



第8回

街の医療と健康づくり 消化器癌で 手遅れにならないために



県北医療センター 高萩協同病院

高見 一弘 先生

- 専門分野
外科・消化器一般
- 所在地
上手網上ヶ穂町1006-9
Tel 0293-23-1122
- 受付時間
AM7:00~11:30
(土曜日はAM11:00まで)
※受付終了時間が異なる科あり
- 診療日
月曜日~土曜日(第1・3・5)
※祝祭日・年末年始休診

Q 消化器癌について教えてください

まず消化器とは、食物の消化や吸収に関係する臓器で、食道、胃、大腸、小腸、肝臓、胆のう、すい臓などの事をいいます。

消化器外科は癌に対する外科治療が主になります。胃癌、大腸癌、肝・胆道系、すい癌などの患者さんが、とても進行した状態で来院される事も少なくありません。例えば胃癌の症状であれば、吐血・高度な貧血・めまい・動悸などが見られます。癌は特に、早期発見、早期治療が重要となりますので、これらの症状が出る前に、日頃から検診を受け、体の管理をする事がとても大切です。

検診で異常が見つければ更なる精密検査が必要となりますので、速やかに医療機関を受診してください。

Q 癌と診断されたら

胃癌や大腸癌の治療には、個々の進行度にもよりますが、早期の癌であれば、体への負担が少ない「腹腔鏡手術」を積極的に取り入れています。腹腔鏡手術は、体に0.5~1.2cmの小さな傷を数箇所作り、そこから専用の器械を入れて手術を行う方法です。「開腹手術」と比べて、術後の傷の痛みが少ない分、リハビリを早く受けられ、患者さんの回復が早いのが特徴です。

当院では、根治性(癌を治すこと)と安全性(体の負担が少ないこと)を重視した外科治療を積極的に行っております。患者さんに一番良い治療が提供できるよう、病気や治療法をよく理解していただくために、丁寧に説明を行い、イメージを共有することを大切にしています。

生涯現役 いきいき元気

”市民の安全を守り続けて”



しもやまだ とおる
下山田 泰さん
(秋山・75歳)

犯罪防止や青少年の健全育成を図るなど、市内の安全安心を守るために「青色回転灯付き防犯パトロール車」で防犯パトロールを行っているのは、高萩地区防犯協会会員の下山田泰さん。パトロールは会員が輪番制で実施しており、下山田さんの出勤は月1~2回程度。高萩地区防犯協会が年間をとおして実施している「防犯キャンペーン」にも積極的に参加し、市内店舗等で啓発物品を配るなど、防犯意識の高揚を広く呼び掛けています。

また、高萩市居合道同好会に所属している下山田さんは、居合道歴40年以上で5段の資格をもっています。週2回武道場に通い、2時間程度の稽古を受けながら、仲間との会話を楽しんでいます。

「昨年からは、高萩市国際交流会が実施しているホームステイの受け入れを始めました。留学生に居合道を体験してもらいましたが、とても喜んでくれました。日本の伝統が伝えられて良かったです」と嬉しそうに下山田さん。「自宅にホームステイした留学生とは、今でも手紙のやり取りをしています。近況報告をしてくれるのでそれも楽しみの一つですね」と話してくれました。地域社会での前向きな取り組みと活躍が元気の秘訣かもしれません。

すこやか

大切な人の命を守るために あなたもゲートキーパーになりませんか

◆ゲートキーパーとは？

自殺に向かおうとする人を食い止める”門番”であり、その人のサインに「気づき」「声掛け」を行い、「傾聴」し、必要な支援機関に「つなぐ」人のことです。



ゲートキーパーの役割

1 気づき

家族や仲間の「いつもと違う様子に気づく」

“元気がないみたい” “いつもと違う気がする”

2 声掛け

大切な人の変化に気づいたら、勇気を出して声をかける

“元気がないみたいだけど、何かあった？”
“夜、眠れてる？何か悩んでるの？”

3 傾聴

本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

“大変だったね。よかったら話してね”
“よく話してくれたね。いままでよくやってきたね”

4 つなぐ

相談先があることをできるだけ丁寧に伝える

“これに相談先が載ってるよ”
“一緒に相談にいこうか？”

●●相談先●●

- 健康づくり課 こころの相談（予約制）
☎24-2121
- 茨城いのちの電話・つくば（24時間）
☎029-855-1000
- 茨城いのちの電話・水戸（13時～20時）
☎029-255-1000
- いばらきこころのホットライン
（9時～16時 祝日及び年末年始を除く）
月曜日～金曜日 ☎029-244-0556
土曜日、日曜日 ☎0120-236-556



ゲートキーパー養成研修会 を実施しました

健康づくり課では、自殺予防週間（毎年9/10～9/16）に合わせてゲートキーパー研修会を実施しています。今年度は、民生委員・児童委員の方々を対象に9月15日に実施しました。近年の自殺の実態や動向、ゲートキーパーの役割と対応法について学び、ゲートキーパー養成講座受講修了証としてバッジが進呈されました。



●●●11月・12月の行事●●●

会場：高萩市総合福祉センター 予約先：健康づくり課 ☎24-2121
※会場については、変更になる場合があります。

行事内容	実施日	時間	対象者
パパ・ママレッスン（1回目）	11月 6日（金）	18:30～20:30（受付18:15～18:30）	平成27年12月～平成28年3月出産予定の初妊婦と夫（*予約制）
こころの相談（精神科医の相談）	11月11日（水）	13:00～14:30	市内在住の希望者（*予約制）
健康相談	11月13日（金）	8:45～11:00	市内在住の希望者
パパ・ママレッスン（2回目）	11月13日（金）	18:30～20:30（受付18:15～18:30）	平成27年12月～平成28年3月出産予定の初妊婦と夫（*予約制）
2歳児歯科健診	11月18日（水）	12:30～16:00（受付12:30～13:30）	平成25年9月・10月生まれの幼児
赤ちゃん教室	11月25日（水）	10:15～11:30（受付9:45～10:15）	1歳までのお子さんがある保護者
歯周病検診	11月26日（木）	10:00～15:15	20歳代～80歳代の人、妊婦の人、65歳の人（*予約制）
	11月28日（土）		
健康・歯科相談	11月30日（月）	8:45～11:00	市内在住の希望者（*予約制）
1歳6か月児健診	12月 2日（水）	12:30～16:00（受付12:30～13:30）	平成26年5月・6月生まれの幼児

※幼児健診・予防接種については個人通知しますので、日程・会場等ご確認ください。