

MEDICAL EXAMINATION CULTURE MAGAZINE

SMILE

Vol.
/ 05



特集

女性特有の疾患 子宮頸がん

特集

子宮頸がん

子宮頸がん検診を受けよう



意外と知らない子宮頸がん検診 定期的に子宮頸がん検診を受けましょう

みなさん、「二大“女性のがん”」といえば何かご存知でしょうか？

一つは、乳がんです。日本で毎年8万人がかかり、14,000人の方が亡くなっています。

もう一つが、「子宮頸がん」です。毎年1万人がこのがんにかかり、3,000人が命を落としています。

二大“女性のがん”の一つであるにもかかわらず、子宮頸がんはメディアで取り上げられることが少なく、その認知度は低いように思います。しかし、若い女性、とくに20～30代の女性にとって、乳がんとともに気にしておくべきがんが子宮頸がんです。本特集では子宮頸がんと子宮頸がん検診についてわかりやすくお伝えしたいと思います。

子宮頸がんはどんな病気？

「子宮頸がん」という文字をみて、どんな病気なのか想像できますか？おそらく多くの方がよくわからないのではないかと思います。実際、患者さん10人に同じ質問をしたところ、「頸」の漢字が読めない「子宮がんと何がちがうかわからない」「なんとなく難しそうなイメージ」などの答えが返ってきました。

子宮がんは「子宮のがん」です。子宮がんには2種類あって、子宮頸がんと子宮体がんがあります。この2つの違いはがんができる「場所」です。図1にあるとおり、子宮頸部にできるのが「子宮頸がん」、子宮体部にできるのが「子宮体がん」です。子宮頸がんは50歳未満に多く、子宮体がんは50歳以上に多いという違いもあります。(図2)

図1

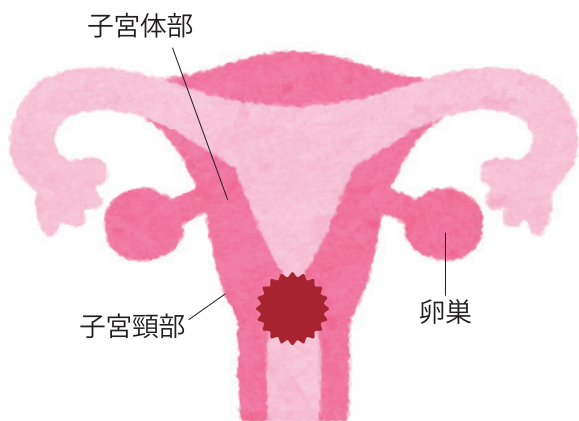
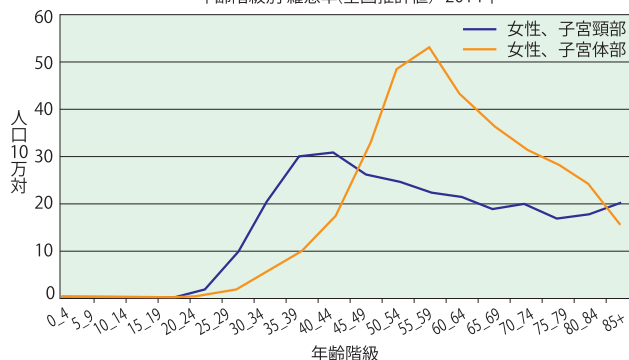


図2.子宮頸がんと子宮体がんの年齢階層別罹患率

引用：国立がん研究センターがん対策情報センター(がん登録・統計) 年齢階層別罹患率(全国推計値) 2014年



若者に増えている子宮頸がん

50歳未満に多い子宮頸がんですが、近年、より若い年代で増加傾向にあります。以前は、子宮頸がん発症のピークは40～50代でした。しかし、最近では20～30代の発症が増えてきており、30代後半がピークとなっています。

子宮頸がんのほとんどはヒトパピローマウイルス(HPV)の感染が原因です。性交経験のある女性の過半数が、一生に一度はこのヒトパピローマウイルスに感染するといわれています。HPVに感染しても多くの場合自然に排除されますが、約10%の人では排除されずに感染が長く続き少しずつがん細胞をつくります。

20歳を過ぎたら子宮頸がん検診

このような背景から、子宮頸がん検診は、がん検診の中で唯一「20歳以上」を対象としています。また、子宮頸がんは「少しずつがん細胞をつくる」ため、2年毎に検診を受けることで、そのほとんどを早期に発見することができます。実際、これまでの研究でも子宮頸がん検診を行うことによって死亡率や罹患率(子宮頸がんにかかる確率)が下がったことが報告されています。ですから、定期的に子宮頸がん検診を受けることが大切なのです。

子宮頸がん検診では、問診と内診とともに、「細胞診」という検査をおこないます。細胞診とは、子宮の入り口近くの子宮頸部をブラシなどでこすって細胞を採取し調べる簡単な検査です。

もし子宮頸がんの検診結果が陽性となったら精密検査を受ける必要があります。精密検査は、本当にかんかどうか確認するために必須の検査です。検診で陽性の結果が返ってきたら必ず精密検査を受けましょう。

婦人科の受診は恥ずかしいと感じている方もいらっしゃるかもしれませんが、「若いから大丈夫」は通用しません。健康診断や人間ドックの機会に、ぜひ、定期的に子宮頸がん検診を受けることをお勧めします。



健康トピック

この季節に注意したい!

インフルエンザとノロウイルス感染症

空気が乾燥し、気温がグッと低くなるこの時期はインフルエンザやノロウイルス感染症が1年の中でもっとも流行しやすいシーズンです。今回は、これらの二大感染症について、予防のコツをお伝えします。

インフルエンザ予防はワクチン接種が効果的

インフルエンザとかぜはよく似ていますが、なぜインフルエンザは特に気を付ける必要があるのでしょうか。それは、一般的にインフルエンザのほうがより症状が激しく、重症になりやすいからです。幼い子どもではまれにインフルエンザウイルスが脳に感染する「インフルエンザ脳症」にかかることもあります。また、高齢者ではインフルエンザをきっかけに体の防御力が弱まり、同時に肺炎を起こし命に関わる場合もあります。予防には、手洗い・うがいはもちろん、流行前にワクチンを接種することも忘れてはなりません。ワクチンを接種しておけば、万が一発症してしまった場合でも症状が重くなることを防ぐことができます。

ワクチンの効果は接種後1～2週間から出ます。予防接種をすることは自身の体を守るだけでなく、周囲の人の感染機会

を減らし、自分の周りにいる人たちを守ることもつながります。

ノロウイルスは感染を“広げない”ことが大切

「ノロウイルス」と聞くと牡蠣などの食中毒を思い浮かべる人も多いかもしれません。ノロウイルスは手指や食品を介して口から入り込み、ヒトの腸の中で増殖し、おう吐、下痢、腹痛などの症状を引き起こします。

したがって、ノロウイルス感染症にかかった家族の排泄物の処理をする際には注意が必要です。排泄物にはウイルスが大量に含まれているので、そこから感染してしまうことがよくあるのです。処理をする際には、必ずマスクと手袋、使い捨てエプロンを着用し、直接触らないようにしましょう。また、食事の前やトイレの後には手洗いを徹底し、ウイルスを除去することも重要です。ノロウイルスには特効薬はないため、予防法をしっかり押さえて感染を広げないようにしましょう。



Designed by rawpixel.com / Freepik

新しい検査 の紹介

新しいオプション検査をご用意いたしました LOX-index と MCI スクリーニング

■LOX-index

脳梗塞・心筋梗塞の発病のリスクをお調べします

この検査は、血液中の動脈硬化の原因物質を測定することで、将来の脳梗塞・心筋梗塞の発病リスクを予測します。検査結果は発症リスクをグラフでわかり易くお知らせします。また生活習慣改善のためのアドバイスも別冊でお付けしています。

日本における脳血管疾患・心疾患の年間死亡者数はがんとはほぼ同じ水準で、4人に1人が動脈硬化を一因とする病気で亡くなっています。動脈硬化は、食生活や運動などの生活習慣を変えることで予防することができますので、ぜひ自分の発病リスクを知り、健康行動につなげてください。

このような方にお勧めです

- 肥満気味である
- 高血圧、脂質異常症、糖尿病などの持病がある
- 脂っこい食事や塩辛い食べ物をよく食べる
- たばこを吸っている（もしくは吸っていた）
- 定期的に運動をしていない

■MCIスクリーニング

軽度認知障害(MCI)のリスクをお調べします

アルツハイマー病は、アミロイドペータペプチドという物質が脳内に蓄積され、神経細胞がダメージを受けることで発症するといわれています。この検査は、この物質を排除する機能を持った3つのたんぱく質の血中濃度を調べることで、軽度認知障害のリスクを評価します。検査結果は、リスクに応じてA～Dの4段階で評価します。認知症予防のための別冊資料もお付けしています。

MCIスクリーニング検査で早期に認知症のリスクを知ること、適切な対処が行えます。2025年には高齢者のうち5人に1人が認知症になるといわれています。さらに予備軍といわれる軽度認知障害(MCI)を放置すると、5年以内に50%が認知症に移行するといわれています。決して他人ごとではありません。いつまでも元気でいられるよう、検査を受けてみませんか。

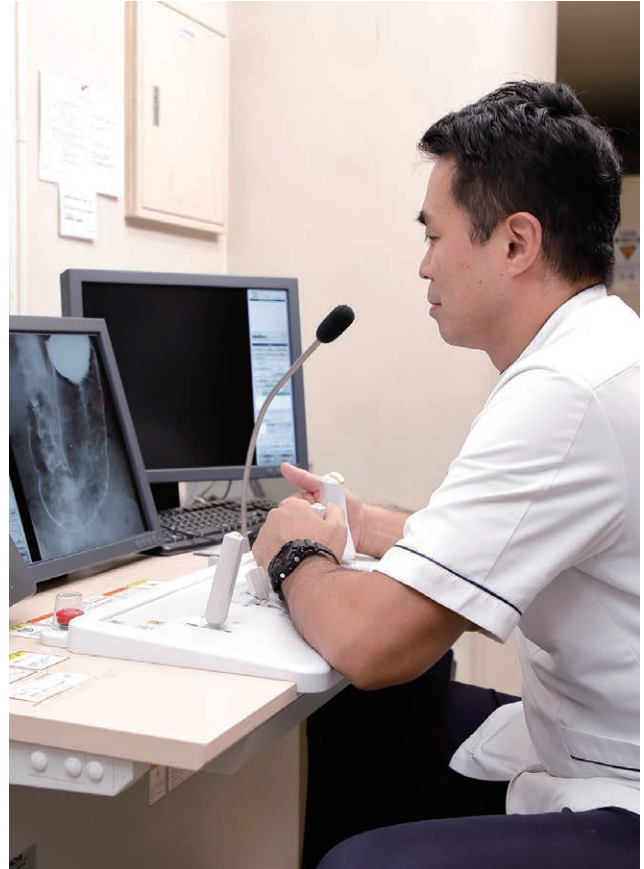
Hello!! Clinic

Department of Radiology

放射線課の紹介

健康診断の時に必ず受ける検査の一つがエックス線検査です。私たち放射線課のスタッフは、主に胸のエックス線検査や胃のエックス線検査、そして乳房のエックス線検査（マンモグラフィ）を行なっています。エックス線検査をするためには医師・歯科医師以外には「診療放射線技師」という国家資格が必要です。当院ではその国家資格をもち、かつ各検査の認定資格を取得した専門職が、精度の高い検査を行うことで、正確な医師の診断と病気の早期発見をサポートしています。

バリウムを飲む胃のエックス線検査やマンモグラフィと聞くと、「なんだか苦しそう」「すごく痛そう」など、検査に対し不安を持たれている方も多いと思います。私たちはそんな皆さまの「不安」や「苦痛」を少しでも和らげていただけるように、次のことを心がけています。



- ・いつも笑顔で接すること
- ・受診者様とのコミュニケーションを大切にすること
- ・検査前の問診でしっかりと受診者様の状態を把握すること
- ・検査前、検査中、検査後それぞれの注意点などをわかりやすく説明すること
- ・受診者様の医療放射線被ばくを最小限に精度の高い検査を行うこと
- ・常に最新の情報を入手し、専門知識の向上に努めること

特に胃のエックス線検査の後の下剤の効き方や便の状態は個人差があります。当院では「排便までが検査」と考えていますので、検査後の注意点を丁寧に説明させていただきます。過去に「なかなかバリウム便が出なかった」「おなか痛くなった」などの経験がある方は、遠慮なくお声がけください。

また、マンモグラフィは乳がんを早期に発見できる大変有効な検査です。検査の方法、対象年齢、受診間隔などについてご不明点がありましたらご説明させていただきます。

「受診してよかった」「また来年も検診を受けよう」と思っただけのよう、しっかりサポートさせていただきますので、気になることや不安なことがありましたら、ぜひご相談下さい。皆さまの人間ドック・健康診断のご受診をお待ちしております。



検査の紹介

胸部エックス線検査

胸部全体にX線を照射して撮影する一般的な検査です。肺の中に異常を示す影がないか、心臓の形や大きさに問題はないか、などといったことがわかります。正確な検査のために、毛髪やアクセサリー、下着などが映らないようにすることが大切です。



マンモグラフィ

マンモグラフィは乳房専用のエックス線検査です。乳がんの早期発見に最も有効な画像診断の1つで、乳房を透明な板で挟み薄く延ばして撮影します。当院では、乳房の圧迫時の痛みを軽減する機能を備えた機械を使用しています。



内視鏡検査

内視鏡検査は、口・鼻または肛門から細いカメラを挿入し、胃や腸などに問題がないか確認します。胃の内視鏡検査は食道・胃・十二指腸を中心に、大腸の内視鏡は大腸と小腸の一部を調べます。



苦しくない内視鏡検査のオプションをご用意しています

点滴による鎮静剤を使用することで、ウトウトしている間に内視鏡検査を行うことができます。検査後は薬の効果が切れるまでの約30～60分間は専用のリクライニングソファーでお休みいただけます。

Medical Checkup



健診の紹介

当クリニックは人間ドックや健康診断を通じて皆さまの健康づくりを応援しています

人間ドック

「現在の健康状態を調べ、異常の早期発見と健康保持」を目的に、通常の健康診断よりも詳しく体の状態について調べます。通常の健康診断の検査項目に加えて、血液検査ではより多岐にわたる項目をチェックし、腹部超音波検査や胃の検査なども行います。いろいろなオプション検査をご用意していますので、ご不明な点や心配などがございましたら、ご相談下さい。

レディースデー開催中

毎週木曜日は、女性限定の受診日「レディースデー」です。男性の目を気にせず、リラックスしてご受診ください。なお、婦人科検診は、月曜日を除き全て女性医師、技師、スタッフで対応しています。



検査後の保健指導

一人ひとりの検査結果に合わせ、食事や運動といった健康増進のためのアドバイスを行っています。検査当日の面談はもちろん、後日の出張面談など多様なニーズにフレキシブルにお応えしています。ぜひ生活習慣の見直しにご利用ください。

NUMBER PLACE

ナンバープレースのルール

- ①1～9までの数字がマスにひとつずつ入ります。
- ②タテ・ヨコの列にも、1～9の数字がひとつずつ入ります。
- ③太い線で囲まれた3×3のブロックの中にも、1～9の数字がひとつずつ入ります。

5		1						6
		2				3	7	
		6	9		1			
3			5	1	2			
	6				7		1	9
			6				8	
			2	3			4	5
				7	5	9		

解答

8	3	6	5	7	1	4	2	9
7	2	1	6	9	4	3	5	8
5	4	9	8	3	2	9	7	1
3	8	5	4	6	9	7	1	2
6	1	2	7	8	3	5	9	4
4	6	7	2	1	5	8	9	3
2	5	8	1	4	6	9	3	7
1	7	3	9	5	8	2	4	6
9	6	4	3	2	7	1	8	5



公益財団法人 健康予防医学財団
ヘルスケアクリニック厚木

人間ドック・健診施設

※禁煙外来も受け承ります

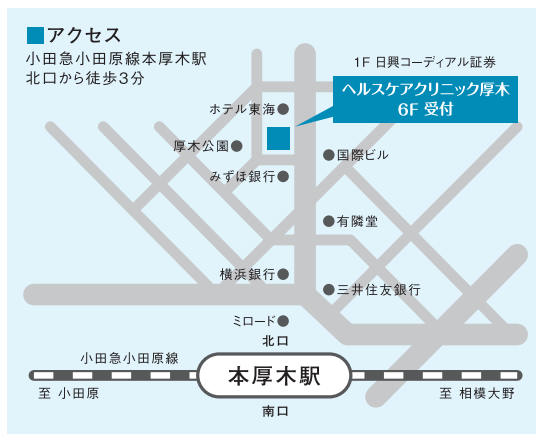
診療時間 8:00～16:30（日祝は休診）

HP <https://www.h-p-m.org/>

住所 〒243-0018 神奈川県厚木市中町 3-6-17

046-223-1150

ヘルスケアクリニック厚木 検索



小田急小田原線本厚木駅北口から徒歩3分