

# 健康ガイド

## 診察室から

毎回のせんせい



市立総合病院  
消化器科部長 大岩 哲哉

vol.8

### 内視鏡（胃カメラ）で 胃がんを治そう

日本では、死因の三分の一は「がん」によるものです。かつては国民病といわれて、胃がん死は、徐々に減って二番目となりました（現在最も多いのは肺がん死）。しかし、実際には胃がんは減ったわけではなく、高齢化のため発症数は増えていて、「治る」胃がんが多く見つかるようになってきたといわれています。

平成十三年に、日本胃癌学会から胃がん治療ガイドラインが公開され、一般的な治療が示されました。胃がんの治療の原則は、がんの部分を取り去るわけですが、初期の胃がんの多くは、内視鏡で治療

するのが適当とされています。一般的には大きさ2cmまでですが、条件さえ合えば、かなり大きながんも内視鏡だけで治すことができるようになってきました。胃を切らずに治すこの治療は、最近数年で急速に進歩しています。では、どうすれば、胃がんが大きくなる前に見つけることができるのでしょうか？残念ながら、がんが小さいうちは、がんそのものが症状を引き起こすことは多くはありません。この時期に見つかるのは、検診で見つかったり、がんとは直接関係がない症状が半数以上を占めます。ですから、が



んで胃を切りたくなければ、症状がなくても定期的に内視鏡やX線検査を受けることが必要であると思います（もちろん、治すためには胃を切らなければならぬこともあります）。

このように、胃がんを見つかるのも治すのも、内視鏡が大きな役割を果たすようになってきました。バリウムによるX線検査も、がんの発見には有効です。見つけることができなければ、治療することもできません。検査時間は約五分ほどです。ご心配でしたら、医師にご相談ください。

## 聞いてください

# 私の健康法



伊藤秀子さん  
(下町)

今日の元気人



No.8

保健センター（すこやか館内）からのお知らせ ☎ 55 2010

乳幼児健康相談

日時 12月19日（金） 12月22日（月）午前9時30分～11時30分（22日は午後1時～3時実施）  
場所 保健センター

歯科医師による歯の健診・相談

日時 12月25日（木）午後1時30分～2時30分  
場所 保健センター  
歯みがき指導をご希望の方は、現在ご使用の歯ブラシをお持ちください。

医師による健康相談

月日	場所	受付時間
12月16日（火）	ウエルフェア土岐	13:00～14:30
12月19日（金）	白寿苑（駄知町）	
12月25日（木）	保健センター	

内容 血圧測定、尿検査、診察など

精神保健相談

日時 12月16日（火）午後1時～2時  
場所 東濃地域保健所（多治見・☎ 23 1111）  
・精神科医師が相談に応じます。

みそ汁の塩分測定

高血圧は、動脈硬化や脳卒中の原因となりやすいため、塩分の取り過ぎには注意したいものです。

そこで、あなたの家の味付けが濃いかな、薄いかな、みそ汁の塩分を測定してみませんか。

日時 12月25日（木）午後1時～2時30分  
場所 保健センター  
汁分だけを50ml程度お持ちください。

おわびと訂正

11月15日号に掲載しました「献血」の日程について、12月17日（日）駄知公民館とありましたが、12月7日（日）駄知公民館の誤りでした。おわびして訂正します。なお、受付時間（10：00～15：00）の変更はありません。

栄養相談

日時 12月19日（金） 12月22日（月）午前9時30分～11時30分（22日は午後1時～3時実施）  
場所 保健センター  
・食事に注意を要する方や、食生活についてお困りの方はご相談ください。栄養士が相談に応じます。

12月は骨髄バンク登録月間 骨髄バンクに登録してください！

東濃地域保健所では、白血病など血液の病気で苦しんでいる方を救うため、骨髄提供者を募集しています。ドナー登録は、毎月第1・第3水曜日の午前9時から、予約制で実施しています。申し込みなど詳しくは、同保健所（☎ 23 1111）へどうぞ。



SARS(重症急性呼吸器症候群)・インフルエンザ同時流行に備えて

かからないために... 広めないために...



SARSは、インフルエンザと症状が似ており、初期の段階で見分けることが難しいことから、同時に流行すると、皆さんの不安が増大することが予想されます。

インフルエンザの発症、重症化を予防するとともに、SARS流行時に、インフルエンザ患者が間違ってもSARSの疑いがあると診断されることを減らすためには、インフルエンザワクチンの接種をお勧めします。

SARS・インフルエンザの予防法は

- むやみに恐れることなく、適切な予防法を身に付けましょう。
- 手洗いをこまめにする
- うがいをする
- マスクをする
- バランスのよい食事をとる
- 十分な睡眠や休養をとる
- インフルエンザの予防には、予防接種を受ける

こんなときは...

- SARS流行地域から帰国し、38以上の発熱
- 咳（せき）、息苦しさ（呼吸困難）などの症状があり、SARSの感染を心配される方は、受診する前に保健所か医療機関に電話で説明した上で受診してください。（受診する際は、マスクを着用してください。）



SARSに関するご相談は

東濃地域保健所健康増進課 ☎ 23 1111・内線365へどうぞ。

