたら、お気軽に市立恵那病院乳腺外来にご相談ください。40歳を過ぎたら、自覚症状がない女性でも、2年に1回は乳がん検診を受けることが推奨されています。乳がんも他のがんと同様に、早期発見・早期治療が大切です。

参考文献：日本乳癌学会編「患者さんのための乳がん診療ガイドライン」2016年版

(外科・乳腺外科 浅野雅嘉)

## 分娩開始に向けて！

市立恵那病院産婦人科はこれまで非常勤の先生方にご協力いただき、婦人科診療および婦人科検診を行ってきましたが、2017年4月より私が常勤医として勤務を開始し、10月より産婦人科2名体制で妊婦健診、分娩の受け入れを開始いたします。分娩については11月13日以降の分娩予定日の妊婦さんで当面はリスクの少ない方に限らせていただきますが、来年度小児科医師の増員も含め、体制が整い次第、徐々に中程度のリスクの妊婦さんの分娩も受け入れるようにしたいと考えています。

新病院に移転後は産婦人科病棟となる東3階病棟を中心に、産科の受け入れについて、助産師の研修や看護スタッフの研修を行い、病棟のみならず病院全体で準備を進めてきました。十分な準備をして分娩開始に臨みたいと思いますが、実際には産婦人科診療や分娩に慣れていないスタッフも多く、10月以降もシミュレーションと業務の見直し繰り返しながら、安心・安全な分娩を提供できるようにしていきます。

また婦人科疾患についても、4月より連日外来診療を行ってきましたが、今後も子宮がん検診のみならず、若年の女性から成熟期、更年期、老年期の女性まで女性特有の疾患が疑われる、あるいは精査が必要である患者さんの診療を継続します。また婦人科手術についても、良性疾患を中心に可能は範囲で行っていきたいと思ひますし、腫瘍総合ケアセンターとも連携して悪性腫瘍の術後の化学療法についても受け入れを増やしていく予定です。

まだまだ十分な産婦人科診療体制を整えるまで至っていませんが、地域での総合診療と産婦人科診療を担う若手の医師を育てることを念頭に、さらに地域の医療に貢献できるように努力してまいります。

(産婦人科 伊藤雄二)

### お産についてのお問い合わせ

産婦人科外来  
平日 14:00~17:00  
☎ 0573-26-2121



## 看護師、助産師、看護・介護助手の職員募集！

市立恵那病院は、平成28年11月に新病院として開院しています。

医療機器等も新しくなって、地域密着の医療を展開しています。ぜひ、一緒に地域医療を実践していただけるスタッフを募集しています。

詳細は病院HPの募集要項をご参照下さい。

市立恵那病院

検索

<http://www.enahosp.jp/>

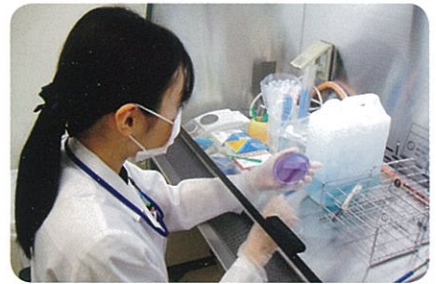




## 臨床検査室 紹介

臨床検査室では、男性技師2名、女性技師5名、午前パート3名で運営しています。新病院になり中央採血室業務が検査室の担当になり、パート3名(看護師2名検査技師1名)の体制で採血業務を行っています。旧病院と異なるところは、中央採血室の後ろに検査室があることで、検査室のモットーである「迅速かつ正確」に検査をし、待ち時間の短縮に繋がりました。業務内容としましては、血液や尿などの検体を扱う検体検査部門と、心電図や呼吸機能など患者様に直接かかわる生体検査部門、健診センターでの健診部門に分かれています。検体検査部門は生化学検査・血液検査・凝固検査・免疫血清学的検査(腫瘍マーカー・内分泌・感染症・薬物・アレルギー検査)・輸血検査(血液型・交差試験・不規則抗体検査)細菌検査・一般検査(尿・便)を行っています。この度、輸血検査の半自動機器の導入で、時間短縮する事で、HUMAN ERROR(今までもなし)が起こらない環境となりました。時間外の救急患者さまの対応としましては、オンコールにて、病院に15分以内に駆けつける体制をとっています。臨床検査は病気の診断、治療、病気の早期発見や予防になくしてはならない手段です。何かと地域の皆様にご迷惑をお掛けするかもしれませんが、臨床検査室一同、質の良い検査を提供していこうと思っています。これからもどうぞご支援を宜しくお願い致します。

(臨床検査室 藤川多加子)



## 整形外科休診のお知らせ

平成29年11月1日(水)より、

毎週水曜日を

手術日とし、**終日休診**といたします。

ご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご了承ください。



市立恵那病院 病院長



## 外来診療担当表

平成29年10月1日現在

**午前** 受付時間(月~金)8:30~11:30 (土)8:30~11:00  
診察時間(月~土)9:00~

診療科	診察室	月	火	水	木	金	土
内科	予約診療 診察室 C01	消化器・総合診療 山田 誠史	呼吸器 近藤 芳正	老年・脳卒中 細江 雅彦	呼吸器・消化器 近藤 芳正	呼吸器・肝臓 近藤 芳正	***
	予約診療 診察室 C02	循環器・不整脈 松野 由紀彦	総合診療 吉田 力	消化器・総合診療 山田 誠史	循環器・不整脈 松野 由紀彦	総合診療 吉田 力	***
	予約診療 診察室 C03	老年・脳卒中 細江 雅彦	***	総合診療 市川 伸也	循環器外来 亀谷* / 安藤*	***	***
	医療連携 診察室 C05	総合診療 大塚 八左右	循環器・不整脈 松野 由紀彦	呼吸器・消化器 近藤 芳正	消化器・総合診療 山田 誠史	老年・脳卒中 細江 雅彦	***
	初診・予約外2 診察室 C06	総合診療 市川 伸也	総合診療 大塚 八左右	呼吸器・消化器 近藤 芳正	総合診療 大塩 学而*	総合診療 大塩 学而*	***
	初診・予約外1 診察室 C07	総合診療 新多 恵子	総合診療 市川 伸也	総合診療 吉田 力	総合診療 新多 恵子	総合診療 大塚 八左右	交替
	小児科	診察室 A05	服部 誠	服部 誠	服部 誠	服部 誠	服部 誠
診察室 A06		★第3週のみ 交替*	***	***	***	***	***
外科	初診・処置・専門外来 診察室 B04	太田 博彰	予約診療 北村 文近	大腸・肛門 太田 博彰	北村 文近	大腸・肛門 北村 文近	交替
	予約診療 診察室 B05	予約診療 浅野 雅嘉	初診・処置 浅野 雅嘉	予約診療 北村 文近	予約診療(乳腺) 浅野 雅嘉	予約診療 太田 博彰	***
整形外科	主診 診察室 B01	伊達 和人	寺島 宏明	伊達 和人	伊達 和人	寺島 宏明	交替
	副診 診察室 B02	寺島 宏明	伊達 和人	寺島 宏明	※1) 第2のみ 寺島 / 廣田*※1	伊達 和人	***
眼科	診察室 A01	市田 美夕	市田 美夕	市田 美夕	市田 美夕	加藤 / 市田	***
※10月第一週目: 月・火・金曜日は非常勤医師 10月第二週目: 休診 10月第三週目以降: 市田美夕(常勤医師)							
耳鼻咽喉科	診察室 A03	***	吉岡 哲志*	***	村嶋 智明*	***	***
産婦人科	婦人科 診察室 K01	***	***	予約優先(婦人科) 一杉明貴*	***	***	第2・第4のみ (要予約) 交替*2
	産科 診察室 K02	予約優先 伊藤雄二	予約優先 伊藤雄二	予約優先(産科) 小谷倫子	予約優先 小谷倫子	予約優先 伊藤 / 小谷*1	***

**午後** 受付時間(月~金)13:30~15:00 (※小児科 13:30~15:30)  
※午後診療は、救急・予約診療のみとなります。(小児科 月・木曜日を除く)

診療科	診察室	月	火	水	木	金	土
内科	要予約 専門外来	糖尿病・物忘れ 細江 雅彦	***	糖尿病・物忘れ 細江 雅彦	ペースメーカー外来 松野 由紀彦	糖尿病・物忘れ 細江 雅彦 禁煙外来 近藤 芳正	***
小児科	診察室 A05	服部 誠	***	要予約 (予防接種)	交替*	要予約 (予防接種)	***

■産婦人科第2・第4土曜日は完全予約制、月~金曜日は予約優先制となります。平日当日受付の方は待ち時間が長くなることがあります。

■診療予約・予約変更について

※産婦人科以外の診療科では初診予約ができません。当日ご来院の上、医事課受付窓口までお越しください。  
※診察予約・予約変更は専門ダイヤルをご利用ください。

■休診日 土曜日午後・日曜日・祝日・年末年始(12月29日~1月3日)

■休診日・上記受付時間外の受診について

休診日・受付時間外の受診については、ご来院前に必ず、お電話でご連絡ください。  
連絡なくご来院の場合、待ち時間が長く発生したり、手術都合等により他院受診をご案内する場合がございます。  
また、急を要さない診察の場合は、外来受付時間内の受診をご案内致します。予めご了承ください。

予約専用ダイヤル (0573)20-1657 <予約受付時間> 平日9:30~17:00

### 編集後記

新病院へ引っ越しからまもなく1年になりますが、あっという間に時間が経ったように感じます。そして11月中旬より産科が始まります！  
今後も市民の皆さんに寄り添える病院であるよう努めてまいります。 (広報委員 土方美波)