

【良性腫瘍…線維腺腫】

もう一つ、良性のしこりとしてよくみられるものが「線維腺腫」です。線維腺腫は乳腺にできる良性の腫瘍です。かたくて丸いしこりで、弾力があり、触るとよく動くのが特徴です。エコーでみると形はのう胞と同じく円形または楕円形ですが、中はのう胞と比べると、やや白っぽい黒色に映ります。(写真2)

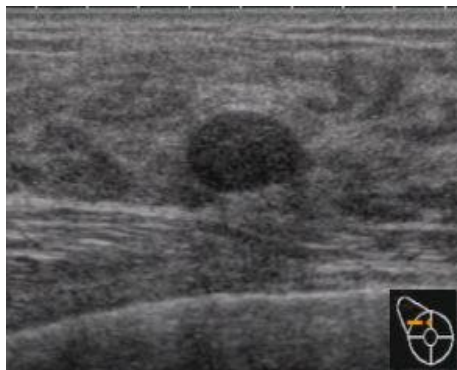


写真2

【悪性腫瘍…がん】

悪性のしこり、つまりは「乳がん」です。乳がんは文字通り乳腺にできるがんのことで、触ったときに石のようにかたく動かないのが特徴です。乳がんにも様々な種類があり、エコーでの映り方も多様ですが、

良性のしこりと比べると、エコーではまわりがでこぼことしたいびつな形をしていて縁が不鮮明であり、中は白い部分と黒い部分が混ざっているように映ります。(写真3)



写真3

⑤ 「男性」は乳がんにならない？

そんなことはありません。男性は女性のように乳房があるわけではないので、乳がんにはならない、と誤解されることが多いようですが、男性の胸にも少量ですが乳腺は存在するため、乳がんになる可能性はあります。女性と比べるとごくわずかではありますが、乳がん患者全体の約0.8%が男性です。

★乳房にしこりを感じる、皮膚にひきつれがある、乳頭から分泌物が出ていいるなど、少しでも胸に違和感を覚えたなら、一度乳腺外来を受診してみてください。当院の乳腺外来は医師、乳腺エコーやマンモグラフィを行う技師、すべて女性が担当しています。

地域医療公開講座のご案内

乳腺エコーについてもっと詳しく知りたい方は今月十一月二十七日火曜日に開催する地域医療公開講座に是非ご参加下さい。

お申し込みは、1階受付窓口または、お電話でご予約を承ります。**先着20名です。**皆様のお申し込みお待ちしております。

☎ 03 (3721) 7121 (代表)

◎受付時間…平日 9時～16時30分
土曜日 9時～12時

Toda Medical Group
TMG

第66回 田園調布中央病院 地域医療公開講座
受けてみませんか？ エコー検査

2018年11月27日(火) 参加費無料 定員20名
10:00～11:00

講師
田園調布中央病院
臨床検査技師
新田 菜月

会場
野村證券
田園調布支店 ラウンジ
〒145-9071
東京都大田区田園調布2-62-3 TEL 03-5483-2011 (代表)

※「サンジェルマン タンドレス田園調布店」さんの隣に
田園調布支店直連のエレベーターがございますのでご利用ください。

お申し込み・お問い合わせ
☎ 03-3721-7121 (代表)
田園調布中央病院 担当：総務課 中井
電話受付時間：平日 9:00～16:30 土曜日 9:00～12:00

※当日撮影した写真は、当施設ホームページを通じて掲載しますのであらかじめご了承ください

忘れていませんか？ 乳腺エコー

「乳腺エコーでしか映し出せないものもある？」

近年、テレビや新聞など多くのメディアに取り上げられることが多くなった乳がん。一般的に検診で行われる「マンモグラフィ」の他に「乳腺エコー」という検査があることをご存知でしょうか。

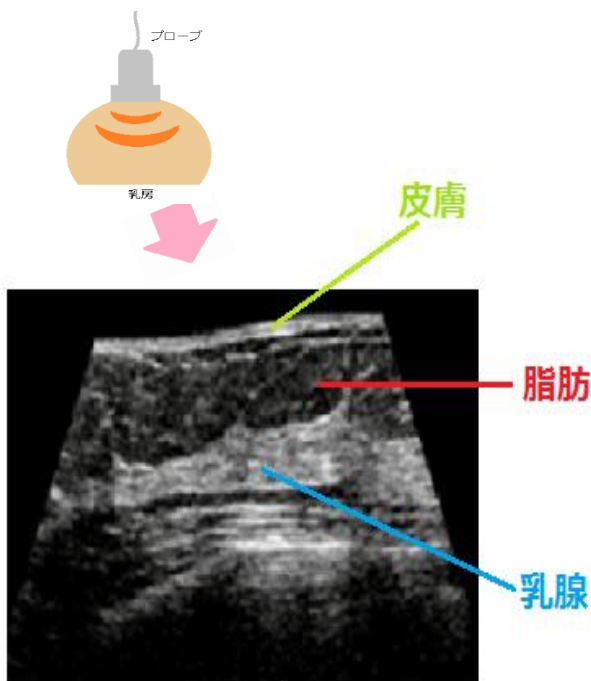


① 乳腺エコーとは？

乳腺エコーは超音波を出す「プローブ」と呼ばれるセンサーを乳房にあて、はねかえってくる音波を画像化して、乳房内部の様子を映し出す検査です。プローブを押し当てている場所がリアルタイムで映像のように映し出され、その中に異常がないかをみています。

② 乳腺エコーでみることのできる乳腺

乳房にプローブをあてると、プローブから出ている目には見ることでできない超音波が乳腺や脂肪などに当たり、左の画像のように映し出されます。この画像の上の方がプローブと接している皮膚側、そして下の方が乳腺のさらに奥にある肋骨側になります。ちょうどプローブをあてた部分をプローブから真下に向かって切り取ったものの断面を見ているような状態です。乳房の脂肪や乳腺には個人差があるため写り方は様々ですが、厚さに多少違いはあっても一般的に画像のよくな見え方をします。



③ 乳腺エコーでは何がわかるのか？

乳腺エコーでは乳腺にしこりがないかどうか、もし、しこりがあった場合には、映し出した画像から、それが良性のものなのか悪性のものなのか、おおよその診断をつけることができます。しこりはわずか数ミリのものから、映し出すことが可能です。

④ 乳腺エコーでみつけれられるもの

「良性腫瘍…のう胞」

良性のしこりとしてよくみられるものの一つに「のう胞」があります。のう胞とは乳管の中に水のような分泌物がたまって、袋のような状態になったものことです。エコーでは円形、または楕円形で、中は真っ黒に映ります。(写真1)

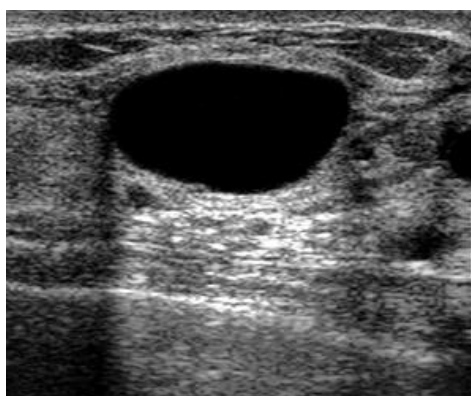


写真1

あおぞら



◎特集1

忘れていませんか？乳腺エコー

～乳腺エコーでしか映し出せないものもある？～

◎特集2

非常用の飲み水について

～災害時に備えて～

特集②

非常用の飲み水について ～災害時に備えて～



今年、ニュースでよく耳にした台風、地震、豪雨、水害。例年にも増して災害への備えを考えさせられるものでした。もしも明日、災害が発生し、自宅が断水してしまったらどうしますか？このような時、飲み水の確保がとても重要になります。今回は、非常用の飲み水を確保する方法を二つご紹介します。

◇**備蓄水を自宅に用意してみよう**

非常用の飲み水は常時、自宅に備蓄水として備えておくことが大切です。

備蓄水の必要量は**成人一人一日三リットル**×**三日分**が目安です。余裕をもつて一週間分ほど用意しておくことが安心です。自宅にたくさん**備蓄水**を置くことは大変ですが、玄関や台所などのスペースを上手に利用して確保しましょう。

また、備蓄水を管理するときに便利な方法としてローリングストック法があります。これは、ストックしている水を日常生活の中で消費し、使用した分だけ新しいものを買って足していく方法です。賞味期限を切らさずに備蓄することが出来ます。

◇**簡易濾過装置と熱源を使い**

水を作ってみよう

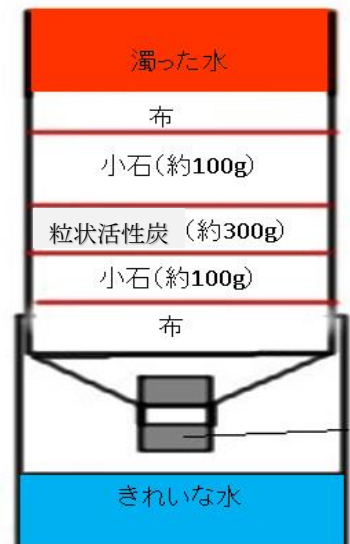
もしも、備蓄水を使い切ってしまった時は、自宅にあるもので簡易濾過装置を作り、飲み水を作ることが出来ます(下図参照)。

〈作り方〉

- ① ペットボトルの底部をカッターで切り取り、きりを使ってペットボトルのキャップに五か所ほど穴をあけます。
- ② キャップにガーゼを詰め、キャップを下にして布、小石、粒状活性炭、小石、布の順番で詰めていきます。
- ③ 水(雨水やお風呂の残り水)を静かに入れます。しばらくすると、キャップから濾過された水が少しずつ出てきます。
- ④ この後、濾過した水を鍋に集め、十～十五分間煮沸殺菌します。

※簡易濾過装置だけでは、水に溶けている細菌を除去することはできません！

- ⑤ 非常用の飲み水の完成です。



この方法は、家庭の水道水に近い水を作ることが出来ますが、あくまでも非常用の飲み水であるため、常時、備蓄水を確保しておくことが肝心です。

この機会に、家庭での備蓄水について再確認してみたいかがでしょうか？



発行 田園調布中央病院 広報委員会
編集 施設課 高橋 喜栄

栄養科 三浦 杏奈