

2023 Winter

サホスピタル Vol.69

医療特集／粉瘤ってどんな病気？

放射線科医の画像診断レポート

健診特集／マンモグラフィ

足に良い靴の選び方と履き方

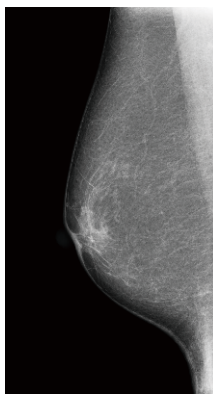
令和4年度防災訓練

放射線科医 の画像診断 レポート マンモグラフィ編

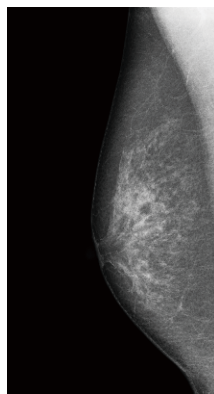


今回の特集では、マンモグラフィについて、実際にどのように読影されているのかを簡単にお話し致します。

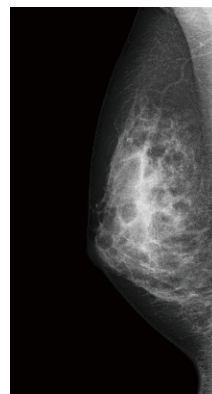
マンモグラフィとは、乳房のレントゲン検査のことです。画像は肺のレントゲンと同じように白と黒からなる平面的なものであり、黒い背景（脂肪組織）のなかに白い乳腺組織が見られます。読影する際には、異常を探す前にまず乳房の中の乳腺と脂肪の割合によって4つのタイプに分けるところから始めます。具体的には*A脂肪性（ほとんどが脂肪）*B乳腺散在（脂肪が多いが少し乳腺が見られる）*C不均一高濃度（乳腺が多めで脂肪は少し）*D高濃度（ほとんど乳腺）の4つです。脂肪が多いほど乳腺は黒っぽく、逆に*Dの乳腺組織が多いタイプほど乳腺が白く描出されていることがわかるかと思えます。実は病変はほとんどが白いので、白い乳腺から白い病変を見つけるのはとても大変です。高濃度乳腺の場合、私たちは見逃しのないよう、より気をつけています。不均一高濃度や高濃度のタイプは欧米人よりアジア人の女性に多く、また20代から



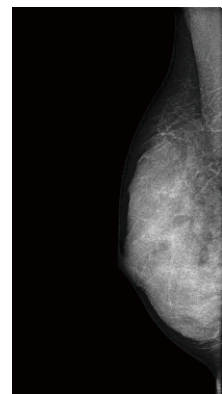
*A 脂肪性



*B 乳腺散在



*C 不均一高濃度



*D 高濃度

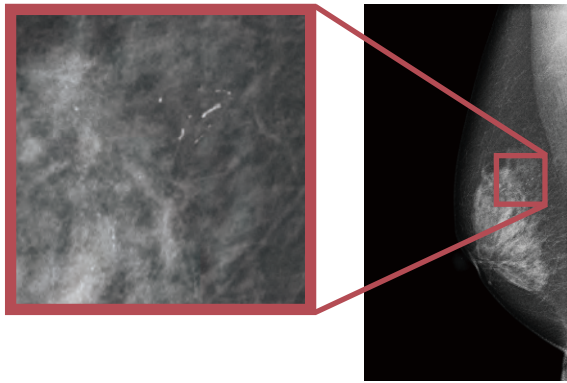
40代の若い女性に多い傾向があります。もしご自身が高濃度乳腺の場合、心配になられるかもしれませんが、一般的には追加検査などの特別な対応は必要ありません。大事なことはどのタイプの乳腺であっても、定期的に検査を受けると共にご自身でも定期的にしこりが無いかを確認をすることです。

主な異常所見は①腫瘤、②石灰化、③その他FAD（局所的非対称陰影）や構築の乱れの3つです。

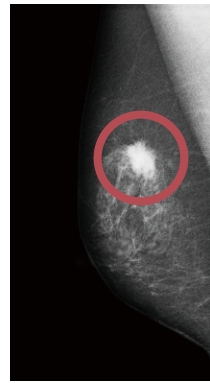
①腫瘤には良性を考えるものから悪性を疑うものまで色々ありますが、濃度や形、辺縁の性状などを見ます。一般的に*1のように濃度の高いもの、辺縁が綺麗でないものは悪性を考えます。

②石灰化にもその形や分布、密度により良性なのか乳癌疑いとするのか判断します。（*2）

③FADとは簡単に言うと、はつきりとした腫瘤とは言えないけれど正常の乳腺とは違う影のことを言います。構築の乱れというのはマンモグラフィ



*2 点状の白い影が連なって見られる



*1 乳腺の中により白い影が見られる

は乳腺を進展させて撮影しますが、乳腺の構造が歪んで伸びが悪そうに見える所見のことです。これらの所見があっても良性のこともあります。



松下 桃子(まつした ももこ)

出身大学：東京女子医科大学
 専門科：内科一般、読影
 資格等：放射線診断専門医
 マンモグラフィ読影認定医
 日本医学放射線学会

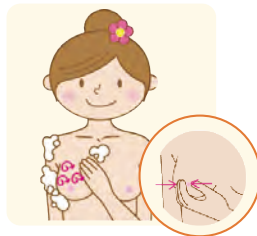
もし健診で要精査となった場合不安になられると思いますが、精査の結果悪いものではなかったという方は意外に多いです。また、もし悪性であったとしても早い段階で発見できれば完治の可能性は高く、乳房温存など治療の選択肢も広がります。必ず定期的に乳癌健診を受け、もしも要精査となった場合は早期の受診をお願いします。

以上の所見により最終的に5段階のカテゴリー（1異常なし・2良性・3良性と思われるが悪性も否定できない・4悪性の疑い・5悪性）に分類します。カテゴリー3の場合は必要に応じて、4や5であれば追加で超音波検査や、生検と言って細い針で実際に組織をとって悪いものかどうかを調べる精密検査を受ける方針となります。

はじめようセルフチェック



鏡の前で、腕を高く上げて頭の後ろで組み、乳房のひきつれやくぼみ、乳輪の変化、乳首のへこみ、湿疹、皮膚の変色、乳房の大きさや位置に左右差がないかなどをチェックする。



4本の指をそろえて、指の腹で10円玉大の「の」の字を描くように指を動かしながら触る。乳房のしこりや凹凸、わきの下の腫れや硬さ、しこりなど、わきの下から乳首までチェックする。また、乳房や乳首を指先で搾るようにして、乳首から分泌物が出ないかをチェックする。



仰向けになり、4本の指を外側から内側へ指をすべらすようにして、しこりやくぼみがないかチェックする。

令和4年10月16日に、当院にてマンモグラフィサンデーが行われました。これは平日に検診を受けにくい女性のため、10月の第3日曜日に乳がん検診を受けられる環境づくりを行う全国的な取り組みです。当院でもマンモグラフィサンデー当日には、たくさんの女性が乳がん検診を受診されていました。



毎号さまざまな病気やけがについて
みなさまと学んでいく「医療特集」。
今回は、「粉瘤(アテローム)」について
ご紹介します。

医療特集

粉瘤って どんな病気？



形成外科医長

大森 愛 (おおもり あい)

群馬大学出身。

日本形成外科学会、日本フットケア足病学会所属。

「粉瘤」とは？

粉瘤は角質や皮脂などが内部に蓄積された嚢腫(のうしゅ)の総称です。表皮嚢腫、表皮嚢胞、アテロームなどと呼ばれることもあり混乱しやすいです。

また、外毛根鞘嚢腫や毛包嚢腫、稗粒腫なども広い意味では粉瘤に含まれ、さらにわかりにくくなっています。一部が表皮と連続しているのが特徴で体表から触れやすく、袋状の内部に角化物がどんどん溜まっていくため、徐々に大きくなることが多いです。そのままではただしこりとして触れるのみですが、細菌が感染すると発赤、疼痛を伴い内部から排膿が見られるようになります。

「原因」は？

原因は完全には解明されていません。肌に来た小さな傷から生じたり、ウイルス感染が関係するという説もあります。清潔にしても発生する可能性があり、身体中のどの部位の皮膚にもできます。原因がはっきりしないため有効な予防法はありませんが、できものを潰す、体をかきむしるなどの行為は粉

瘤発生リスクを高める恐れがあるため避けたい方が多いでしょう。

―放置しても大丈夫？

粉瘤は基本的には最も頻度の高い良性腫瘍です。つまり、必ずしも治療をしなければならぬものではありません。ただ、徐々に大きくなる 경우가多く、いずれ整容面で問題になる可能性があります。また、細菌感染すると疼痛や排膿など煩わしい症状が出現します。粉瘤がまだ

小さなうちから切除することで、創が小さくすみ、感染のリスクを下げるができます。

また、ごく稀にですが粉瘤に悪性腫瘍が合併することがあると報告されています。このことから当院では4センチメートルを超える粉瘤は切除をおすすめしています。

―治療法は？

細菌感染していない時期に袋ごと切除するのが一般的です。袋がくっついていてる部分の皮膚

を小さく含めてメスで切開し、皮下の袋を摘出します。過去に感染を繰り返したところのある粉瘤は周囲の組織が硬くなり癒着している場合があるので、その場合は周囲の瘢痕組織も含めて切除します。切開部分を縫合して終了です。抜糸は術後1〜2週間で行います。細菌感染している時期は、まず炎症を抑えることを優先し抗菌薬の内服や内部に溜まった膿を外に排出する処置（切開排膿）を行います。

炎症が落ち着いてから数週間後

に袋ごとの切除を計画します。手術は局所麻酔で行うことが多いですが、粉瘤が大きい場合や切除しにくい場所に発生した場合など全身麻酔下での手術になることもあります。

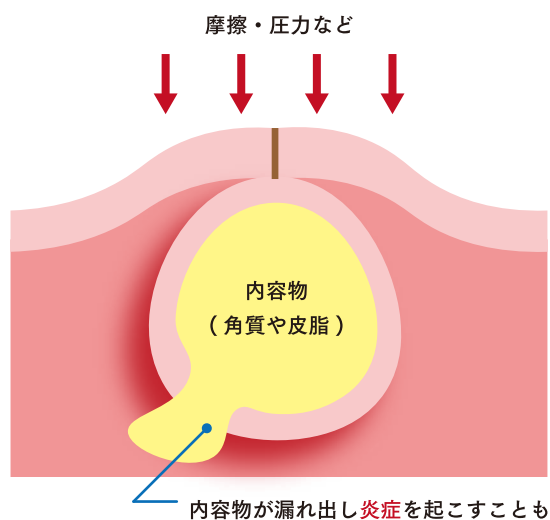
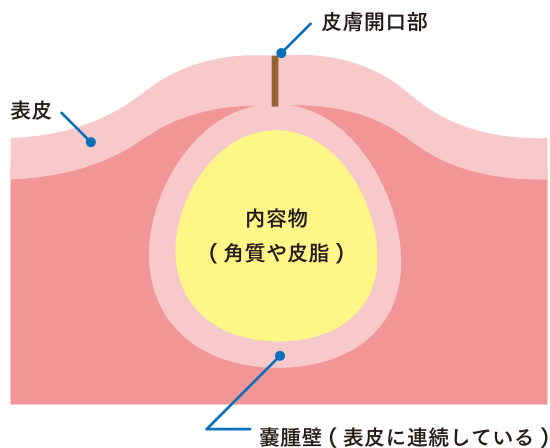
―再発する？

皮下に粉瘤の袋が残っていると再発リスクが高まりますので切除手術は袋を完全に除去するよう注意して行います。感染時期に行う切開排膿は基本的に内部の膿や粥状物質のみを排出させ、袋は皮下に残っているので多くが再発します。袋ごとの切除手術で再発リスクは抑えられますが、前述したように粉瘤は体中どの皮膚でもできる腫瘍なので、同じ場所や、違う場所に新たに発生する可能性はあります。

―最後に

石井病院形成外科では月に80件以上の外来手術を行なっていますが、そのうち約4分の1が粉瘤摘出手術です。できものに気付いた時、どうしてもか迷ったらまずはお気軽にご相談ください。

粉瘤とは？（断面図）



覚えよう

正しい靴の履き方

座った状態でかかとを
"トントン"として、
かかとを合わせる。



①
②
③



靴ひもは①と③の部分をゆるく、
②の部分をきつく締める。

- ① 足がしびれないようにゆるく!
- ② 靴と足を安定させるためにきつく!
- ③ 指の動きを妨げないようにゆるく!

普段、どのように靴を選んでいきますか?
今回は、正しい靴の履き方や
靴選びのポイントなどをご紹介します。



足に良い靴の 選び方と履き方

知っていますか?

靴選びチェックポイント

適切な靴を選んで、長時間歩いた時の疲労を軽くしましょう!

1/ かかたが固い



かかとの両脇を押しても
簡単に形が崩れない

↓
歩行が安定する!

2/ 靴底の曲がる位置



親指の付け根で折れる
つま先が上がっている

↓
歩きやすくなる!

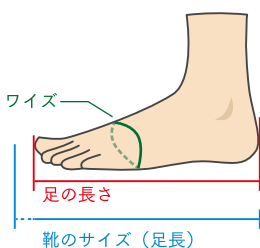
3/ 捻れにくい



足の固定性が高くなる

↓
足へのストレスが軽減!

正しい 靴のサイズの選び方



靴のサイズは足長とワイズ
(足囲)があります。

足長は歩いた時に足が前後
に動くので、実際の長さより
1 cm ほど余裕をもって選ぶ
と良いです。

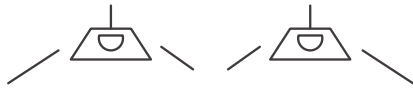
ワイズはEで表示され、Eの数
が多いほど幅が広くなります。

石井病院売店 Y ショップでは ウォーキングシューズを扱っています

“ウォーキングシューズ”として販売店の店頭に並んでいる
商品の多くは、チェックポイントの3項目を満たしており、
更に着脱が行いやすいよう、靴ひもの横にファスナーがついています。
Y ショップで取り扱っているウォーキングシューズは試着も
可能ですので、ぜひ興味のある方はお声かけをお願いします。

渋川伊香保分院リハビリ課では 靴の中に入れるインソールを作成しています

凹凸のついた中敷きを靴の中に入れることで重心線を調整し、
足・膝・股関節などにかかる負担を軽減します。
扁平足、外反母趾、足底筋膜炎などの足の症状や変形による
痛みで悩んでいる方に作成しています。
インソールの作成には渋川伊香保分院の整形外科受診が必要です。



毎年恒例

防災訓練を 実施しました！



職員の防災スキル向上に努めています

10月14日に令和4年度の防災訓練を実施しました。伊勢崎消防署北分署の方による立ち合い、また波志江町自主防災協力会員様のご協力のもと、大変緊張感のある訓練となりました。この訓練の目的は、災害発生時における患者の安全確保及び重症患者の搬送、患者等の避難誘導等の確認を行い、適切な防災対策の実践を行うことで、各自が臨機応変に対応できるようにすることです。今後も、このような訓練を実施し、有事の際に適切な行動が取れるよう職員一同心がけて参ります。



診療実績報告

外来患者数

単位：人

各 科	9月	10月	11月	
内 科	合 計	2,557	2,521	3,036
	1日平均	106.5	100.8	126.5
外 科	合 計	405	369	296
	1日平均	16.9	14.8	12.3
形成外科	合 計	543	572	463
	1日平均	22.6	22.9	19.3
整形外科	合 計	3,195	3,270	3,118
	1日平均	133.1	130.8	129.9
皮膚科	合 計	2,703	2,724	2,528
	1日平均	112.6	109.0	105.3
眼 科	合 計	325	309	322
	1日平均	13.5	12.4	13.4
石井皮膚科	合 計	2,159	2,321	2,164
	1日平均	113.6	110.5	103.1
法川分院	合 計	6,181	6,127	5,826
	1日平均	340.0	338.7	323.8
敷島の森	合 計	1,189	1,192	1,250
	1日平均	64.3	64.3	62.5

入院患者数

単位：人

各 科	9月	10月	11月	
内 科	合 計	635	645	485
	1日平均	21.2	20.8	16.2
外 科	合 計	107	90	174
	1日平均	3.6	2.9	5.8
形成外科	合 計	51	53	17
	1日平均	1.7	1.7	0.6
整形外科	合 計	2,423	2,839	2,553
	1日平均	80.8	91.6	85.1
回復期	合 計	1,263	1,317	1,236
	1日平均	42.1	42.5	41.2
皮膚科	合 計	84	42	116
	1日平均	2.8	1.4	3.9
眼 科	合 計	18	12	8
	1日平均	0.6	0.4	0.3

年間の中央手術件数 (R3.12～R4.11) 単位：人

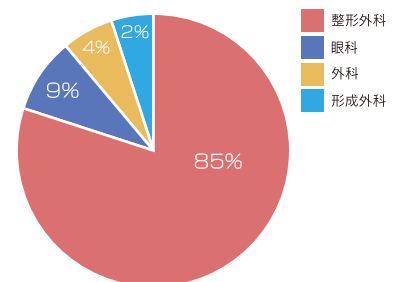
外 科	整形外科	形成外科	眼 科	合 計
36	736	35	50	857

中央手術件数

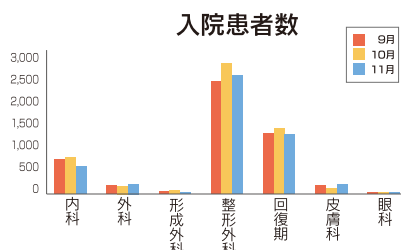
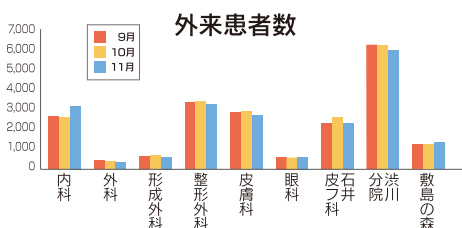
単位：人

各 科	9月	10月	11月
外 科	2	4	2
整形外科	59	65	52
形成外科	1	3	1
眼 科	9	6	4

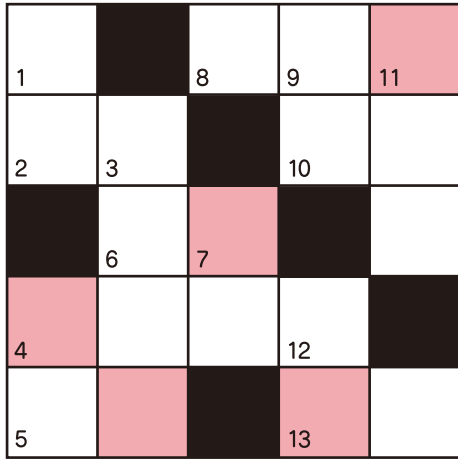
中央手術室 手術件数



集計期間：R4.9～R4.11



クロスワード



網掛け部分の文字を並び替えてできる言葉は？



よこのカギ

- ②ある幅をもった時。期間のこと。「入学の○○」。
- ④黄肉種と呼ばれる桃の品種の1つ。もう1つに白桃がある。
- ⑤昆虫がサナギから成虫になること。
- ⑥ほかのところ。また、関係のない離れたところ。
- ⑧まだ咲いていない花のこと。
- ⑩奈良と言えば・・・「○○」。
- ⑬人から受ける、感謝すべき行為。「○○がえし」。

たてのカギ

- ①雨上がりに太陽と反対方向の地表から空にかけて現れる7色の円弧状の帯。
- ③生徒が学習する教育内容のまとめ、単位をいう。国語、数学、社会など。
- ④君主の称号。英語ではKingと訳される。
- ⑦屋外のこと。「鬼は○○！福は内！」。
- ⑨母親とその子どものこと。
- ⑪柑橘類の果物。生産量は和歌山県が日本一。「冬はこたつに○○○」。
- ⑫12星座のうち2/19～3/20の星座。「○○座」。

前号の正解: いわしぐも

た	け	と	ん	ぼ
い		い		う
	お	し	ど	り
あ	わ		ら	ん
ま	り	も		ぐ

※正解は下記でご確認下さい。

- ①当院のホームページ(病院広報コーナーに掲載してあります)
- ②次号「サンホスピタル 70号」(4月上旬配布予定)

ご意見・ご感想をお寄せください

編集後記

新年あけましておめでとうございます。本年も、皆様へ健康に関する情報や病院の活動など、様々な情報をお届けして参りますので、引き続きよろしく願い申し上げます。また、広報誌や当院に対するご意見などがございましたら、遠慮なく職員に声をお掛けください。(メールやご意見箱への投函もOKです。)

ご意見箱の設置場所

- ・1階 正面受付前
- ・2階 ナースステーション前
- ・2階 食堂ラウンジ
- ・3階 ナースステーション前
- ・3階 食堂ラウンジ

【広報委員会】

理念

社会に貢献し、信頼される医療を提供する。

基本方針

- ・私たちは、一般急性期医療を主体とした早期離床・早期社会復帰を目指したチーム医療を実践します。
- ・私たちは、患者さまの権利を守り医療安全の確保に尽力します。
- ・私たちは、自己研鑽に励み知識と技術の向上に努めます。

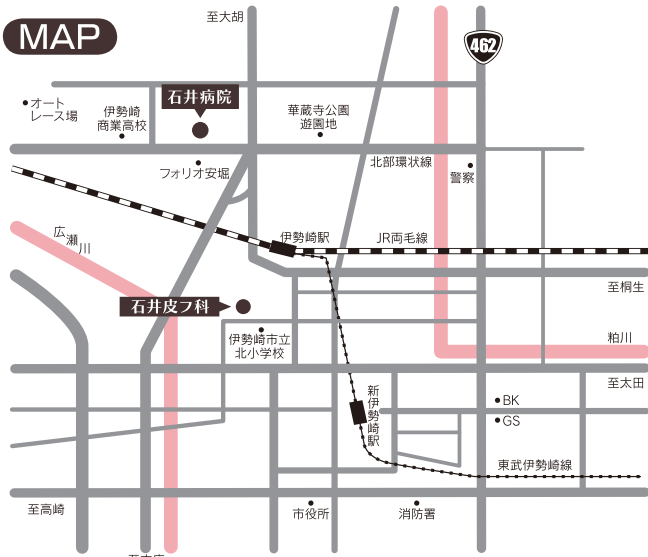
患者様の権利

私たちは、患者様の権利を尊重した医療を行います。

1. 患者様は、最善の医療と看護を安全かつ平等に受ける権利を持っています。
2. 患者様は、人権を尊重されプライバシーを保護される権利を持っています。
3. 患者様は、医療内容についての説明と情報提供を求める権利を持っています。
4. 患者様は、自らの意思に基づいて治療を選択する権利を持っています。
5. 患者様は、セカンドオピニオンを求める権利を持っています。

当院では医療安全管理室にて医療安全に係る患者様やご家族の相談及び支援を行っております

MAP



電車でお越しになる方

- JR伊勢崎駅から車で5分
- JR本庄駅から車で30分
- JR上越新幹線 本庄早稲田駅から車で40分

お車でお越しになる方

- 関越自動車道 本庄・児玉ICから車で40分
- 関越自動車道 高崎ICから車で30分
- 北関東自動車道 駒形ICから車で10分
- 北関東自動車道 伊勢崎ICから車で15分

※その他関連施設の位置図は各施設のパンフレットやホームページにてご確認ください。

【診療科目】

内科、呼吸器科、消化器科、循環器科、リウマチ科、外科
肛門科、形成外科、整形外科、皮膚科、アレルギー科
麻酔科(ペインクリニック)、眼科、リハビリテーション科

【受付時間】 平日 8:30~12:00/13:30~17:00

土曜 8:30~12:00

日曜 8:30~11:00

【休診日】 祝日/国民の休日(日曜を除く)

【病床数】 188床

(急性期126床/回復期43床/地域包括ケア19床)

【救急体制】 救急告示医療機関

病院群輪番制 第二次救急医療体制

【関連施設】

医療法人石井会 石井皮フ科
医療法人石井会 渋川伊香保分院
医療法人石井会 敷島の森 おなかのクリニック



医療法人 石井会 石井病院

〒372-0001 群馬県伊勢崎市波志江町1152

TEL:0270-21-3111(代表)

URL:http://www.ishii.or.jp/