

けんこうタイム

2021.8.1

Vol.11

Matsuyama Red Cross Hospital Health Time

自由にお持ちください

Dr. 村上のワンポイントアドバイス

正しくつけて、正しく防ごう

～感染症予防に◎!マスクのおはなし～

いまさら聞けない人間ドックのあれこれ

新型コロナウイルスワクチンと 人間ドックについて



人間ドック健診施設
機能評価認定施設

大腸がん について

特集

早期発見 &
早期治療がカギ!

健康管理センターの|基|本|理|念|

健診を通じて、地域の皆さまの健康増進に寄与します。

健康管理センターの|基|本|方|針|

- 1) 地域の皆さまが安心して、健診を受けられる健康管理センターを目指します。
- 2) 地域の医療機関と連携を密にし、予防医学の発展に努めます。
- 3) 質の高い健診と、きめ細やかなサービスを提供いたします。
- 4) 受診者の皆さまの人権を尊重し、個人情報の保護に万全の体制で取り組みます。

いまさら聞けない人間ドックのあれこれ

毎年通っていても、「これってどうなの?」「これでいいの?」と思うことはありませんか?
人間ドックにまつわる素朴なギモン、よくある質問におこたえしていきます。

第7回

新型コロナウイルスワクチンと人間ドックについて



いまだ心配の続く新型コロナウイルス。ワクチン接種の機会も増えてきている一方、人間ドックの検査を敬遠する声も聞かれます。健康を守る検査まで、遠慮しないで!

Q. 新型コロナウイルスワクチン接種後に人間ドックを受診しても大丈夫?

A. 大丈夫です!

ただし、発熱等の症状があれば結果に影響するので、おさまってから受診してください。ワクチンの副作用が起こることがありますので、接種後2日ほどあけましょう。
※症状が続く場合は受診を控えてください。



Q. 人間ドックは今でも、通常通りしていますか?

A. 当院ではコロナ対策を行い、人数制限などがありますが、通常通り行っております。感染予防対策として手指消毒とマスク着用、コロナ問診の記入・体温測定・ソファや椅子の間隔をあける・人数制限、発熱等感染疑いがあれば受診を控えていただくなどの対応をしております。安心してご予約ください。



ソーシャルディスタンスを守る待合室

ドックからのお願い

2週間以内に、まん延防止等重点措置地域等(緊急事態宣言地域を含む)へ行かれた方、感染者(疑い含む)との接触等がある方は事前にドックへご相談ください。感染拡大予防へのご協力よろしくお願いたします!

ONE POINT

Doctor Murakami

ADVICE

Dr.村上の

ワンポイントアドバイス

感染症予防に!
マスクの
おはなし

マスク選びのポイントは、「密着」できるかどうか。

いろいろな素材で作られたマスクがありますが、不織布マスク、布マスク、ウレタンマスクの順に効果があると言われています。しかし大事なことは、吐く息や吸う息がマスクの周りから漏れないように、しっかりとマスクを顔に密着させること。

新型コロナウイルス感染症予防にマスクの着用は大変有効です。



松山赤十字病院健康管理センター
所長 村上 一雄

正しいマスクのつけ方

- 着用するときまずマスクの上下・裏表を確認しましょう。針金(ノーズワイヤー)があるものは上です。ひだのあるものはそれが下を向く面が表です。
- ワイヤーを鼻の形にまげてマスクと顔の間隙がないようにしっかりフィットさせ、最後に顎まで広げ顔をしっかりと覆いましょう。あらかじめ着用前にマスクをワイヤーのところで、表を外に二つ折りにして広げて着用するのも一つの方法です。

使用済みのマスクは

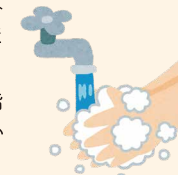
表面に触れないようにしてビニール袋に入れて口を閉じて廃棄を。またすぐに手洗いや消毒用アルコールでの消毒を。交換の頻度は一日一回程度が推奨されています。

夏は特に気をつけて! マスク着用で熱中症の危険が増すことも。

高温又多湿の環境では屋外で周りの人と少なくとも2m以上の距離が確保できれば、マスクを外してよいとされています。外出時は暑い日や時間帯を避け、涼しい服装を。激しい運動をさげ、水分補給を心がけましょう。



新型コロナウイルスなど感染症予防には手洗いも大切です。外出先からの帰宅時や食事前などは、流水でかまいませんのでこまめに手を洗いましょう。
※特に指先・爪の間、指の間や手首も忘れずに洗いましょう!



初期の段階では
ほとんど無症状の大腸がん。

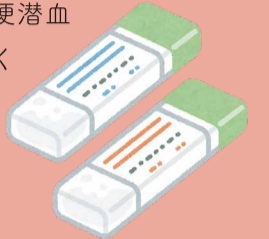
早期発見のために
「痛くない検査」で
定期チェックを。



大腸がんの検査って
どんなもの？

まずは人間ドックなどで、
採便検査でチェック！

大腸がんの診断に最も有用な検査は大腸内視鏡検査ですが、検査に伴う合併症リスクがあり、医療機関側も検診として多数の検査を実施するのは現時点では困難です。まずは大腸がんの死亡率を下げると証明されている便潜血検査をお勧めします。便潜血検査は採便していただくだけで、からだに負担をかけず、合併症リスクもありません。



大腸がんになる人って、
多いの？

日本では大腸がんの
増加傾向が続いています。

国立がん研究センターから公表されている最新のがん登録・統計では、全てのがんの中で2017年の罹患数が1位（男性で前立腺・肺に次いで3位、女性では乳房に次いで2位）、2019年の死亡数が2位（男性で肺癌に次いで2位、女性では1位）となっています。



自分だけは大丈夫!と思わないで

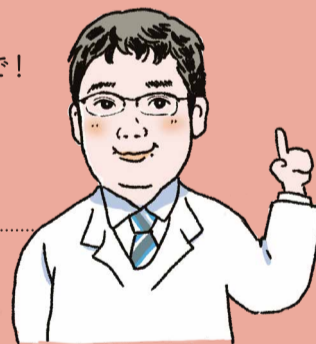
知っておきたい

大腸がん について

40歳を過ぎると
リスクが高まるといわれる大腸がん。
初期はほとんど無症状のため、
症状が出るころには進行していた…なんてことも。
人間ドックで検査して、
がんのサインを見逃さないで！

松山赤十字病院
消化管内科(胃腸センター) 副部長

池上 幸治



自分だけは大丈夫…
と思いませんか？

いま、便潜血陽性となっても
大腸検査を受けない方が
多いことが問題に！



便潜血陽性者のうち、
どれくらい病気が見つかるの？

当院では2019年から2020年までの2年間、829名の便潜血陽性者に対して大腸内視鏡検査を施行し、43名(約5.2%)に46個の大腸がんが見つかりました。また、大腸がんのもとになる大腸の腫瘍性ポリープ(腺腫)は399名(約48.1%)の方に認められ、潰瘍性大腸炎などほかにも治療を要する病気が見つかりました。



便潜血で発見された疾患

(2019年-2020年 松山赤十字病院胃腸センター)

総検査数	829例
大腸がん	43例 46病変
大腸ポリープ(腺腫)	399例
大腸憩室	266例
痔核	192例
血管拡張症	26例
潰瘍性大腸炎	6例
異常なし	176例

大腸がんの原因ってなに？

遺伝や生活習慣病に
心当たりがある人はご用心！

大腸がん発生には遺伝性の素因が関与し、大腸がんの肉親がいる方や、家系にがんが多い方は注意が必要です。ほかに加齢、脂肪や肉類(特に赤身肉や加工肉)の摂取、喫煙・飲酒、運動不足などが危険因子とされ、逆に食物繊維や野菜・果物の摂取、アスピリンなど非ステロイド性消炎鎮痛薬は予防的にはたらくとされています。



便潜血を契機に発見され、
内視鏡的に切除できた大腸がん

大腸がん治療の基本は切除です。早期発見できれば治癒率は高く、負担の小さな治療につながります。

人間ドックでは、ぜひ便潜血検査をご検討ください。

人間ドック料金のご案内

はじめての人間ドックの方、
毎年受けたい方

・1日コース・

一般 38,500円

生活習慣病健診
44,000円

健康が気になるから
そろそろしっかり調べたい方

・2日コース・

通院 67,100円

宿泊 74,800円
(宿泊料込)

こんな方にはオプション検査をおすすめします。

女性特有の
病気が気になる

- ・子宮頸がん検査 3,300円
- ・マンモグラフィ 3,300円

生活習慣病が
気になる

- ・頸動脈超音波 5,500円
- ・内臓脂肪検査 2,200円

がんの早期発見を
したい

- ・腫瘍マーカー(血液検査)
2,200円～

(前立腺がん、消化器系がん、婦
人科系がん、ABC検診(ピロリ
菌検査)などの各種血液検査)

40～50歳になったら

PET-CTがん検診…………… 110,000円

一度の撮影で全身のがん検査ができます。

予約
方法

- 1日1名程度 ■平日:火曜～金曜日(休日の翌日を除く)
- ◎人間ドックとは、一定期間をあけて予約ができます。
- ◎PET-CT検査をお受けいただく際に、事前にくつかの確認事項があります。
まずは健康管理センター(電話089-926-9513)へお問い合わせください。



※金額は税込

詳しい情報は

<http://www.matsuyama.jrc.or.jp>

松山赤十字病院 人間ドック

検索



ハートマーク

2021年8月1日発行

編集・発行 / 松山赤十字病院 健康管理センター 〒790-8524 松山市文京町1番地 TEL089-926-9513 FAX089-926-9539