

日赤おおつ

ほから



【桜花繚乱】 写真提供：今村 真治(検査部)

滋賀県がん診療広域中核拠点病院・地域がん診療連携拠点病院  
高度救命救急センター・基幹災害拠点病院  
総合周産期母子医療センター・地域医療支援病院  
滋賀県肝疾患診療連携拠点病院・滋賀県難病医療拠点病院  
滋賀県エイズ診療拠点病院

大津赤十字病院

〒520-8511 大津市長等1-1-35  
TEL.077-522-4131 FAX.077-522-4385  
http://www.otsu.jrc.or.jp

## 理念

私たちは「人道・博愛」の赤十字精神にのっとり、患者さまの人権と意志を尊重して、最善の医療を提供し、地域の人々の健康増進に努めます。

## 基本方針

- ① 患者さまと共にあゆむ医療を心がけ、プライバシーと権利を大切にします。
- ② 医療の質の向上に努め、安全で高度な医療を提供します。
- ③ 救急医療に積極的に取り組み、災害救護に貢献します。
- ④ 地域の中核病院として他の医療機関との連携を推進します。
- ⑤ 研修・研鑽を積み、次代を担う医療従事者の育成に努めます。

■診療受付時間……午前8時から

■初診患者さま……①初診

■再診患者さま……③再来受付

ご紹介患者さまは

**8時30分**より**⑩ご紹介患者さま受付**にて受付します。

❖病院敷地内禁煙にご協力ください❖

## かかりつけ医を持ちましょう



「かかりつけ医」とは

日常的な診療や健康管理等を行ってくれる身近な医院・診療所の先生の事を「かかりつけ医」と呼んでいます。

入院や検査、高度な治療が必要な場合、適切な病院・診療科を指示、紹介してもらえます。

普段からのお付き合いが大切です。あなたの健康状態、持病など包み隠さず話し合える「かかりつけ医」をもつことが安心の第一歩です。



「かかりつけ医」から紹介状をお持ちいただくメリット

- ◇病気の経過がよくわかり診断・治療を迅速に進めることができます。
- ◇「初診に係る保険外併用療養費」(2,160円)のご負担がありません。



「事前予約システム」をご利用ください

「かかりつけ医」を通じて「事前予約システム」をご利用いただけます。受付・診察の待ち時間が短縮されスムーズに受診いただけますので、ぜひご利用ください。

(患者さまから直接のご予約はできません)



# 『誰でもできる乳がんチェック法』

乳がんは年々増加し、我が国では女性の約15名に1名が乳がんにかかると計算されています。40代後半に発症のピークがあるのが特徴です。多くの役割を担いながら忙しく、また家族の中でなくてはならない存在のあなただからこそ、いつかしようではなく、早速今日から始めてもらいたいと思います。乳がんは早期発見できれば9割以上が治癒する病気です。

自己触診をするタイミングは閉経前の方なら月経終了後5日前後、閉経後の方なら毎月決まった日（誕生日など）に行う習慣をつけていきましょう。

## ①入浴時に

1. 指をそろえて、指の腹で静かに軽く押さえながら、渦巻き状に丁寧に何回も乳房にしこりがないか調べます。

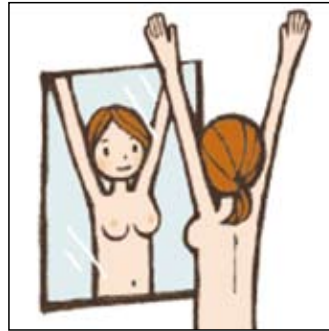


(入浴時は石けんをつけるとすべりがよくなり、調べやすくなります。)

## ②鏡に向かって

1. 鏡の前に自然な状態で立ち、両方の乳房に違和感がないかよく観察します。

2. 両手を上下し、正面・側面・斜めなどから乳房をよく観察します。



形、大きさ、乳房の高さに違いがあるか、乳房の皮膚に“えくぼ”のようなへこみや、ひきつれはないか、乳頭にかさぶた・ただれがないか、異常な分泌液が出ていないかを確認します。

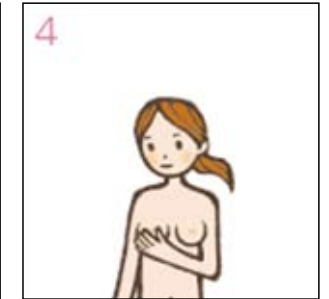
## ③仰向けに寝て

(肩の下に、薄い枕やタオルを敷くと調べやすくなります。)

1. 乳房の内側：腕をあげ、指の腹でまんべんなく調べます。
2. 乳房の外側半分：腕を自然な位置に下げ、指の腹でまんべんなく調べます。



3. 腋窩のリンパ節：しこりがないか左右の腋窩の下を調べます。
4. 乳頭：乳頭を軽くつまみ、血のような分泌物が出ないか調べます。



(乳汁の分泌はホルモンの影響であることがあります。)

しこりや異常が見つかったとしても落ち込んでしまうのは早計です。しこりの原因は人によって様々、乳がん以外の原因も多く考えられます。あれっ??と感じることがあれば、医療機関を受診し、詳しい検査を受けましょう。

大津市では40歳以上から乳がん検診を行っていますので、こちら是非受けてください。

<http://www.konicaminolta.jp/pinkribbon/check>  
より一部抜粋

乳がん看護認定看護師  
山 川 弥 生

