



239号 発行所/ 下関市長府外浦町1番1号 国立病院機構 関門医療センター 発行責任者/ 病院長 林 弘人 印刷/(株)アートネクスト

10月は「ピンクリボン月間」として、乳癌検診の普及啓発を目的として、様々なイベントが各地で行われます。2022年10月8日(土曜日)に、県民公開講座「ピンクリボンやまぐち2022」が、山口県健康づくりセンターで3年ぶりに開催されました。会場での密を避けるため、今回は定員400名、事前登録制でしたが、参加希望者は多く、早々に定員に達したとのことでした。



4舌癌を体験された歌手でタレントの堀ちえみさんが、ご自身の体験から感じられた癌の早期発見、早期治療の大切さを語ってくださいました。実体験からのお話は心に響くもので、私を含め多くの聴衆が時に涙を浮かべつつ拝聴しました。スチュワートス物語世代の私にとっては、堀ちえみさんと一緒に講演という大変貴重な経験となりました。

私の講演の主な内容です。①乳癌が増えている 最近では年間約10万人の罹患者数で、どんどん増えているのに、コロナ禍で検診受診者数が減り、進化した状態で受診されるケースが増えています。癌は待ってくれないので、癌検診は定期的に受けましょう。②乳癌の診断 マンモグラフィとエコーで癌疑い

【治療方針を決めるために】
どのくらい進行しているか(ステージ)
・T しこりの大きさ
・N リンパ節転移
・M 遠隔転移
治療目標は?
どのような性格の乳癌か(サブタイプ)
・ER/PgR
・Her2
・Ki67 など
治療戦略は?



約40分間の講演で、受講者の皆さんはメモを取るなど熱心に聴いてくださいました。今後も乳癌検診の普及啓発に、そして最善の診断治療に取り組みたいと思います。



外科医長 ながしま ゆきこ 長島 由紀子

県民公開講座「ピンクリボンやまぐち2022」 基調講演「正しく学ぼう、乳癌のこころ、最近の診断と治療」

外来診療担当医一覧表

2022年11月1日

Table with columns for Group Name, Department Name, Day, and Doctor Name. It lists various medical departments and their respective staff members.

〒752-8510 下関市長府外浦町1番1号 国立病院機構 関門医療センター
TEL(083)241-1199 FAX(083)241-1301
★地域医療連携室 (紹介患者専用ダイヤル: 紹介状をお持ちの方) TEL(083)241-1191(2561・2377) FAX(083)241-1302
(★透析センター FAX(083)241-1308) https://kanmon.hosp.go.jp/



左より普通の歯ブラシ、部分磨き用歯ブラシ、ダブルブラシ、小児用歯ブラシのサイズがよいでしょう。様々なサイズの歯間ブラシがあり、通常はSSSのサイズがよいでしょう。糸ようじ(フロス)にも様々な種類があります。



舌清掃には専用の舌ブラシや口腔ケア用のスポンジブラシを使用するとよいでしょう。洗口剤(液体ハミガキ・洗口液)には低刺激性のタイプもあります。

【歯磨き舌清掃の回数方法等について】
歯磨き舌清掃は基本的には毎食後と寝る前の1日4回行って頂くことがベストですが、体調不良時や時間がない

【はじめに】
新型コロナウイルス(COVID-19)が2019年12月末に報告され、現在まで、日本では感染対策の1つとして、マスク装着が日常的となつています。コロナ禍ではありますが、食欲の秋・味覚の秋を迎え、季節感のあるおいしい食べ物

【おわりに】
歯科治療はう蝕(虫歯)や歯周病の程度、部分床義歯や総義歯の使用の有無などにより、治療方針・期間が異なります。ぜひ、かかりつけ歯科での治療をお願いいたします。当科での診断・治療が必要な場合は、かかりつけ歯科より地域連携室を通じて紹介して頂ければ幸いです。

舌の表面にも食べかす(舌苔)が付着し細菌が繁殖するため、口臭の原因になります。そのため、最近では舌清掃の重要性も報告されています(図2b)。舌清掃は舌専用の舌ブラシやスポンジブラシで清掃するのがよいでしょう。舌の後方の清掃時に嘔吐反射が生じる場合は、可能な範囲での清掃をお願いします。

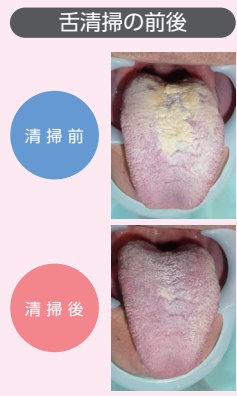


図2b



図2a

歯磨きおよび舌清掃のポイント

【はじめに】

時などは、回数を減らしてもよいと思

あるため、自身に合った洗口剤を使用するのがよいと思



歯科口腔外科医 板敷 康隆

「地域医療研修を終えて」

この度は周防大島町立病院にて地域研修をさせていただきました。周防大島町は人口約150000人、高齢者率約55%と下関市よりも遙かに進んだ高齢化社会です。ですので、生活習慣病や高齢者介護などの問題に深く触れることができました。1カ月でした。高齢者介護につきましても依然問題は山積ですが、ケアマネージャーなどによる実態の把握・施設増設などが徐々に進んでいく



周防大島町立病院にて



研修医 飯橋 直太



この問題に関しては医師として訪問診療の場において助言できることがあるのではないかと考えます。また生活習慣病に関しては平均寿命が延びている現状、避けては通れない問題です。外来や健康教室を通して、健康なうちから予防に努めることの重要性を再認識し、自身もそれに携わる必要があると思



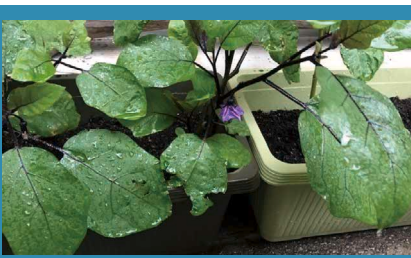
Q 出身地は？
下関市です。下関西高出身です。
Q 今、行きたいところは？
和歌山県・三重県めぐり。パンダやラッコも観たいですね。
Q おすすめの場所は？
下関市の角島
Q 「私の健康法」を教えてください
ラジオ体操とお味噌汁(最近インスタントに頼りがちです)
*各医療職種のスタッフのプロ意識が高く、知識や行動力が素晴らしいこと。
*様々な出身大学の研修医師が、連携して仲良く切磋琢磨していること。



Q 今、夢中になっているものはありますか？
今年の初夏から、プランターで野菜の種を蒔き、育て始めました。現在、オクラが少しずつ採れています。

Q 失敗談はありますか？
プランターで開花したズッキーニにうどんこ病が入り、実が大きくなる前に枯れてしまいました。ピーマン・ナスにもハダニがついて、かなり葉が落ちました。できるだけ農薬を使いたくないと思

観察と、事前の知識で、時期を見計らって最少量の投薬が必要だなあと感じました。



何とか盛り返したプランターの茄子

はやの ともこ 早野 智子

診療科：循環器内科・女性総合診療科

マイナンバーカード手続きはお済ですか？

マイナンバーカードの保険証の利用が始まっています。カードリーダーに置くだけで、オンラインで医療保険資格を確認できます。また、本人の同意のもと、どこの医療機関でも特定検診情報や薬剤履歴を共有でき、より適切な医療がスムーズに受けられるようになります。



学会受賞

令和4年9月15・16日に開催された第97回中四国外科学会の、研修医・専攻医セッションで優秀演題賞をいただきました。希少な症例での発表の機会をいただき、ご指導いただいた北原先生をはじめ外科の先生方、各部署のスタッフの皆さまにこの場を借りて御礼申し上げます。
頼れる 外科医に なるよう 臨床でも 精進して参ります。
さくら 木原 ひまわり



海響マラソン2022

2022年11月6日、秋空の下、海響マラソンが開催され、今年度もドクターランナー28名、ナースランナー10名が参加しました。マラソンを走りながらランナーの体調を見て、続行・中止の助言をしたり、重症度に応じて救護者、救急車、AEDなどの要請を行っています。ランナーの健康を守り、安全に大会が実施されるよう陰ながら支えています。これからも地域に根ざした病院として、市民交流を深め、地域に貢献できるよう努めてまいります。

