

健康を大切に。環境を大切に。

中部公衆だより

No.

2
2013.5



Photo:猿庫の泉



一般財団法人
中部公衆医学研究所

講演会が開催されました

本年3月7日に、シルクホテル様に於いて当研究所主催の講演会が開催され、飯田・下伊那周辺の事業所の労働衛生担当者様43名の方々にご聴講頂きました。

今回の講演内容は、岐阜大学名誉教授であり、当研究所で健診医として活躍して頂いております牧野茂徳医師の講演、そして日々皆様の事業所に保健指導に伺っております松下保健師による講演でした。

まずは松下保健師による講演。『定期健康診断結果に元づく管理 背景と現状』と『メンタルヘルスケア 法改正に向けて』との2題で行われ、前半では定期健康診断に関して法的なものも含めた背景や実施状況の説明、健診結果を元にした事業主の労働者への干渉の必要性等が提示されました。そして後半では、今後法令による義務化が噂されているメンタルヘルスケアに関して、その必要性や実施方法、そしてこの課題に対して取り組むスタッフ等の体制作りの手法が話されました。

続いて牧野茂徳医師により『労働衛生管理の実務』について講演頂き、平成25年1月より施行された特定化学物質障害予防規則の改正により新たに管理が必要となった、インジウム・コバルト・エチルベンゼンの健康診断を始めとした管理方法の説明及び注意点の他、女性の就業規制に関する法改正や、昨今話題になっている印刷事業場で発生した胆管がんの話題にも触れて頂きました。

また、講演終了後には短時間ながら講師と

の質疑応答が行われ、衛生管理の現場で日々発生している問題点が活発に質問され、両講師に対応して頂きました。

当日の講演終了後にはアンケートを回収させて頂き、聴講された方々のお声を聞かせて頂きましたが、タイムリーな話題を分かり易い形で受講できたと好評で、取り挙げた話題の量も適当であったとのことでした。そこには、今後とりあげて欲しい内容も多く挙げられておりましたので、是非次回の講演会に反映させたいと思っております。

最後に、今回の講演会にご参加頂き、会を盛り上げて下さった受講者の皆様、分かり易い資料でご講演頂いた講師の方々、会場をお貸し頂き種々の無理も聞いてご対応頂いたシルクホテル様、大変お世話になりました。次回も来年3月頃の開催を予定しておりますので、今回ご出席頂けなかった方は勿論、今回の講演会を聴講頂けた方も衛生管理の現場の更なる充実に向けて是非ご出席下さい。



胃がんリスク検査とは…

胃がんの
なりやすさ

血液検査で手軽にできます！

当研究所で検査を始めました！

が分かります！

最近の研究で胃がんの発生にはピロリ菌
が関係していることがわかつてきました。

胃がんとピロリ菌の関係は？

(参考・引用資料:今日の健康2011.1)

ピロリ菌
感染

慢性表層性
胃炎

萎縮性胃炎

胃がん

感染後数日から
数週間で100%発症

80～90%の人が移行

0.5～2%の人が移行

▶ピロリ菌に感染すると、ピロリ菌の出す毒素が胃の粘膜を刺激し、胃粘膜の表面に炎症が起きる。

感染が続くと胃の粘膜そのものが萎縮し、萎縮が進むほど胃がんが発生しやすい。

検査方法:血液検査

「ピロリ菌感染の有無」(⇒ヘリコバクター・ピロリ抗体検査^{*1})と「萎縮性胃炎の程度」(⇒ペプシノゲン検査^{*2})の2つの血液検査結果から、胃がんになりやすい状態かどうかを評価します。

がんそのものを見つける検査ではありません。

*1ヘリコバクター・ピロリ抗体検査

ヘリコバクター・ピロリ菌に感染すると体内にピロリ菌に対する抗体ができる。この抗体の有無を調べることで、ピロリ菌に感染しているか分かる。

*2ペプシノゲン検査

ペプシノゲンの血中濃度を測定する検査。これは胃の細胞から分泌される消化酵素ペプシンのもととなる物質であり、この結果から胃の粘膜が萎縮しているか推測でき、萎縮が進むほど胃がんになる確率が高い。

検査結果とその後の対応方法

胃がん 発生リスク ↓ 低 高	ピロリ菌	ペプシノゲン	胃の健康度	対応方法	
				ピロリ菌除菌	今後の検査
A群	-	-	ピロリ菌の感染はなく、健康的な胃粘膜で、胃がんになる危険は極めて低い	不要	5年に1回 胃がんリスク検査
B群	+	-	ピロリ菌に感染しており、ピロリ菌由来の胃がんにかかる危険性がある	必要	2～3年に1回 胃カメラ検査
C群	+(−) (+)	+(+)	胃粘膜の萎縮が進んでいる状態で、胃がんにかかりやすい状態	必要	1年に1回 胃カメラ検査

※除菌については消化器内科医にご相談ください。

Q & A

Q1 胃がんリスク検査ってどんな検査？

検査方法	分かること	メリット	デメリット	精密検査
血液検査	どのくらい 「胃がんになりや すいか」のリスクが 分かる	食事の影響はほとんど受けないので 隨時検査が可能 妊娠の可能性のある人でも検査が可能 バリウムが飲めない人でも検査が可能	直接がんの有無を 判断できない	胃カメラ

Q2 検査ができない人はいるの？

以下の条件に当てはまる人は正しい検査結果が得られない、治療が優先されるなどの理由からこの検査は適していません。胃の検査方法は主治医にご相談ください。

- ・上部消化管疾患(食道、胃、十二指腸疾患など)で治療中の方
- ・胃酸分泌抑制薬(プロトンポンプ阻害薬)服用中、もしくは2ヶ月以内に服用していた方
- ・胃切除後の方　・腎不全の方　・ヘリコバクター・ピロリ菌の除菌療法を受けた方

金額・詳細については
お問合せください

胃X線(胃バリウム)検査の上手な受け方

日本における胃がんの罹患率は未だに高いですが、死亡率は減少傾向にあります。これは、医療技術の進歩により、胃がんを早期発見、早期治療できているためです。内視鏡検査の普及が大きな要因とは思いますですが、バリウム検査も昔と比べて大きく変わり早期発見に一役かっています。具体的には、昔に比べてバリウムの濃度が濃くなり、飲む量が減りました。これにより胃の粘膜面をより

良く映し出すことができるようになったからです。

このように、胃がんは早期でもバリウム検査で十分に見つけることができるようになりました。しかし、これは検査が上手に行えた場合です。検査を上手に行うには検査する担当技師の技量も必要ですが、それ以上に検査を受診する方の協力が必要不可欠です。

1

食事制限は しっかりと守る!

前日は21時以降の食事制限があります。

これは検査当日の胃の中を空っぽにするためです。胃の中に食物が残っている場合、それがバリウムと混じり病気のように写ってしまったり、本当にある病気(早期の胃がんなど)を隠してしまうことがあるからです。検査当日に食事をしてしまったら検査は控えて下さい。

また、検査当日は水分制限がありますが、夏場は脱水の危険もありますので少量なら飲んでいただいて結構です。

2

バリウムを ムセないように飲む

バリウムを飲む時にムセてしまい、大量に気管にバリウムが流入すると、肺炎をひきおこしたり、つまってしまう恐れがあります。飲む際には、普段以上に気をつけながら慌てずに飲んでください。

普段からムセやすいかた、1回以上バリウム検査でムセた経験がある方は内視鏡検査をお勧めします。



3

検査中はゲップを 我慢する!!

(最も苦痛ですが一番大事なことです!)

検査前に発泡剤を飲んでいただきます。これは、胃の中で発泡し胃を膨らませる薬です。胃を膨らませるのでゲップは当然出やすくなります。ゲップが出てしまうと胃が縮み、胃の中を観察することができません。ゲップを我慢するということは一番の苦痛ですが、検査の良し悪しはこれ次第と言ってもいいくらい大事なことですので、できるだけゲップは我慢してください。我慢するコツとしては、ゲップがでそうになったら唾を飲み込んだり、あごを引いたりすると効果があります。検査の際には是非やってみてください。

上記のようなことに注意しながら検査を受けてみてください。健診はがんを早期発見できるチャンスと思い検査を受けてください。検査時の苦痛など、がんの告知や病気での痛みよりはずつといいと思います。

なお、バリウム検査についてわからないことがありましたら、気軽に担当職員にご相談ください。

編集
後記

1月に第1号を発刊させて頂いたばかりと思っていましたら、早くも第2号の発刊となりました。今回は、最近話題に成っている事柄とお問い合わせの多いレントゲン検査について取り上げさせて頂きましたが如何だったでしょうか。今後も皆様により良い内容を発信できればと思っております。今回も様々な皆様からご協力を頂きました。心よりお礼申し上げます。(機関紙発行委員会)

中部公衆だより
第2号

発行

一般財団法人 中部公衆医学研究所 〒395-0051 長野県飯田市高羽町6丁目2-2

電話(0265)24-1777(代表) FAX(0265)24-2330 <http://www.chubukosyu.or.jp>
健康づくり部 企画情報課:(0265)24-1505 健康相談課:(0265)24-1507 環境衛生部:(0265)24-1509