

やすらぎ

9月号/No. 354

平成23年9月1日発行

富山赤十字病院

TEL(076)433-2222

発行責任者 粟林弘明

編集責任者 桑間直志

9月はがん征圧月間です

副院長 / がん診療連携推進室長 佐々木正寿

がん相談支援センター相談員 多賀 明子

2011年度 がん征圧 スローガン「健やかな 未来のために がん検診」

がんは、遺伝子の異常が蓄積していくことで発症する細胞の病気です。加齢に伴って発症リスクが増大していくので、高齢者が増えると、がんによる死亡数が増加していきます。日本において、がんは1981年以降死亡原因の第1位を占めており、更に増加傾向にあります。これらのことよりがん対策のより一層の推進を図るため2007年4月1日、がん対策基本法が施行されました。がん対策基本法は、がん患者ががんの状態に応じた適切ながん治療を受けられるようにすることや、緩和ケアやがん相談などによりがん患者とその家族のこころのつらさの軽減を目的の1つにしています。同時にがんの予防及び早期発見により75歳未満のがん死亡率を10年以内に20%減らすことを目標にしています。

がんを予防するには3つの段階があります。まず、1次予防としてはがんにならないようにする生活習慣です。2次予防は、早期発見・早期治療を行ってがんを治すことです。3次予防は、がんの再発や転移を防ぐための治療です。この3つの段階で、個人個人ができることは1次予防と2次予防です。

がんの1次予防(がんにかからないようにする)について

がんの1次予防はがんの発生原因を除いてがんの罹患率を下げることを目的としています。がんの発生原因はたばこ30%、



＋ 理 念

人道・博愛の赤十字精神にもとづく良質で安全な医療の提供

基本方針

- 1 患者さん中心の医療を提供します
- 2 より高度な医療の実践を目指します
- 3 地域医療に貢献する病院を目指します
- 4 災害救護ならびに医療社会奉仕に努めます
- 5 次代を担う医療従事者を育成します
- 6 働きがいのある病院運営に努めます
- 7 健全経営の維持に努めます

富山赤十字病院

＋ 患者さんの権利

病院の「理念」・「基本方針」にもとづき患者さんが安心して医療を受けることができるよう、以下の権利を大切にします。

- 1 個人の尊厳が守られる権利
- 2 プライバシーが保障される権利
- 3 適切な情報と説明を受ける権利
- 4 自ら医療行為を選択する権利
- 5 適切で最善の医療を受ける権利

富山赤十字病院

食べ物35%、ウイルス10%程度といわれています。つまり約75%が私たちの日常生活に深く関与していることから、がんは生活習慣病の一つで長い時間を要する慢性の疾患といえます。原因をすべて除去するというのは不可能なことです。日常生活の中で注意すればがんから身を守ることは可能だということです。

がんの2次予防(早期発見、早期治療)について
がんの2次予防は検診によりがんを早期に発見し早期に治療してがんの死亡率を低下させることを目的としています。早くがんを見つけることで、がんを治療できる可能性が高まります。早く治療を開始することで効果が得られるようながんを早期に発見し、早期に治療を開始することががん検診の目的です。現在わが国の行政検診の対象とされている五つのがん(胃がん、大腸がん、肺がん、子宮頸がん、乳がん)の検診は、すでに十分な有効性が確立されています。がん検診を実施することによって、がん死を減らすためには対象人口の70%以上が数年に一度は検診を受ける必要があります。

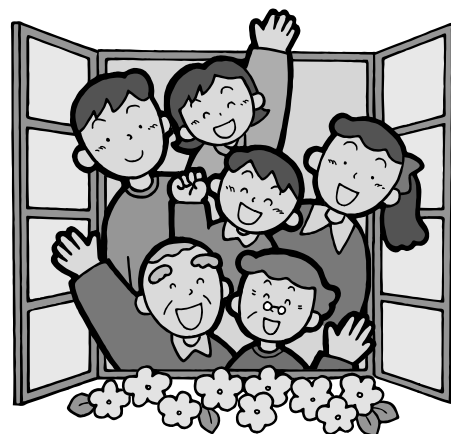
がん対策推進基本計画のなかでは、「国民は、喫煙、食生活、運動その他の生活習慣が健康に及ぼす影響等がんに関する正しい知識を持ち、がん予防に必要な注意を払うよう努めるとともに、必要に応じ、がん検診を受けるよう努めなければならない」とされています。高齢になってがんで亡くなるというのは避けられないことと考えられますが、少なくとも若いうちにがんで亡くならないよう、個人個人が努力する必要があります。

日本対がん協会では、毎年9月をがん征圧月間としその年のスローガンを掲げています。これを受け、対がん運動に対する理解と協力を得ることを目的として、全国で啓蒙活動が行われています。当院でも

9月1日から30日まで2階やすらぎホールにて、がんとその正しい知識の普及や検診による早期発見・早期治療についてのポスターを掲示しております。相談員ががんに関する様々なご相談に応じておりますので是非お立ち寄りください。

がんを防ぐための新12カ条(がん研究振興財団より)

1. たばこは吸わない
2. 他人のたばこの煙をできるだけ避ける
3. お酒はほどほどに
4. バランスのとれた食生活を
5. 塩辛い食品は控えめに
6. 野菜や果物は豊富に
7. 適度に運動
8. 適切な体重維持
9. ウィルスや細菌の感染予防と治療
10. 定期的ながん検診を
11. 身体の異常に気がいたら、すぐに受診を
12. 正しいがん情報でがんを知ることから



災害拠点病院に認定

富山赤十字病院が災害拠点病院(地域災害医療センター)に、7月1日付で認定されました。

富山赤十字病院 「公開健康講座」

～知っておこう！ワクチンで予防できる病気～

日時 平成23年**9月28日(水)** 18:00～19:30

会場 富山県民共生センター サンフォルテ ホール (受付17:30～)
富山市湊入船町6-7 TEL 076-432-4500 ※親子室・授乳室・託児室を準備しています。

対象 一般の方および医療従事者 定員 300名

入場無料
申込不要
先着200名様に
記念品贈呈

県民と医療従事者のための公開講座を開催いたします。
多くの皆様のご来場をお待ちしております。

第1部 小児ワクチン



「細菌性髄膜炎から子どもを守る！」

講師 富山赤十字病院 小児科医師 柴田 幸

日本小児科学会 日本小児アレルギー学会 日本アレルギー学会

第2部 子宮頸がん ～最新の話～



「子宮頸がん」ってどんな病気？

講師 富山赤十字病院 産婦人科医師 常松 梨紗

日本産婦人科学会 日本救急医学会 (JATECインストラクター)
日本周産期・新生児医学会 日本外傷診療研究機構



「子宮頸がん」にならないために

講師 富山赤十字病院 第1産婦人科部長 桑間 直志

日本産婦人科学会 (専門医) 日本周産期・新生児医学会
日本産婦人科手術学会 日本婦人科腫瘍学会 日本癌治療学会

主催  富山赤十字病院 お問い合わせ先 TEL 076-433-2222 医療社会事業課 / 総務課

日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

後援 富山県 富山県医師会 富山市医師会 富山県看護協会 富山県栄養士会 北日本新聞社

9・10月健康教室等のお知らせ

患者さん、ご家族の方、お気軽にご利用ください

【お問い合わせ】電話(076)433-2222 医療社会事業部(内線2322)

| 教室・外来 | 内 容 | 実施日 <small>開催日</small> | 時 間 | 場 所 | 担 当 | 申込窓口 |
|----------|------------------------------------|---------------------------|-------------|---|------------------|------------------|
| 糖尿病指導コース | 食事療法 | 毎週火曜 | 14:00～15:30 | 3階討議室 | 栄養士 | 外来通院の方は 内科外来 |
| | 病気・生活の話 | 毎週水曜 | 14:00～15:30 | 3階討議室 | 医師 | |
| | 口腔衛生について(「病気・生活の話」と一所に) | 9月21日 10月19日 | 14:00～14:30 | 3階討議室 | 歯科衛生士 | |
| | 薬の話 | 毎週木曜 | 14:00～14:30 | 9F-西病棟説明室 | 薬剤師 | |
| 食事指導コース | 糖尿病の検査 | 毎週金曜 | 14:00～14:30 | 3階討議室 | 検査技師 | 入院中の方は 病棟看護師 |
| | 運動の話と実技(運動の実技は主治医の許可を受けてください) | 毎週金曜 | 14:30～15:00 | 3階リハビリ室 | 理学療法士 | |
| | 昼食会 | 9月22日 10月27日 | 11:30～12:30 | 看護専門学校2階調理室 | 栄養士 | |
| | 腎臓病教室(慢性腎不全の食事療法) | 9月21日 10月19日 | 14:00～15:00 | 3階講義室 | 栄養士 | |
| 安産教室 | 1コース ～イメージしよう体の中を！～ | 9月2日 10月7日 | | | 医師 | 産婦人科外来 |
| | 2コース ～自分と向き合ってみよう！～ | 9月9日 10月14日 | 14:00～15:30 | 化学療法棟1階会議室 | 助産師 | |
| | 3コース 楽しく学ぼう！いいお産 | 9月16日 10月21日 | | | 歯科衛生士 | |
| | 4コース おっぱいのひ・み・つ | 9月30日 10月28日 | | | | |
| 禁煙教室 | 禁煙についての相談と講義 | 第1～4金曜 | 15:00～15:30 | 病棟説明室 第1:6F-東 第2:6F-西 第3:7F-東 第4:9F-西 | 保健師 | 申込不要 |
| 禁煙外来 | 禁煙についての内服治療を含めた支援 | 第1～4金曜 | 午後 | 呼吸器外科外来診察室 | 医師 | 主治医 地域医療連携室 |
| 助産師母乳外来 | 乳房マッサージ・育児相談・授乳相談 | 毎週火曜 | 13:00～15:30 | 産婦人科外来第3診察室 | 助産師 | 7F-西病棟 産婦人科外来 |
| 助産師外来 | 妊娠中、分娩から産後の育児についての相談、アドバイス | 毎週月～金曜 | 13:30～16:00 | 産婦人科外来第3診察室 | 助産師 | 産婦人科外来 |
| 看護相談 | 糖尿病相談(療養上の留意点、自己血糖測定など) | 毎週月～金曜 | 8:30～17:00 | 9階外来看護指導室 | 看護師 | 内科外来 |
| のびのびサークル | 食育相談 | 第2木曜 | 10:00～11:00 | 化学療法棟1階会議室 | 栄養士 | 申込不要 |
| | 母乳育児期間中の母子の集い(ホームページをご覧ください) | 第4木曜 | 10:00～11:30 | 化学療法棟1階会議室 | 保健師 助産師 | 申込不要 |
| 赤ちゃん健診 | 当院で生まれた赤ちゃんの発育チェック、赤ちゃん体操、母乳育児相談など | 毎週火曜 | 13:30～15:00 | 化学療法棟1階会議室 | 保健師 助産師 看護師 | 7F-西病棟 |
| やすらぎの会 | 1. 口腔内のケアについて 2. 医療費について | 9月14日 | 13:30～14:30 | 化学療法棟1階会議室 | 医師 薬剤師 がん相談員等 | 主治医 看護師 |
| | 交流会 | | 14:30～15:00 | | | |
| | ミニレクチャー 乳がんと上手につきあうために | 10月12日 | 14:00～14:30 | | | |
| 交流会 | | 10月12日 | 14:30～15:00 | | | |
| れんげそこの会 | 血液内科疾患 患者・家族・医療スタッフの会 | 10月12日 | 14:00～15:00 | 9F-西病棟説明室 | 9F-西スタッフ | 申込不要 |
| ストリー外来 | ストリーの説明(手術前)・手術後の定期的なフォローアップなど | 毎週火曜 | 13:30～15:00 | 外科外来診察室 | 医師 看護師 | 外科外来 |