

# ふれあいひろば

## [患者とともにある全人的医療] 女性の一生と乳がん

乳腺外科 坂田英子

乳がんは男性にも発症しますが、その頻度は女性の約0.5～1%です。日本人の食生活やライフスタイルの欧米化に伴い、乳がんが診断される女性は年々増加しており、女性に発生するがんとしては最も多い病気となりました。今や14人に1人が乳がんにかかると言われています。

女性の一生においては、体の成長とともに女性ホルモンの一つであるエストロゲン分泌量が増え、その時期により①思春期②成熟期③更年期④老年期と大きく4つに分けられます。

欧米で乳がんの罹患数が最も多い年代は閉経後の老年期ですが、日本においては働き盛りの成熟期後半～更年期に罹患のピークを迎える特徴があります。死亡率もこの年代では乳がんが一番です。この時期は、就業、結婚や妊娠、出産や育児、趣味など、多忙な時期です。さらには介護が加わることもあり、家庭や社会において果たす役割が多いこの時期に、さらに乳がんが襲い掛かる負担は少ないはずがありません。

しかし、乳がんは早期に発見・治療をすれば、治療成績は良好です。乳がんの早期発見にはマンモグラフィー検診が有効です。40歳以上の女性で2年に1回、必ずマンモグラフィー検診を行うことが国の指針です。新潟市においても、2005年から住民検診にマンモグラフィー検診が取り入れられ、受診率は緩やかに増加してきていますが、まだ目標とする受診率50%の半分程度です。より多くの方

にマンモグラフィー検診を受けていただき、かつ日頃からの自己検診も行っていただきたいと思っています。

乳がんの治療方法は、手術・放射線治療による局所療法と全身薬物療法があります。

手術方法としては、乳房に関して①乳房切除術と②乳房温存術とが、腋窩に関しては①腋窩郭清術と②センチネルリンパ節（見張りリンパ節）生検術とがあります。乳房温存術は整容性・精神的損失の軽減が長所ですが、病変の広がりによっては乳房切除術が適切なこともあります。乳房切除と同時もしくは術後に乳房再建術を行うことも可能です。

術後、病理検査結果などをもとに再発リスクを検討し、放射線治療や薬物療法を行います。薬物療法には、①ホルモン療法、②化学療法、③分子標的療法があります。乳がんには様々なタイプがあり、個々に合った治療を行います。術後化学療法を行うのは約3～6か月ですが、ホルモン療法は5～10年と長期間に及びます。再発リスクと治療成績、乳癌罹患後の生活の質も考慮して治療選択を行います。

乳がんをこわがらず、まずは一歩踏み出し自己検診・マンモグラフィー検診を行い、あなたらしいいきいきライフを送っていただきたいと願います。



# 皮膚のぶつぶつって何？

—診察の際にご理解、ご協力いただきたいこと—

皮膚科 富山 勝博

この広報誌「ふれあいひろば」の編集会議でのひとこま。

「皮膚のぶつぶつ、とかの記事はどうでしょう？」 「……。」

客観的に確認できる皮膚の変化を「皮疹」と言いますが、「ぶつぶつ」とはどんな皮疹でしょう。おそらくは、せいぜい数mmの大きさで、少し半球状に隆起した変化がいくつか集まっている、あるいは散らばってる感じでしょうか。もう少し小さいと「プツプツ」という言い方になるかと思いますが、はじけそうな水疱っぽいニュアンスもあるように感じます。逆にもっと大きいと（1cmくらい）、「ぼこぼこ」という表現に近い感じがします。

他にも、ざらざら、かさかさ、ごわごわ、じゅくじゅくなど、皮疹を表す様々な言い方があります。が、果たしてAさんの言う「ぶつぶつ」と、Bさんの感じる「ぶつぶつ」は同じなのでしょう。

当然、人によって違いがあります。ですから残念ながら患者さんの話だけでは判断できません。何といたっても、まずは実際に皮疹をみせてもらうことが必要となります（当たり前ではありますが）。

皮膚科の診察では、「ぶつぶつ」という言葉のかわりに、皮疹の性状に応じた共通の専門用語を用いて皮疹を観察し記録します。さらに、部位、全体の配置や形、分布なども把握しなければなりません。患者さんが見えない場所に皮疹があるかもしれません。そのため、患者さんの予想より広い範囲を診察しなければならない場合もあります。衣服越しとか化粧越しではよくわかりませんので、受診の際は診察しやすいように、あらかじめ衣服や化粧に御配慮いた

だけると助かります。もし異性の医師の診察に抵抗がある場合は、遠慮せずにお知らせください。同性の医師が診察いたします。

写真による記録が必要な場合もあります。撮った写真は、レントゲン写真などと同様に電子カルテ内に保存します。これにより他の医師と協議したり、あとで皮疹の変化を確認したりできます。画像データは勝手に複製できないよう管理されていますので、必要と判断した場合は写真撮影にぜひご協力ください。

写真ということでは、患者さんが持参した写真が診察の手助けになることもあります。特に皮疹が消えたり変化する場合は非常に役立ちます。カメラ付き携帯電話の写真でかまいませんので、状況に応じて撮影してみせてください。

皮膚の「ぶつぶつ」から始まり、診察の際のお願いを述べさせていただきました。実際に皮疹をみせていただければ、その推移や経過などについては、むしろ多くの情報が必要です。ぜひ「ぶつぶつ」など、感じた通りにお話しいただければ助かります。



# ドライアイについて

眼科 村上 健治

## ドライアイとは

涙の分泌量が減ったり、量は十分でも質が低下して目の表面を潤す力が減っている状態をドライアイと言います。

## ドライアイの症状

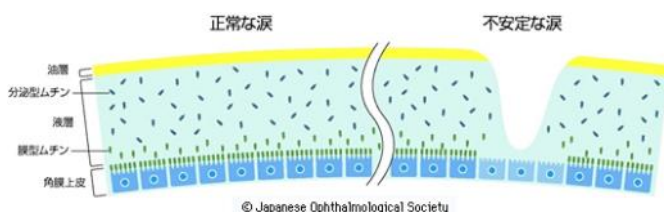
目が疲れる、乾く、かすむ、不快感がある、痛い、赤い、重たい、涙が出る、かゆい、まぶしい、ごろごろする、目やにといった症状が起ります。5項目以上当てはまる場合はドライアイの可能性が高いです。10秒以上目があけていられない場合もドライアイの可能性が高いです。

## 涙の産生と排出

涙は、涙腺という組織で1日に約2～3cc作られて目の表面を潤します。瞬きにより目尻から目頭の方向に流されて目頭にある涙点から吸収され涙嚢から鼻涙管に流れ最終的には鼻腔に排出されます。

## 涙の構造

涙は単純な一層構造ではなく表面から油層、

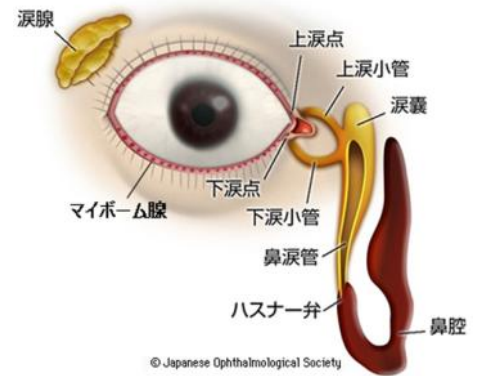


液層、ムチン層の3層構造です。油層は皮脂腺やマイボーム腺などからの脂質で涙の蒸発を防ぎます。液層は涙腺由来の水分です。ムチン層は結膜の杯細胞由来の糖蛋白質で涙の安定性を良くします。

## ドライアイになりやすい要因

年齢とともに涙は減りドライアイになりやすくなります。冬の乾燥した環境でエアコンの風が顔に直接当たると症状がでやすくなります。パソコンなどのモニター画面を見るVDT作業の環境でも乾きやすくなります。タバコ

の煙が当たると涙液の状態が悪くなります。ソフトコンタクトレンズの使用、点眼薬の中の防腐剤の影響でも乾きやすくなります。マイボーム腺の機能不全があると涙の油層が不足して涙が蒸



発しやすくなります。結膜弛緩症などの目の局所的要因でも乾きやすくなります。また、シェーグレン症候群という全身疾患では強いドライアイを伴います。

## ドライアイの検査

眼科で涙液量を測定したり、黒目の表面に傷がついていないか調べます。また、ムチン層に異常があると涙液の量が正常でも涙液の性状が悪くドライアイになる場合もありますので涙液層破壊時間検査という涙の安定性を調べる検査も必要です。

## ドライアイの治療

まずはドライアイを促進する環境を改善しましょう。長時間のVDT作業や運転では適度に休みを取りましょう。加湿器を用いたり、エアコンの設定を変えて風が直接目に当たらないようにしましょう。眼科では症状が軽い場合は人工涙液、ヒアルロン酸製剤、ムチンや水分の分泌を促進させる点眼薬やムチンを産生する点眼薬を処方します。重症な場合は涙の出口に栓をする涙点プラグがあります。

## 最後に

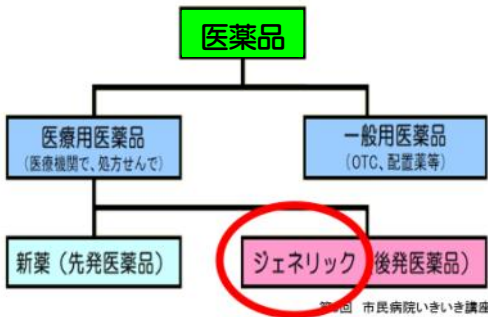
環境を改善しそれでも症状が持続する場合は最寄りの眼科医に相談しましょう。



# ジェネリック医薬品って何??

薬剤部 山田 徹

## 医薬品の分類



ジェネリックとは「一般的な」、「ブランドに囚われない」という意味ですが、日本では後発医薬品のことを言います。最初に開発された薬（先発医薬品）の特許期間が切れた後に他の製薬会社から発売されるもので、同等の成分を含み同等の効果を持つ値段が安い医薬品です。利点としては値段以外に他の剤形に変更が可能ということです。

もちろん安全性に対しても溶出試験、含量試験、生物学的同等性試験、安定性試験など各種試験に合格しています。また、剤形についても下の図にあるようにさまざまな改良に取り組んでいます。

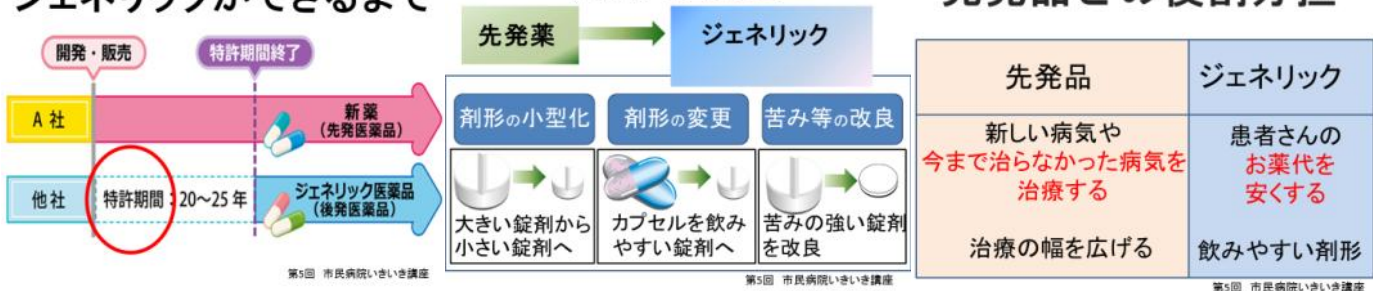
国民の医療費は毎年1兆円ずつ増加し、今年度の予測は42.3兆円です。また、高齢化により国民医療費はさらに増加するといわれています。先発品と後発品をうまく使い分けながら皆さまの健康を守っていくのが今後の医療と考えます。

国民の医療費は毎年1兆円ずつ増加し、今年度の予測は42.3兆円です。また、高齢化により国民医療費はさらに増加するといわれています。先発品と後発品をうまく使い分けながら皆さまの健康を守っていくのが今後の医療と考えます。

## ジェネリックができるまで

## 剤形の変化

## 先発品との役割分担



# ご意見への回答について

## 広報広聴室から



市民病院は、ご意見や感謝の言葉などを年間600件ほど承っております。ご意見は職員で共有し、改善できるところは改善につなげています。

今まで、ご意見への回答は「キャッチボールひろば」という冊子にまとめておりましたが、今年度から外来にご意見への回答「キャッチボールひろば」を設けて、定期的に回答をしていくことにしました。正面玄関入って左手、9番受付の

脇に掲示します。

「キャッチボールひろば」のファイルは今後も設置いたしますので、是非ご覧ください。すべてのご意見に回答する事は難しいのですが、件数が多いご意見や改善できたご意見等を掲示する予定です。

市民病院を訪れる方と病院がキャッチボールをしながら、病院づくりをしていきたいと思えます。

### 編集後記

あっという間に桜が終わり、紫陽花の季節になろうとしています。体調管理に注意しましょう。

(E.M.)