

News Letter

子宮頸癌予防ワクチン について

産婦人科

部長 中野祐滋



昨年12月22日に子宮頸癌予防ワクチン「サーバリックス」が厚生労働省に認可され、薬価収載になりました。

子宮頸癌はヒトパピローマウイルス(HPV)の感染が原因であると分かって来ましたが、HPVは性交により感染しますが、上皮細胞という表面のみの感染であり、ほとんどは自然に排除されます。そのために、HPVに感染しても、免疫が獲得されにくいとされています。したがって、何度も感染を繰り返すと考えられています。その内の約10%に感染が持続し、数年〜数十年を経過して、1%未満に子宮頸癌を発症すると考えられています。

ます。そのHPVの中でも、発癌性リスクの高いものが16、18型であり、この型をターゲットに開発されたのが「サーバリックス」です。

以上で分かるように、性交のある前に投与することが望ましく、先進国のほとんどはすでに10〜15歳で実施しています。日本は新型インフルエンザの騒動でご理解いただけたように、ワクチン行政では後手後手に回っています。



現在、この予防接種は保険適応外になり、3回の投与が必要で、全て自費診療のため、初回が16,250円で2,3回目は14,150円になります。計、約4万5千円にもなるワクチンはいくらなんでも、積極的には勧められません。行政のバックアップがあって、子供には無料、大人でもせめて1回5千円を切るようにならないと、本

当の意味でのワクチンと呼べないのではないのでしょうか？

したがって、当院では、まだ積極的には周知していません。希望者には対応させていただきます。希望者には対応させていただきます。希望者には対応させていただきます。

そして、現在感染しているHPVの治療にはならないということとを良く理解して下さい。投与時に、不幸にもすでにHPV感染があれば、10%には感染が持続するので、将来子宮頸癌を発症する可能性は否定できません。また、これから性交渉のない女性は適応外と考えます。ワクチンを打てば安心、という訳ではありません。16、18型以外にも発癌性リスクのあるHPVもあります。肝要なのは、子宮頸癌の検診を2年毎に受けることです。

早期発見、早期治療がベストなのは論を待ちません。



【減塩食】

現在、日本人の塩分摂取量は男性が12g、女性が10.3gとなっており、ここ10年間は大きな変化が見られません。日本人の昔ながらの和食は健康長寿によいとされていますが、塩分が多く、カルシウムが不足しやすいという弱点もありました。調理方法を工夫することにより、少ない塩分量でもおいしくいただくことができます。減塩食といっても、高血圧治療のためだけのものではありません。



★減塩食を成功させる

5つの調理のコツ

1 新鮮な食材を選ぶことは減塩料理の第一歩

2 酢、レモン、ゆず、すだちは薄味料理には欠かせない

3 香辛料（カレー粉、わさび、しょうが）香味野菜（みょうが、山椒、ねぎ）で料理にアクセント

4 鰹節や昆布を少し多めに使った濃い目のダシは旨味を増し、薄味料理にぴったり

5 焼きむすび、焼き鳥、ムニエルなど、焼いた香ばしさは味に深みを出す

切干大根のマスタード和え

☆材料(2人分)☆

切干大根	… 20g
プチトマト	… 40g
貝割れ菜	… 10g
粒マスタード	… 5g
しょうゆ	… 4g

☆作り方☆

①切干大根は水で戻し、絞って5〜6分ゆで、ざるにとって冷

ます。

②プチトマトはヘタを取り、4つ割にする。

③貝割れ菜は根元を切り、さつとゆでる。

④粒マスタードとしょうゆを混ぜ、①②③を和えて器に盛る。



母親学級リニューアルのお知らせ

母親学級改め

「おやま」学級smile」



平成22年2月よりリニューアルスタートしました。

母として産む力、育む力が主体的に発揮できるよう工夫をこ

らし、参加型スタイルに変更しました。ゲームや体操、実技ありの楽しい教室となっておりますので、多数のご参加をお待ちしています。



【内容】

○第一講座

栄養の話（栄養士）

母子手帳の話

妊婦体操、骨盤固定

*体操できる服装で来て下さい。

○第二講座

乳房ケア

（清潔、乳頭マッサージ）

マイナートラブル

（貧血、切迫早産、

妊娠高血圧症候群）

産後の話

（母子同室、産後の流れ、

抱っこの仕方、ベビーの姿勢）

○第三講座

分娩経過と呼吸法、実際の流れ

病棟案内

＊講座終了後に、四講座を行います。

○第四講座

体験者の感想の紹介、立会の説明、おむつ交換、抱っこ



教室の様子

オリンピック



編集スタッフ

連日、メディアでは「バンクーバー冬季オリンピック」が報道され、色々なところで話題に上っています。

オリンピックの起源とされる

古代オリンピックは、紀元前九世紀頃から古代ギリシアエーリス地方のオリンピアで四年に一度開催されていた「オリンピア祭典競技」です。この場所は、現在の西ギリシアペロポネス半島西部にあたる所です。この祭典は、全能の神ゼウスをはじめとする神々を崇めるための体育や芸術の祭りでした。古代オリンピックにはギリシア全土からたくさん競技者や観戦者が参加しました。この頃ギリシアではいくつかの戦いが繰り広げられていましたが、この祭典には戦争を休戦してでも参加しなければならなかったのです。これを「聖なる休戦」といいます。ギリシア各地からオリンピアへ向かうために要する期間として三か月程度も休戦をしたといわれています。古代オリンピックは、ローマ帝国の支配拡大とともに変容を遂げていきます。当初ギリシア人以外の参加を認めていませんでしたが、地中海全域から競技者が参加するようになり、更にキリスト教がローマ帝国の国教となったことからオリンピア信仰を維持できなくなっ

ていきます。そして、ついに最後の古代オリンピックが開催されたのが、三九三年の第二九三回大会でした。ここまでは、一六九年受け継がれた伝統が消えました。

古代オリンピックが消えて一五〇〇年過ぎた一八九二年にフランスのピエール・ド・クーベルタン男爵がオリンピック復興を掲げ、それに世界の国々が賛同し、一八九六年第一回大会がギリシアのアテネで開催されました。これが近代オリンピックの始まりです。



オリンピックといえば五輪のマークがつきものですが、これはピエール・ド・クーベルタン男爵が考案したという説が有力です。世界五大陸（青はオセアニア、黄はアジア、黒はアフリカ、緑はヨーロッパ、赤はアメリカ）と五つの自然現象（青は水、黄は砂、黒は土、緑は木、

赤は火）、スポーツの五大原則（情熱、水分、体力、技術、栄養）を表現していると言われています。第一回大会は、欧米先進国十四カ国、選手二八〇人の参加でした。この大会は、古代オリンピックと同様に女人禁制で選手は男性ばかりでした。女性選手が参加するのは第二回のフランス大会からです。

様々な変遷を繰り返しながら大会ごとに様々なドラマがあり、たくさん記録を残し、人々の記憶に残り続けてきたオリンピック。こんなにも人々を熱狂させるのは何なのでしょう。一度しかないこの舞台に渾身の力を込めて戦う姿に共感し、ひた向きな努力に拍手を送る。たくさん笑顔や涙の裏に日常で忘れがちなことを思いださせてくれるそんな瞬間なのかもしれせん。

がんばれニッポン！



病院の理念

1. 幡多けんみん病院は幡多地域における医療の中核となる病院として、地域の他の医療機関や保健・福祉・介護施設などとの連携のもとに、地域で完結できる、良質な医療の提供を目指します。
2. 地方公営企業として、地域医療をとおして地域の福祉の増進を目指しながら、企業としての経済性を発揮する運営をおこないます。

医療機関を受診される際は、**お薬の内容が分かるもの(薬剤情報提供書・お薬手帳など)**を持って行くようにしましょう！

私たちの目指す医療(基本方針)

1. 正確で間違いのない医療
2. 十分に説明をする医療
3. 透明性を大切にする医療
4. 患者さんの希望を大切にする医療

循環器科

通院中の患者さんへ

現在循環器科は四名のスタッフで診療に当たっていますが、今年の夏以降(七〜八月頃)に三名に減員となります。減員により今までの診療体制を維持することは不可能です。当院は幡多地域の中核病院であり、救急医療に力を入れる必要があります。救急医療を維持するために定期外来を減らす以外に方法はありませぬ。

内服加療で状態が安定しており、主治医の判断で当院でなくても加療が可能な方は近医・開業医の先生の逆紹介をさせていただきます。

申し訳ありませんが、ご理解の程をお願いいたします。



精神科・神経内科

休診のお知らせ

○平成二十二年四月より、精神科・神経内科が休診となります。

他医療機関へのご紹介についてご希望などありましたら医師までお問い合わせ下さい。

精神科、神経内科の平成二十二年三月までの診療は、これまで同様に行います。

整形外科外来診療日

変更のお知らせ

○平成二十二年三月より、整形外科の外来診療日は月・木曜日の午前中のみとなります。

*火・水・金曜日は午前中から手術を行うため、終日休診とさせていただきます。

何卒、ご協力くださいますようお願いいたします。



1月の統計

外来患者数	12,309人
新外来患者数	1,965人
紹介患者数	382人
新入院患者数	589人
退院患者数	502人
平均在院日数	13.54日
救急車・時間外患者数	1,777人
手術件数	164件

幡多けんみん病院における患者さんの権利

1. 患者さんは、良質な医療を平等に受ける権利をもっている。
2. 患者さんは、医療を受けるにあたり、十分な説明を受ける権利をもっている。
3. 患者さんは、プライバシーが守られることを期待する権利をもっている。
4. 患者さんは、自分の希望を伝え、医療に参加する権利をもっている。
5. 患者さんは、人間としての尊厳が守られることを期待する権利をもっている。