



医師会シンボルマーク

みんなの健康

医療最新情報

分娩と出血 前置胎盤に気をつけて!

医療クローズアップ

動き出した「医療制度改革」

医療を支える人々

大変だが、やり甲斐のある仕事

横浜労災病院・診療放射線技師 安部 真さん

No.196

11・12
月号



健康の仲間たち
脳梗塞からの生還

こんな時どうする?
PSAが高いって言われたら!

ウソ? ホント
待合室

分娩と出血

前置胎盤に気をつけて！ 痛みもなく、突然の出血

定期診断で、異常の早期発見を

妊婦さんにとって、その経過中で最も怖いのが突然の出血です。母児の生死に急速な対応を迫られるものに前置胎盤や胎盤早期剥離あるいは弛緩出血などがあります。今回は最近話題の前置胎盤を取り上げてみました。実は、秋篠宮妃紀子さまも部分前置胎盤でしたが、万一を考えて早期に入院され、無事に男のお子さまを帝王切開で出産されました。そこで、横浜市産婦人科医会会長の東條龍太郎先生（東條ウイメンズクリニック院長）に、「分娩と出血」について伺いました。

妊娠中の出血は、大変に怖いそうですね。出血を伴う疾患としては、どんなものがありますか。

東條 妊娠の前期では、まず切迫流産があります。中期・後期になると、前置胎盤や常位胎盤の早期剥離など。また分娩時には、弛緩出血や頸管裂傷などによって、大量出血が起こります。



横浜市産婦人科医会会長
(東條ウイメンズクリニック院長)
とうじょう りゅうたろう
東條 龍太郎 先生

います。これはどのような疾患なのでしょうか。

東條 通常は子宮底にある胎盤が子宮下部に付着し、発育・成長とともに、その一部あるいは全部が子宮口に及ぶものを言います。

前置胎盤は、胎盤の付着位置と子宮口に近いところによって、「全前置胎盤」「一部(部分)前置胎盤」「辺縁

前置胎盤」の3種類に分けられます。

それぞれどのように違うのですか。

東條 まず全前置胎盤は、胎盤が子宮口の全部をふさいでいるもの。一部(部分)前置胎盤は、胎盤が子宮口の一部を覆っているもので、もう一つの辺縁前置胎盤は、胎盤の下縁が子宮口の辺縁にまで及んでいるものです。イラスト参照。

もっとも、一部(部分)前置胎盤と辺縁前置胎盤には大きな違いはなく、臨床的には同じものとみなされています。

また、子宮口を覆っていないものの、胎盤が子宮口に近いところに付着しているケースを「低置胎盤」と呼んでいます。

前置胎盤の原因は何ですか。

東條 原因は不明です。ただ子宮筋腫や子宮内膜炎、子宮内感染症などの疾病や子宮奇形などがあると、前置胎盤が起きやすいと言われています。

また初産婦よりも、出産の経験がある経産婦に多く見られ、人工妊娠中絶や帝王切開の経験がある場合も、起きやすいようです。ほか

に喫煙や高齢妊娠も、前置胎盤のリスク要因の一つと見られています。

前置胎盤の症状はどのようなものですか。

東條 ある日、突然に性器出血を起こします。初めは少量の出血のことが多いのですが、時には大量に出血して、強度の貧血やショック症状を起こすこともあります。

前兆や痛みはないのですか。

東條 ありません。性器からの出血は無痛性で、事前

胎盤の状況により

3種類に分類

紀子さまのご出産で、前置胎盤への関心が高まって

安全なお産のための 指針

妊娠初期

出血しやすい時期です。労働通勤等、無理しないこと。胎児がタバコやアルコール、薬物の影響を受けやすい時でもあります。つわりで繰り返して吐くような時は主治医に相談して下さい。

妊娠中期

安定期に入ると急に食欲が出てきます。ですが体重の増えすぎにはくれぐれも注意して下さい。1週間に500g以上の増加にならぬ様に。適度なスポーツを心がけましょう。

妊娠後期

胎児に栄養や酸素をとられるので、体内の血液量が増え、鉄分不足から貧血になりやすい時期です。たんぱく質、鉄分の多い食品を摂るように。ビタミンCの補給も大切です。晩期妊娠中毒症にならぬよう塩分は控えめにむくみに注意してください。

妊娠全期を通じて

規則正しい生活を送り、十分な睡眠と休息を心がけましょう。定期的な診察、検査をきちんと受け、自分の血液の状態、胎児、胎盤の異常を主治医にチェックしてもらいましょう。母親教室等に出席してお産の進行と呼吸法を良く勉強して理解して下さい。その上で分娩第1期の呼吸法、分娩第2期のいきみ方などドクターや助産師の指導に従って下さい。

のシグナルも、痛みも全くない。それだけに異常に気づかないことが多く、厄介なのです。

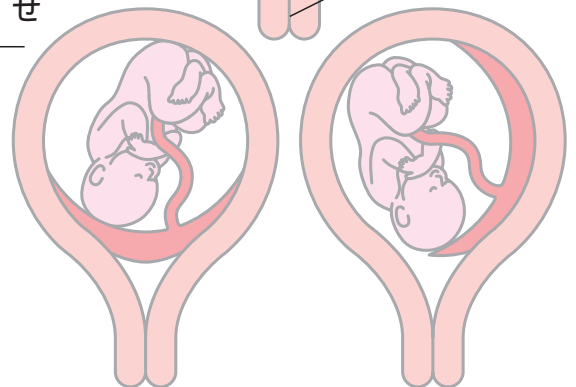
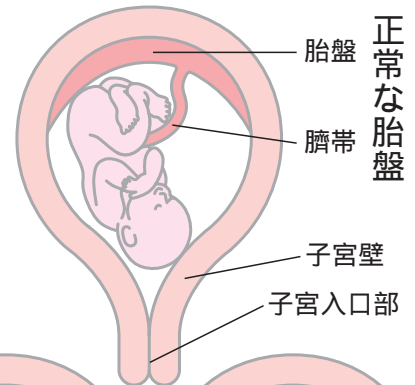
診断には 超音波検査が有効

それは大変ですね。ところで、前置胎盤か否かの診断は容易なのですか。

東條 今は超音波検査で、かなり正確に診断がつかます。従って、かかりつけの産婦人科で定期的に診断を受けていれば、まず前置胎

盤を見逃すことはありません。そして前置胎盤と診断されたら、何よりも安静を心がけ、必要があればすぐに入院した方がよいでしょう。いずれにしても、医師の指示に従って下さい。

東條 ええ、その通りです。原因が不明ですから、予防法もないわけですよ。



全前置胎盤

辺縁前置胎盤

従って、まず赤ちゃんを産みたいと思ったら、前述の前置胎盤のリスク要因を早めに取り除いておくこと。そして妊娠後は、定期的な診断を怠らず、万一異常が見つかった場合は、入院など迅速な処置をとることが大切です。

怖い常位胎盤の 早期剥離、 痛みを伴い大量出血

常位胎盤の早期剥離も、怖い疾患だそうですね。

東條 これは妊娠後期に起きることが多く、妊娠後半期に突然、下腹痛とともに大量の性器出血をします。痛みは陣痛のように合間をおかない持続的な痛みで始まり、次第に時間と共に重症化して激痛となります。子宮も板のようにコチコチの硬さになり、多くは胎児の動きを感じなくなります。ただ、事前の診断は極めて困難です。従って、上記のような症状があったら、すぐに産婦人科を受診して、早めの処置を取って下さい。手遅れになると、母子とも大変危険です。

動き出した「医療制度改革」

10月から患者負担が増大(現役並み所得者) 70歳以上の高齢者、自己負担が3割にアップ

先の通常国会で医療制度改革関連法案が成立したのを受け、この10月から現役並みの所得がある70歳以上の高齢者の医療費自己負担額が3割にアップするなど、医療制度改革が動き出しました。

ただ、今回の改革は総医療費の抑制を大前提としているために、患者負担が増大するなど問題点も多く含んでいます。そこで、横浜市医師会の玉城嘉和常任理事(広報担当)に、改革の主な内容や問題点について聞きました。



横浜市医師会
玉城 嘉和 常任理事

今回の医療制度改革では、高齢者の医療費負担が重くなりました。何が、どう変わったのですか。

玉城 まず10月から、現役並みの所得がある70歳以上の高齢者が医療機関の窓口で支払う医療費が、これまでの2割から3割にアップしました。

ちなみに現役並み所得とは、夫婦二人世帯で年収が520万円以上、単身者で383万円以上です。これだけの年収があると、70歳以上の高齢者でも、医療費の3割を自己負担しなければなりません。70歳以上の高齢者の自己

負担は、7月まで一律1割でしたが、現役並みの所得がある人に限って、8月から2割に引き上げられ、さらに今回の3割負担です。わずか3カ月の短期間のうちに、窓口での支払い額が3倍に増えたわけで、対象の高齢者にとっては相当の負担増でしょう。

また、再来年の4月から年収が520万円未満の高齢者(70~74歳)でも、医療費の自己負担が現行の1割から2割にアップする予定です。

療養病床に入院している高齢患者の自己負担もアップしたそうですね。

玉城 慢性病などで医療型の療養病床に入院している70歳以上の患者さんの場合、10月から新たに食費や居住費が自己負担になりました。突然の、しかも大幅な負担増です。

以上の点で、医療費の重圧から、やむなく受診を抑制したり、治療を中断せざるを得なくなるケースが今後、増えるのではないかと、私たちも危惧しています。

ほかには、どのような点が変わりましたか。

玉城 医療費が一定の限度

問題多い改革、 国民皆保険制度を守ることが大切

今回の医療制度改革について、医師会としてはどのような見解をお持ちですか。

玉城 総医療費の抑制・圧縮を大前提としており、問題点が少なくないと感じています。過度の医療費の抑制は、直接的には患者さんの負担増として八ネ返り、国民の暮らしに大きな影響を及ぼします。

特に、年金だけが頼りの高齢者の場合、医療費の自己負担額が増大すると、病気にあっても診療を回避し

額以上になると、それを超えた分の医療費が患者さんに払い戻される「高額療養費制度」がありますが、この限度額が全世代で引き上げられました。

また、平成20年4月から75歳以上の高齢者を対象とした年金天引き独立型の後期高齢者医療保険制度が新設されます。

たり、また満足な医療を受けられないことも予想されます。

つまり、所得の差による「医療格差」が生じる恐れがあり、どこでも、誰でも、安い費用で同じ医療を受けられる現在の「国民皆保険制度」を根底から揺るがしかねません。

日本が世界に誇る国民皆保険制度は、絶対に守らなければいけません。そのため、私たち医師会は、より良い医療制度の確立をめざして、市民のみなさんのご理解を得ながら、共に歩んでいきたいと考えています。

写真が大好きで、 この道へ 大変だが、 やり甲斐のある仕事

横浜労災病院・診療放射線技師
安部真さん

午前8時15分、横浜労災病院。診療放射線技師の安部さんの一日は、朝のミーティングから始まります。打ち合わせが済むと、直ちに撮影室へ。予約の外来患者さんの胸部X線撮影など、担当の仕事を次々とこなしていきます。「うちの病院は救急外来があり、手術室にも予約検査以外で呼ばれることがしばしば。当直もあり、大変な仕事ですが、とてもやり甲斐があります」。そう言いながら、安部さんは毎日、頑張っています。



診療放射線技師は、放射線の取り扱いのエキスパートで、患者のX線撮影などを行う医療技術職です。その仕事は、血管造影検査やCTスキャン、MRIなど大変に幅広く、医療機器が高度に発達した現代医療の

世界では、なくてはならない存在です。

この資格を得るには、まず国が定めた専門学校や大学などで、診療放射線学に関する学科を3年以上履修し、さらに国家試験に合格しなければなりません。

安部さんは大学での勉学のかたわら、専門学校に3年間通い、診療放射線学を学びました。そして晴れて国家試験に合格。医療機関などに勤めた後、平成3年、横浜労災病院のオープンと同時に、診療放射線技師として着任しました。

診療放射線技師は毎日、医療放射線を扱うため、その被ばくから患者さんや技師本人を守ることも大切な仕事です。その点について「うちの病院は昨年、日本放射線技師会から『医療被ばく低減施設第1号』の認定を受け、安全管理には十分な注意を払っています」と強調する安部さん。

現在は主任の一人として、後輩たちの指導に当たりながら、日進月歩の医療機器を前に、診療放射線技師としてのスキルアップにも努めています。

ウソ?ホント

ブルーベリーは目にいい?

「目にいい」食品としてよく耳にするブルーベリーですが、食用として売られているのはツツジ科スノキ属に属する数種の果実で、それらを総称してブルーベリーと呼んでいます。一方、サプリメント等に使用されているのは野生種のビルベリーで、私たちが果物として知っているブルーベリーとは別種です。ブルーベリーもビルベリーもアントシアニンという物質を多く含むことから、目にいいと言われているようです。

私たちの目が見えるのには、眼球の最も内側にある網膜にある視細胞が光の刺激に対して反応することが必要です。その際に生じるのがロド



プシンという物質です。アントシアニンはこのロドプシンの再合成を促進する作用があると言われています。ブルーベリーの効用を伝えるエピソ

ードとして、英国空軍のパイロットが夜間飛行の前にブルーベリー・ジャムを食べたところ目標がよく見えたという話がありますが、これもロドプシンの再合成促進の結果と云いたいようです。

しかし、国立健康・栄養研究所 (<http://hfnet.nih.go.jp/>) の『「健康食品」の安全性・有効性情報』によると、夜間の視力が向上したと実証する試験結果はないそうです。また、ビルベリーで糖尿病や高血圧による網膜病変の改善が認められたこと以外には、目に対する有効性は科学的に確認されていないとのこと。果物のひとつとして食べるのは構いませんが、ことさらに目的を持って摂るべきものではないようです。

脳梗塞から生還、小説の執筆に意欲



闘病記を出版した
二宮 繁康 さん
(65歳・瀬谷区)

還暦を前に、病に倒れる

私は大学を卒業後、外資系の企業に勤め、順風満帆のサラリーマン生活を送っていました。50歳を過ぎて、自立。自ら会社を興して、新しい人生のスタートを切りました。

ところが、還暦が近づいた7年前の秋、突然、脳梗塞に襲われました。人生は暗転。新規事業に取り組んでいた時だけに、目の前が真っ暗になったものです。



今、思えば始まりは頭痛でした。鈍痛で頭が重く、大事な商談にも身が入りません。やがて言葉がもつれ、ろれつが回らなくなりました。

驚いた妻の勧めで、近くの病院へ。脳梗塞と診断され、すぐ入院しましたが、間もなく右半身が全く動かなくなりました。

辛いリハビリ、苦闘の日々

さあ、それからが大変。治療のかたわら、麻痺した右手足の機能を取り戻すため、懸命のリハビリが始まりました。あまりの辛さに、何度もくじけそうになりましたが、「病気に負けてたまるか」と必死で耐え抜きました。

そして、4カ月後にやっと退院。しかし、リハビリに休日はありません。手足はもちろん、言語障害を一瞬も早く克服したい一心から、本の朗読や腹式呼吸による発声練習など、自宅でも一生懸命、機能回復訓練に励みました。その甲斐あって、言葉の方はかなり回復しましたが、

手足の機能はまだまだ。早期の回復を念じながら、今もリハビリの毎日です。

いつかは芥川・直木賞を

突然の脳梗塞で、私の後半人生は大きく様変わりしました。不自由な体では、以前のようにバリバリ働くことは出来ません。これからはどう生きるべきか。不安の中にいた私に、希望の光を与えてくれたのが本の執筆でした。

退院後、友人の勧めで書いた闘病記が編集者の目に止まり、「生命あるままに『脳梗塞からの生還』という題名で刊行され、これに勇気づけられて執筆した短編小説も、コスモス文学の会新人賞に入選しました。

実は、若い頃にプロ歌手をめざして勉強したことはありますが、



小説の執筆は生まれて初めて。病気のお陰で、自分の中意外な才能に気づき、今は小説を書くことが生き甲斐になっています。そして、いつかは芥川賞か直木賞を。そんな大きな夢も持っています。

脳梗塞から生還して、つくづく思うのは健康のありがたさです。病に倒れる前の私は、偏食(肉好き・野菜嫌い)、飲酒、ストレスと不摂生の塊のうえ、医者が大嫌いでした。今は大いに反省し、健康生活を心がけています。

街で聞いた7歳くらいの子と母との会話『おば様のお料理がおいしくなくても、まずいとは言わないで、おなかいっぱいというのね』ほほえましいとともに、すばらしい教育であると感じた。きっとその子は心配りの良い女性になるだろうし、いい医者になるかもしれない。しかし、お世辞でほめたおば様の料理がまずいままでも誰も困らないが、病気のことを婉曲に説明していたら一言で言うより何倍も時間はかかるし、一番大事な病気の説明を理解してもらえなくて後悔したことを、私に限らず多くの医者は経験している。とはいってもいきなりずばずば言うわけにもいかない。患者の状況によってうまく使い分けられたらいい医者になれるだろう。

(井筒 三郎)

こんな時どうする

PSAが高いって 言われたら

公平泌尿器科医院 公平 昭男 先生

PSAってなんでしょ？



最近、前立腺癌の診断にPSAが有用であると聞いたことはありませんか。いったいPSAってなんでしょ？ 男性の膀胱の出口にあつて尿道を取り囲むように位置している臓器を前立腺といいますが、PSAは、この前立腺から分泌される酵素の一種で日本語では前立腺特異抗原(以下PSA)と呼ばれています。

約15年前からPSAが前立腺癌において高率に上昇することがわかったため、多くの検討がなされ、癌の進行に応じてPSAの値が上昇傾向を示すこと、そして癌の治療に際しても、その効果が評価できることがわかっていきます。前立腺癌の早期発見と治療においては、欠くことのできない存在で、横浜市の老人基本診査においても希望する方には測定ができるようになってい

必ずしも癌ではない

しかしPSAは、前立腺特異抗原であつて、前立腺がん特異抗原ではありません。PSAは、前立腺癌のほか、50歳ごろから増大して排尿に障害を及ぼす前立腺肥大症のうち比較的容量の大きい症例の一部、前立腺肥大症によつて突然尿が出なくなった状態(尿閉といいます)、あるいは細菌感染によつて高熱、排尿障害を生ずる急性前立腺炎、これらの場合にも高率に上昇することがわかってきました。したがって、もしPSAが高値であつた場合でも、を考慮してその後の対応を必要とします。およびの場合にはその治療によつて正常値に

なれば癌は否定されます。前立腺癌では高率にPSAが4.0ng/ml以上に上昇しますが、一方4.0ng/mlを超えたらすべてが癌というわけでもありません。

確定には
組織診断(針生検)を

癌があるか否かを決定するためには麻酔のもとに前立腺から組織を一部採取(針生検)し、それについての詳しい組織診断が必要です。しかし、すべての人がすぐ生検を必要とするわけではありません。年齢、前立腺の大きさや硬さ、PSAの変動などにより生検の適応とその時期を決めることになります。これについては泌尿器科専門医に相談されることをおすすめいたします。

訪問看護ステーション 看護師の募集

横浜市内19カ所にある各区医師会立のステーションで、訪問看護に従事して下さる看護師(常勤・非常勤)を募集しております。詳細は次の連絡先へお問い合わせ下さい。

【お問い合わせ先】

横浜市医師会事業三課 ☎045・201・7366

tvkテレビメディカルチェック 「みんなの健康」

11・12月の放送予定

11月	17日	睡眠時無呼吸症候群(2)
	24日	早期胃がんに対する内視鏡的治療(1)
12月	1日	早期胃がんに対する内視鏡的治療(2)
	8日	小児救急のかしこいかかり方(1)
	15日	小児救急のかしこいかかり方(2)
	22日	年末年始の救急
	29日	お休み



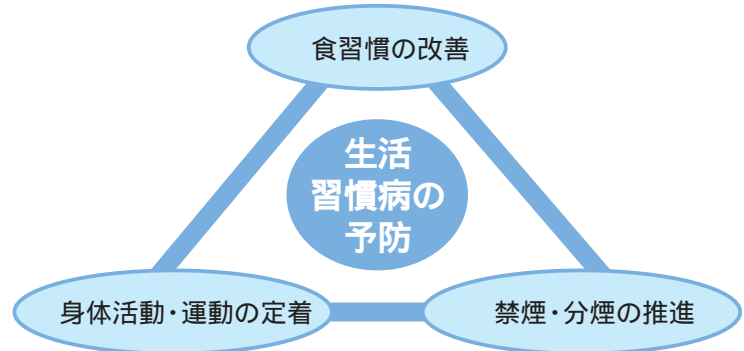
毎週金曜日午後1時19分より
(生放送のため、多少前後のずれがあります。ご了承下さい。)

「健康横浜21」の修正計画について

「健康横浜21」は、健康増進法に基づく「市町村健康増進計画」として位置づけられている市民の健康づくりの計画です。(計画期間:平成13年度~平成22年度)

このたび、計画の見直し・修正を行い、今後5年間(平成22年度まで)に重点的に取り組むテーマを、「生活習慣病予防の推進」とし、重点取組分野として3つの分野(食習慣の改善、身体活動・運動の定着、禁煙・分煙の推進)を設定しました。

健康に関心のある人にもない人にも「予防」の重要性や効果を認識してもらい、健康づくりに取り組んでいきます。



重点取組分野(~)については、それぞれ指標(目標)を設定しています。
具体的な内容・数値については、次号「1・2月号」に掲載します。

お問い合わせ先.....健康福祉局保健政策課 ☎045・671・2454

休日・夜間に急病になった場合は

休日の昼間はこちらへ

内科・小児科 診療時間：午前9時～12時 午後1時～4時

青葉区休日急患診療所 ☎(045)973-2707
緑区休日急患診療所 ☎(045)937-2300

内科・小児科・歯科 診療時間：午前10時～午後4時

金沢区三師会立休日救急診療所 ☎(045)782-8785
戸塚区休日急患診療所 ☎(045)852-6221

内科・小児科 診療時間：午前10時～午後4時

横浜市旭区休日急患診療所 ☎(045)363-2020	横浜市瀬谷区休日急患診療所 ☎(045)302-5115
泉区休日急患診療所 ☎(045)801-2280	都筑区休日急患診療所 ☎(045)911-0088
横浜市磯子区休日急患診療所 ☎(045)753-6011	鶴見区休日急患診療所 ☎(045)503-3851
神奈川区休日急患診療所 ☎(045)317-5474	中区休日急患診療所 ☎(045)622-6372
横浜市港南区休日急患診療所 ☎(045)842-8806	西区休日急患診療所 ☎(045)322-5715
港北区休日急患診療所 ☎(045)433-2311	保土ヶ谷区休日急患診療所 ☎(045)335-5975
栄区医師会休日急患診療所 ☎(045)893-2999	南区休日急患診療所 ☎(045)731-2416

毎日の夜間はこちらへ

横浜市北部夜間急病センター ☎(045)911-0088
都筑区休日急患診療所1階 内科・小児科：午後8時～午前0時
横浜市南西部夜間急病センター ☎(045)806-0921
泉区休日急患診療所 内科・小児科：午後8時～午前0時

神奈川県医師会中毒情報相談室【24時間対応】
☎(045)262-4199

横浜市歯科保健医療センター
休日・夜間救急歯科診療 ☎(045)201-7737
休日診療：午前10時～午後4時 夜間診療：午後7時～11時

午前0時以降の 内科・小児科の初期 救急診療に対応する 「拠点病院」

横浜市立市民病院	保土ヶ谷区岡沢町56	☎(045)331-1961
横浜市立みなと赤十字病院	中区新山下3-12-1	☎(045)628-6100
横浜労災病院	港北区小机町3211	☎(045)474-8111
済生会横浜市南部病院	港南区港南台3-2-10	☎(045)832-1111
昭和大学横浜市北部病院	都筑区茅ヶ崎中央35-1	☎(045)949-7000
国立病院機構横浜医療センター	戸塚区原宿3-60-2	☎(045)851-2621

横浜市夜間急病センター ☎(045)212-3535 内科・小児科：午後6時～午前0時 眼科・耳鼻咽喉科：午後8時～午前0時
横浜市救急医療情報センター【24時間対応】☎(045)201-1199