

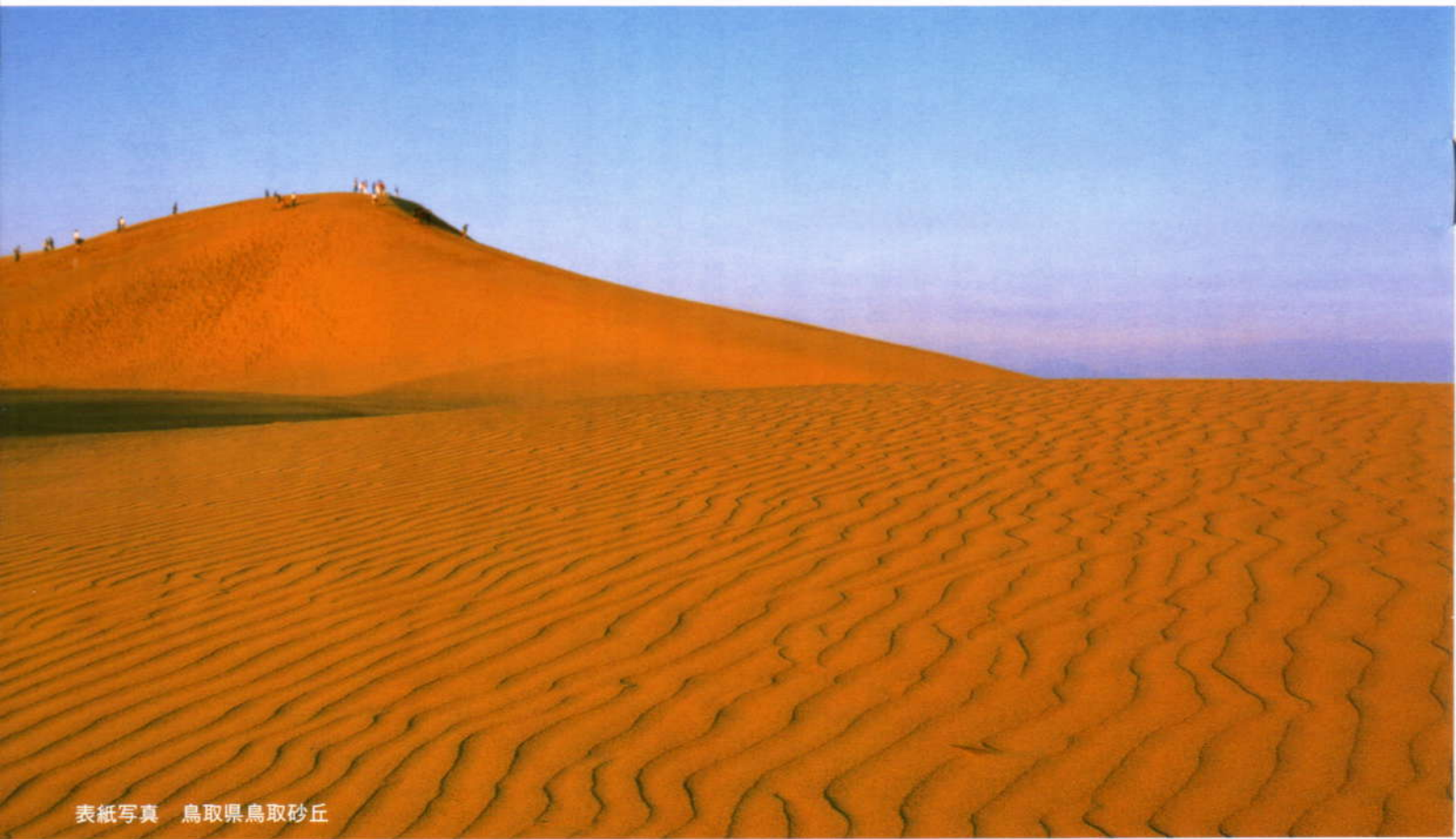
# すこやか VOL.59

医療法人 藤田病院

岡山市東区西大寺上三丁目8-63

TEL (086) 943-6555 (代)

平成26年9月発行



表紙写真 鳥取県鳥取砂丘

## ご挨拶

藤田病院 副院長 角南 昌隆



味覚の秋になりました。旬の食とともに、お酒を楽しむ人も多いでしょう。適量のお酒は「百薬の長」ですが、過度な飲酒は体に様々な悪影響を及ぼします。例えば肝障害がよく知られていますが、それだけでなく全身の臓器が影響を受けます。脾炎や食道・胃などの消化器疾患、心血管障害、糖尿病、脂質異常症、高尿酸血症、脳神経障害などを引き起こし、がんや高血圧、認知症などの危険因子でもあります。

また長年多量な飲酒を続けると、アルコール依存症になることもあります。

近年、女性のアルコール依存症が増えていて問題視されています。アルコール依存症の専門治療を行っている神奈川県の久里浜医療センターが、アルコール依存症チェックリストを作っていますので、ここでその女性版を紹介しましょう。

最近6カ月の間に以下の項目のうち当てはまるものがいくつありますか。

- 1 医師からアルコールを控えるようにと言われたことがある。
  - 2 せめて今日だけは酒を飲むまいと思っけていても、つい飲んでしまうことが多い。
  - 3 酒の量を減らそうとしたり、酒をやめようと試みたことがある。
  - 4 飲酒しながら、仕事、家事、育児をすることがある。
  - 5 私のしていた仕事を周りの人がするようになった。
  - 6 酒を飲まなければいい人だとよく言われる。
  - 7 自分の飲酒についてうしろめたさを感じたことがある。
- 3個以上当てはまる人は「アルコール依存症の疑い群」、1〜2個当てはまる人は「要注意群」(5が1つの場合は正常群)、1つも当てはまらない人は「正常群」です。(新久里浜式アルコール症スクリーニングテスト…女性版より)

女性は、飲酒期間が男性の半分程度でもアルコール依存症に陥る危険がありますから、飲酒量は控えめにしましょう。また男女を問わず、1週間のうちに休肝日を設けることも大切です。



# がん検診と特定健診を受けましょう

●岡山市の方が対象●

6月から岡山市のがん検診と特定健診が始まりましたがみなさん受けられましたか？岡山市が助成した料金で受けられますのでオススメです。特にがん検診は70歳以上の方は無料で受けられます。ただし、岡山市以外の方は当院では受けられません。お住まいの自治体へお問い合わせください。

## 当院でできる検査と費用

検査項目	内容	対象者	負担額	曜日
胃がん(予約制)	レントゲン検査	40歳以上	3290円	月～金曜日
肺がん	レントゲン検査	40歳以上	920円	月～土曜日
	レントゲン検査+痰の検査		2050円	
大腸がん	便潜血検査	40歳以上	1130円	
乳がん	視触診	30歳以上	820円	水・土曜日(第4土曜除く)
	視触診+レントゲン検査(マンモグラフィ2方向)	40～49歳※注1	2570円	
	視触診+レントゲン検査(マンモグラフィ1方向)	50歳以上※注1	2570円	
前立腺がん	血液検査	50歳以上	920円	月～土曜日
肝炎ウイルス検査	血液検査(C型・B型)	40歳の方、41歳以上で未受診の方	900～2500円	月～土曜日
	血液検査(C型)			
	血液検査(B型)			
特定健診(予約制)	血液検査+尿検査	35歳～69歳	2050円	火・水・木曜日
		70歳～74歳	510円	

※注1:偶数年齢のみ対象。ただし、前年度未受診の方は奇数年齢でも受診可。

日本人の死因第1位は「がん」です。昭和56年以降、他の疾病を大きく引き離して着実に増加してきており、現在は年間30万人ががんで死亡しています。また、がんの総患者数は、男性約84万人、女性約68万人で、総数では約152万人(平成20年)です。しかし、がんは多くの場合、早期発見し早期治療を行えば不治の病ではありません。ただし、症状が出るような

がんは早期がんとは言えません。早期発見するためには症状が出ていなくても定期的な検診を受けることが重要です。がん検診はほとんどが簡単な検査です。例えば肺がん検診ならタバコを多く

吸うハイリスクの方でも肺X線検査と喀痰細胞診(痰を採取する検査)だけで痛みや苦痛が伴うことはありません。異常が疑われる場合も当院でより詳しい検査ができます。



藤田医師(左から2人目)と外来スタッフ

健康には自信があるから関係ない？仕事や家事で忙しいからまた今度？自分の身体を過信しないで、家族はもちろん将来のあなたのためにもがん検診を受けてください。

### 皆様へのお願い

がん検診・特定健診ともに実施期間終了直前の12月は大変混みます。できるだけ早めの受診をお願いします。

## 特定健診は生活習慣病を予防

特定健診は生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的として行う健診です。身体計測(身長、体重、腹囲など)や血液検査、検尿などで生活習慣病になっている方や、その予備軍の方を見つけます。生活習慣病は日々の

生活の積み重ねによって引き起こされる病気で脳卒中や心臓病、メタボリックシンドロームなどが代表例です。

特定健診は当院では予約制になっております。また、岡山市から届く受診券を必ず持参ください。