

おしえて

ドクター

No.17
めざすはすい臓がんの根治！
〜早期発見するために〜

今月のドクター

野尻 圭一郎 医師



桑名東医療センター
消化器内科医長

すい臓がんとは？

すい臓がんとは、すい臓にできる悪性腫瘍です。臓器別がん死亡数では肺がん、大腸がん、胃がんに次いで第4位となっています。すい臓がんは周りへ浸潤しやすいため、発見された段階で進行がんであることがほとんどです。

原因は、喫煙、肥満、お酒の飲み過ぎや、すい臓病の既往（糖尿病、慢性すい炎）、すい臓がんの家系等です。初期症状はほとんどありませんが、進行すると腹痛や黄疸（体が黄色くなる）、腰背部痛、体重減少、食欲不振、糖尿病の悪化がみられます。すい臓がんの根治が期待できる治療法は手術ですが、進行の度合いによっては手術を行う事ができません。その場合には、抗がん剤治療や放射線治療などを行います。

すい臓がんを早期に見つけるために従来の検査である血液検査や腹部超音波（エコー）、CTやMRIでは2cm未満の早期がんを見つづけるのは難しいとされています。そこで近

年、超音波内視鏡（EUS）の登場により詳細な検査を行えるようになりました。EUSは、内視鏡の先にエコーが取り付けられた機械で、それを胃や十二指腸へ挿入し、胃腸の壁を通してすい臓にエコーを当てます。至近距離から画像を得られますので、従来の検査で捉えきれなかった小さな腫瘍が発見できます。さらに、内視鏡から針を出してすい臓の細胞を取り、良悪性の区別をする超音波内視鏡下穿刺吸引法（EUS-FNA）を行うこともできます。

EUSは被爆の心配もなく、検査前に鎮静剤を使いますので、通常の内視鏡より苦痛が少ないです。

EUSは専門性が高い検査ではありますが、当院ではこの検査を積極的にを行っています。上記症状をお持ちの人や、すい臓がんが心配な人は、お気軽にご相談ください。

桑名東医療センター
お問い合わせは
22-1211 FAX 22-9498

健康ノート

5月30日は
「世界禁煙デー」です。

たばこの煙には、発がん性物質（タールを始めとして60種類以上）や有害物質であるヒ素・カドミウムなども含まれているのを知っていますか。ニコチンは、依存性が強く、たばこをやめにくくしてしまいます。

たばこは、さまざまながん（肺がん、喉頭がん、口腔がんなど）、呼吸器系や循環器系（心筋梗塞）、その他流産や早産、低体重、乳幼児突

然死症候群などさまざまな健康への影響があることが知られています。換気扇の近くで吸う、またはドアを閉めて屋外で喫煙などの場合でも喫煙者のいない家庭に比べると健康への影響はまぬがれませんが、子どもの誤嚥や喫煙を始めるきっかけになってしまう可能性もあります。ご自身やご家族の健康のために無煙環境をめざして、禁煙に挑戦してみませんか。



問 中央保健センター (☎ 24-1380 FAX 24-3032)

土日祝日(昼間・夜間)に病気になったら

救急 + 医療

夜間・休日に急病になった時は、診療可能な病院を24時間体制で案内します。
※案内を受けた後、医療機関に問い合わせからお出かけください。
パソコンによるご案内(医療ネットみえ)
▶ <http://www.qq.pref.mie.lg.jp/>
携帯電話によるご案内
▶ <http://www.qq.pref.mie.lg.jp/k/>
音声によるご案内(無料)
☎0800-100-1199
救急医療情報センター
☎23-1199

24時間
無料
受付

くわな健康・医療相談
ダイヤル24
☎0120-149-107

土曜夜間・休日は応急診療所

電話は診療時間内をお願いします。
〔診療科目〕 内科、小児科

日曜・祝日 午前9時30分～正午
午後1時～4時
土曜夜間 午後8時～10時



日曜・祝日の午後5時～10時は、
当番医療機関へ 事前に医療機関へ電話してください。

3日(祝)	青木内科	☎ 22-1111
4日(祝)	桑名病院	☎ 22-0460
5日(祝)	青木内科	☎ 22-1111
7日(日)	山崎病院	☎ 22-0983
14日(日)	桑名病院	☎ 22-0460
21日(日)	青木内科	☎ 22-1111
28日(日)	桑名病院	☎ 22-0460

すこやか情報局

お問い合わせ・申し込みは
中央保健センター ☎24-1182 FAX 24-3032

おとこの料理教室

生活習慣病予防などに役立つバランスのよい食事の作り方を、食生活改善推進員がやさしく教えてくれます。男性にも料理を作る楽しさを知ってもらえますので、ぜひご参加ください。

とき ①5月25日(木) ②5月26日(金)
いずれも午前9時30分～午後0時30分

場所 ①中央保健センター
②長島福祉健康センター

対象 市内在住の人 **定員** いずれも30人(先着順)

料金 500円

申込 電話で、中央保健センターへ。

申込期間 ①5月8日(月)～18日(木)
②5月8日(月)～19日(金)

栄養教室参加者募集

「食生活改善推進員」として地域で食生活改善に向けて活動していただくことをめざし、幅広い健康づくりのための栄養や運動の基礎知識などを学習し、調理実習も行います。

とき 6月9日、7月7日、9月8日、10月6日、
11月10日、12月1日、平成30年1月5日
いずれも金曜日 午前10時～午後3時
(6月9日は午前10時30分から開始)

場所 中央保健センター

対象 市内在住の人 **定員** 30人(先着順)

料金 5,000円(調理実習費、テキスト代)

▷欠席や途中キャンセルの場合でも返金できません。

申込 電話で、中央保健センターへ。

申込期間 5月8日(月)～6月2日(金)

▷6月9日は調理実習はありません。

▷初回の持ち物は、筆記用具、参加費、昼食

健康相談

保健師、管理栄養士など中央保健センターの専門職員が健康に関する悩み、疑問など相談に応じます。

申込 随時 **場所** 中央保健センター

＋ 献血にご協力ください ＋

とき 5月10日(水) 午前9時30分～11時30分

場所 市役所

桑名いきいき体操のつどい

桑名いきいき体操とは、いつでもどこでも気軽にできる身近な体操です。毎月開催しており、体操のポイントや健康づくりに関する情報をお伝えしています。初めての人もぜひ、ご参加ください。

とき 5月12日(金)・17日(水)・26日(金)・31日(水)
いずれも午前9時30分～10時

場所 中央保健センター

料金 無料 **申込** 不要 **持物** タオル、飲料水

調理実習「体に良い食事」

とき ①5月22日(月)・26日(金)
②6月19日(月)・23日(金)
いずれも午前10時～午後1時

▷各日同じ調理メニューです。

場所 中央保健センター

定員 各36人(先着順) **料金** 600円

申込 電話で、中央保健センターへ。

申込期間 ①5月8日(月)～15日(月)
②5月22日(月)～6月5日(月)

おいしく食べよう会

食生活改善推進員が交流を目的とした調理実習を行います。

とき 5月30日(火) 午前10時～午後1時

場所 大山田コミュニティプラザ

対象 65歳以上の人 **定員** 25人(先着順)

料金 500円

申込 電話で、中央保健センターへ。

申込期間 5月8日(月)～23日(火)

バランス料理教室

とき ①6月13日(火) ②6月22日(木)
いずれも午前9時30分～午後0時30分

場所 ①長島福祉健康センター

②中央保健センター

対象 市内在住の人 **定員** いずれも30人(先着順)

講師 食生活改善推進員 **料金** 500円

申込 電話で、中央保健センターへ。

申込期間 ①5月8日(月)～6月6日(火)
②5月8日(月)～6月15日(木)