



ご自由にお取りください

大崎市民病院広報誌

つながり

tsunagari

40

2025.3
Spring

月經異常からわかる子宮の病気
男性にも知つてほしい
特集



OSAKI Citizen Hospital PR magazine "tsunagari" VOL.40

Introduction

2025.3

地域の医療機関のご紹介

当院は、皆さんにとって身近な医療機関と役割分担を図り、地域全体で切れ目のない医療を提供することを目指しています。こちらでは、当院の登録医療機関(かかりつけ医)をご紹介します。

石巻ロイヤル病院

〒987-1222

宮城県石巻市広瀬字焼巻2番地

TEL 0225-73-5888

<https://www.ishinomaki-loyal.jp>

WEBサイトは
こちら



診療内容

内科、リウマチ科、消化器内科
循環器内科、神経内科、整形外科
婦人科、外科、リハビリテーション科

受付時間

午前 8:30 ~ 11:30

午後 1:30 ~ 4:00

※診療科によって異なる場合があります。
詳細はホームページをご確認ください。

休診日

土曜、日曜、祝日



石橋院長

地域の皆さんへ

当院は、平成19年9月に旧公立深谷病院を事業継承し、訪問看護ステーションふかやと共に誕生いたしました。

開設当初は、一般病床42床でありましたが、平成26年10月に新棟完成によって、現在の許可病床は230床となりました。

なかでも、回復期リハビリテーション病棟は110床となっており、県内外から脳血管疾患や大腿骨骨折術後の紹介患者さんに対して積極的なリハビリを提供しております。

これからも地域の皆さんから信頼され、愛され、共にある“石巻ロイヤル病院”となりますよう銳意努力してまいります。

みんなのパタ崎さん

patasakisan



ついに大崎市民病院のシンボルマークが決定!!!
募集をしたら、なんと272件の応募があったパタ!
沢山の応募、本当にありがとう!!

このマークは患者さんと地域、そして大崎市民病院のイニシャル「O」に見立てているパタ。真ん中の葉っぱは、大崎市病院事業の6つの施設を表していて、色はオレンジを健康、緑は安心と信頼を意味しているよ!

みんなもこのマークを見たら、大崎市民病院のことを思い出してほしいパタ!

#大崎市民病院 #シンボルマーク

つながり

大崎市民病院広報誌「つながり」VOL.40
2025年3月発行
次回発行は2025年6月の予定です

大崎市民病院 〒989-6183 大崎市古川穂波3丁目8-1
TEL 0229-23-3311 FAX 0229-23-5380
URL <https://www.h-osaki.jp> [大崎市民病院] 検索



男性にも知つてほしい 月経異常からわかる子宮の病気

月経の辛さは人によつてさまざまですが、実は大きな病気が原因の場合も。また、子宮の病気の中には、発生確率が高いものもあります。月経が「いつもと違うな?」と感じたときは、病気のサインかもしれません。今回は、男性にも知つていただきたい女性特有の子宮の病気についてご紹介します。

月経の時は不調が普通ではあります

個人によつて差はありますが、現代の初経(初潮)の平均年齢は12歳、閉経は50歳と言われています。その期間は、平均して38年間です。

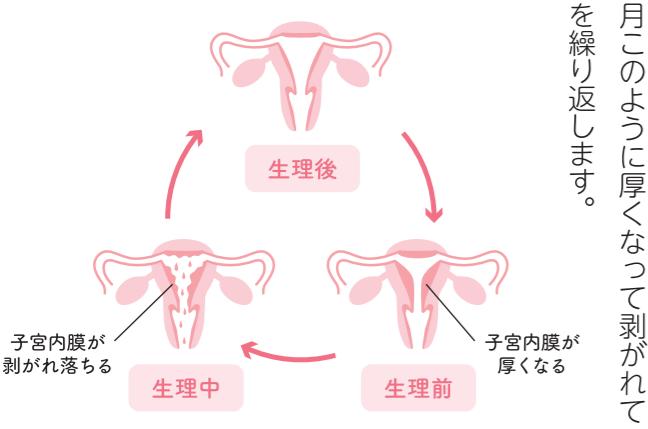
昔は初経が遅く、出産回数も多かつたため、生涯の月経回数は50～100回でした。一方、現代は初経が早くなつたり、出産回数の減少により、月経回数が450回～500回に増えています。

また、月経前や月経中に、何らかの不調を感じている人は20代で80%以上、30代で70%以上^{*1}と言われおり、多くの女性が悩んでいます。

月経時の辛い痛みや大量の出血は、病気のサインである場合があります。長い期間付き合つていくものなので、絶対に我慢せず、婦人科クリニックを受診したり、定期的に婦人科検診を受けるなど、子宮からのSOSを大切にしましょう。

*1 出典：内閣府男女共同参画局「男女の健康意識に関する調査(平成30年)」より

そもそも月経つてどういう仕組み？



正常な月経の目安は？

ひとつの日安^{*2}として、正常とされる月経の周期は25日から38日、出血期間は3日から7日と言われています。また、個人差はあります。しかし、少しずつ厚くなりふわふわのベッドのような状態になります。厚くなつた子宮内膜は、卵巢から運ばれた卵子が受精しなかつた場合、排卵後約2週間で剥がれ落ち、出血として排出されます。これが月経です。子宮内膜は受精をする・しないに関わらず、毎月このように厚くなつて剥がれて繰り返します。

受診してみてください。

また、ホルモンの異常やさまざまな病気により、月経時期以外に出血することを「不正出血」と言います。また、個人差はあります。しかし、少しずつ厚くなりふわふわのベッドのような状態になります。厚くなつた子宮内膜は、卵巢から運ばれた卵子が受精しなかつた場合、排卵後約2週間で剥がれ落ち、出血として排出されます。これが月経です。子宮内膜は受精をする・しないに関わらず、毎月このように厚くなつて剥がれて繰り返します。

アプリ等を活用して月経を記録しましょう

月経の変化は身体からの信号です。病気の発見だけでなく、女性ホルモンの変化など自身の体調を知るためにも、月経や基礎体温の記録をつけることを推奨しています。

最近は、便利なスマートフォンのアプリなどたくさん種類がありますので、ご自分のライフスタイルにあつたものを活用してみてください。

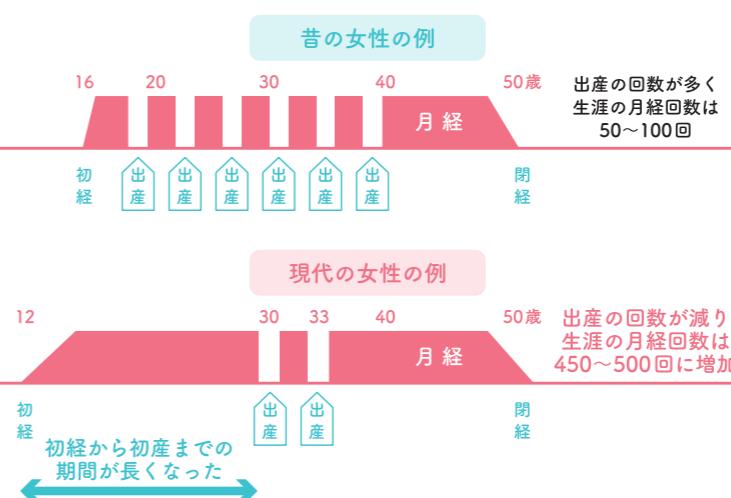


1つでも
当てはまつたら
婦人科の受診を！！

月経(出血状態)の異常	
周 期	月経不順 月経周期が不規則で次の月経の予測がつかない
	頻発月経 月経周期が24日以内
	稀発月経 月経周期が39日以上
	無月経 3ヶ月以上月経のない状態
出 血 期 間	過長月絏 1回の月経が8日以上続く
	過短月絏 1回の月経が2日以内で終わる
	過少月経 経血の量が非常に少ない
経 血 量	過多月経 経血の量が非常に多い
不正出血	月経時期以外の出血

不正出血の原因	
炎症によるもの	ホルモンの異常によるもの
良性の腫瘍	子宮腔部びらん
悪性の腫瘍	妊娠に関連するもの

生理まで
あと3日

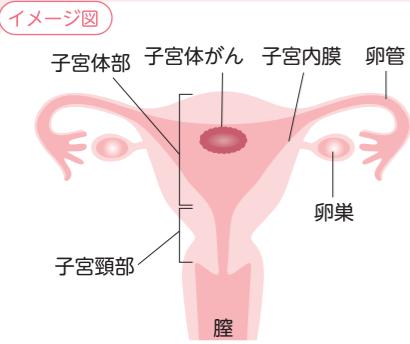


みやの きくこ
宮野 菊子
診療部第二婦人科副科長
兼周産期センター第二産科副科長

まつもと ひろき
松本 大樹
診療部第二婦人科科長
兼周産期センター第二産科科長



子宮体がん



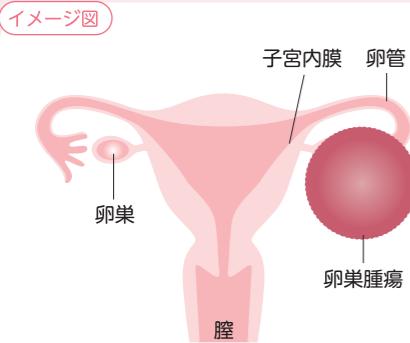
子宮上部の袋状の部分にできるがんです。最近、成人女性に発症するケースが増えています。発症にはエストロゲンという女性ホルモンが深く関わっています。自覚症状は不正出血が多く、閉経後、更年期での不正出血がある場合は注意が必要です。治療の中心は手術で、患者さんの身体的負担が少ない腹腔鏡下手術やロボット手術も保険適応となっています。

月経の不調はこんな病気の信号かもしれません

経血量が多かったり、逆に少なすぎたり、不正出血や強い痛みが続く場合は、病気が原因となっている場合があります。

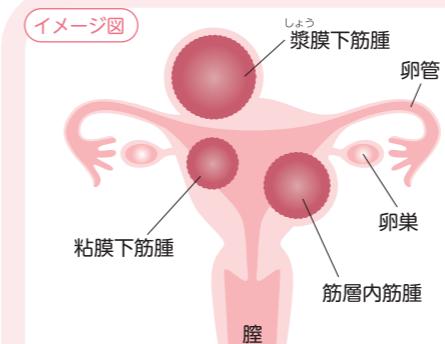


卵巣腫瘍



子宮の左右にある卵巣に発生する腫瘍で、大きいものでは30センチを超えることもあります。小さなうちは無症状ですが、大きくなるとお腹が張って苦しい、下腹部痛、頻尿などがあります。治療法としては手術が原則で、がんの場合、術後に抗がん剤による化学療法が必要となります。

子宮筋腫



小さいものを含めると、30歳以上の女性の20%に発症します。がんではありませんが、経血量が増えて、貧血になつたり、痛みなどの症状があります。また、不妊などの原因になります。小さくて、無症状の場合は治療の必要ありませんが、症状がある場合は、手術や薬による治療法があります。

上記の病気以外にも次のような不調が気になる方は婦人科クリニックを受診してみてください。

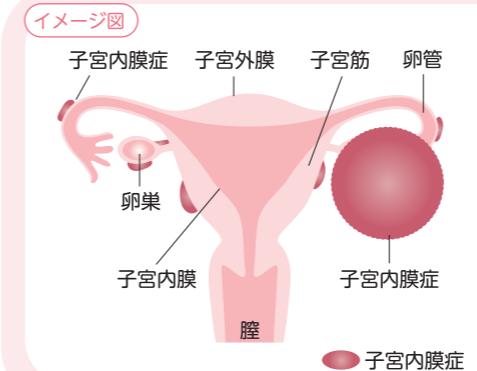
更年期障害

閉經の前後5年間を「更年期」と言い、その時期に現れる症状で病気を伴わないものを「更年期症状」、日常生活に支障をきたす状態を「更年期障害」と言います。症状としては、ほてりやのぼせのほか、めまい、動悸、胸が締め付けられるような感じ、頭痛、肩こりがあります。また精神症状として、気分の落ち込みや意欲の低下、イララなどがあります。治療法としては、生活習慣の改善や心理療法を試したあと、薬物療法を行います。

月経前症候群

月経前の3～10日間続く精神的・身体的症状のこと。月経開始とともに解消されます。女性ホルモンの変動が関わっているとされており、精神的症状としては、情緒不安定、イライラ、抑うつ、不安、眠気、集中力の低下、睡眠障害など。身体的症状としては腹痛、頭痛、腰痛、むくみ、お腹や乳房の張りなどがあります。薬による治療法のほか、自分のリズムに合わせた気分転換などのセルフケアも有効とされています。

子宮内膜症



子宮内膜やそれに似た組織が、子宮の内側以外の場所に発生する病気です。20～30代の女性に多く発症します。女性ホルモンの影響で月経周期に合わせて増殖し、月経時に血液が排出されず、周囲の組織と癒着を起こします。さまざま痛みをもたらし、不妊の原因になります。治療法は薬と手術による治療法があります。

子宮がん検査（子宮頸部細胞診）

子宮頸部の細胞を採取します。

発見できる病気

子宮頸がん、子宮筋腫など

腫瘍マーカー（CA125）

子宮や卵巣の疾患を調べる血液検査の項目です。

発見できる病気

卵巣がん、子宮内膜症

大崎市民病院
健康管理センターでも
検査が受けられます

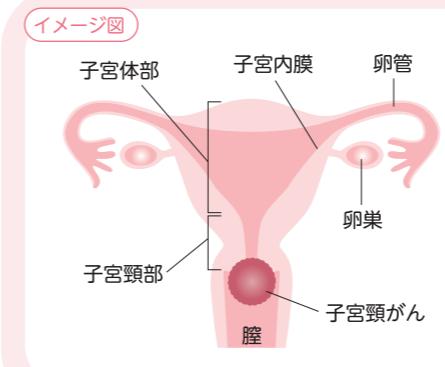
ご予約・
お問い合わせ

大崎市民病院 健康管理センター
TEL 0229-23-3471 (受付時間／平日の午前8時30分～午後4時まで)

子宮内膜やそれに似た組織が、子宮の内側以外の場所に発生する病気です。

子宮下部の管状の部分で、子宮がんの約7割を占めます。以前は40～50代でも増えていました。国内では毎年約1万人が発症しています。発症を防ぐHPVワクチンが開発されています。

子宮頸がん



子宮頸部に生じるがんでも増えています。最近は20～30代の女性が、発症が多い病気でした。約3000人が亡くなっています。発症を防ぐHPVワクチンが開発されています。子宮がんの約70%を予防できるとされています。

がん相談 Q&A

がん相談支援センターでは、患者さんやご家族から、さまざまな相談が寄せられます。
ここでは、よくある相談の一部を紹介します。

Q がんのことについて話せる人が身近に居ないので不安です。

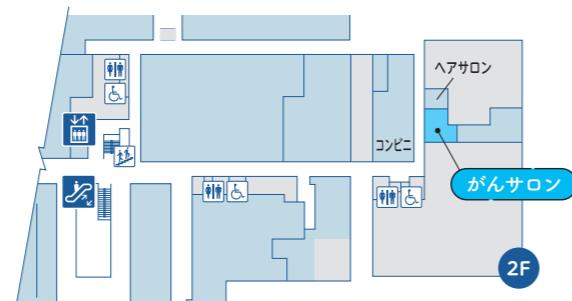
A 本院のがんサロンでは、がん患者さんやご家族など、同じ体験をした仲間(ピア)が集まる「おしゃべりサロン」を定期的に開催しています。がんと診断された方でなければわからない気持ちや、体験を共有することが、他では得られない支えとなることもあります。「誰かと話したい」「身近な情報が欲しい」…という方は、一人で悩まず、みんなで話をしてみませんか?

「おしゃべりサロン」の開催日以外でも、がんピアソポーター(がん体験者)の職員がお話を伺うこともできますので、サロンの予定や情報が知りたい方はウェブサイトをご覧頂くか、がん相談支援センターへお問い合わせください。

がんサロン開設時間

月 10:00～14:00
水・金 10:00～15:30
(がん体験者(職員)が在室)

※開設時間は変更する場合がありますので、何卒ご了承ください。



Vol. 07

大崎市民病院の先生をリレー形式でご紹介します!

Team "tsunagari"
チーム つながり

本院は43の診療科があり、現在常勤医師は151人所属しています。

第7回は、血液内科科長の高橋太郎先生をご紹介します。

普段は、皆さんの健康を守るために尽力している先生たちですが、実は意外な一面も…?

今年どれた
ナスと安納芋。
最近のメダカは
キラキラです

たかはし たろう
高橋 太郎 診療科長

診療科 血液内科
主な資格・認定 血液専門医
造血細胞移植認定医
趣味 家庭菜園・メダカの品種改良

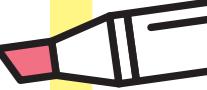
県北～一関の血液の患者さんをガイドライン(知識)だけではなく経験値・新しい知見(智恵)で何とかよくできないか、皆とともに日々奮闘しています。家庭菜園をしていると野菜を育てる苦労を実感します。たまに育て方を教えていただきたいです。

次回は、感染管理部の井草 龍太郎先生です。



みわさき メディカルスポット

Vol.8 TQM推進室(診療情報管理担当)



当院は、医師以外の職種のスタッフも、皆さんの健康のために医療を提供しています。今回はTQMセンター*TQM推進室の診療情報管理担当から、患者さんの診療記録の管理や、診療情報の分析を行う業務について紹介します。※TQMセンター:医療の質改善の統括を行う部署

診療情報管理士は、患者さんの診療記録を適切に管理し、そこに含まれる情報を利活用することで、患者さんの継続的な診療や医療従事者の研究・教育、更には医療の質向上を図り、その価値を最大限発揮させることができます。TQM推進室には現在5人の診療情報管理士があり、それぞれの担当業務は幅広く、必要とする知識やスキルが異なるため、常に新しい知識を身に付けるべく研鑽を積み重ねています。診療記録の点検業務では、入院診療計画書や退院サマリー、手術記録などの診療記録がもれなく作成・記載されているかの確認を行っています。また、診療記録の質向上のため、医師や看護師などの多職種によるカルテ監査を実施し、医師へのフィードバックや院内周知を行っています。また、診療情報抽出業務では、院内で蓄積された多種多様な医療データを組み合わせ、実態把握や業

務改善のほか、施設認定・学会報告などさまざまな目的で活用される情報を作成しています。このような業務を行うには、診療報酬をはじめ、院内の各部門がどのようなデータを取り扱っているか把握すること、表計算ソフトなどのデータベースを活用するスキルも必要です。さらに本院は地域がん診療連携拠点病院の指定を受けているため、国立がん研究センターの認定を受けた実務者が院内がん登録を行っています。院内がん登録とは、がん診療の状況を把握するため、診断・治療されたすべてのがんに関する情報を登録・集計・分析・管理する仕組みです。がん登録を正確に行うことでのんびりとあります。他にも、診療記録の開示請求の窓口になるなど、業務内容は多岐に渡っており、診療情報管理士は病院の円滑な運営と医療の質向上になくてはならない存在です。

※退院サマリー・入院経過や検査所見など入院中の治療内容を簡潔にまとめたもの。



多職種でのカルテ監査の様子



普段使用している参考図書