

予防医学実務研修会

質疑応答・討議

鈴木（座長） 先生の講演

を受けて検診に関する質問が寄せられています。まず、乳房にしこりを感じた時、自分で乳がんか否かを判断することは可能でしょうか。

土井 一般的に20歳代で見

つかるしこりは線維腺腫の場合が多いのですが、乳腺外科で検査を受けなければ正確な診断はできません。また、のう胞がしこりとして触れる場合もあります

が、これも視触診だけではがんと区別できません。

鈴木 では、乳腺症と乳がんも視触診だけでは区別し



座長・鈴木顧問

にくいですか。

土井 やはりエコーやマンモグラフィが必要です。乳腺症と診断されても、それが乳がんの前がん病変の場合もあるので、定期検診を受けましょう。

鈴木 以前は、乳房に異常を感じて婦人科を受診する人も多くいました。

受診率を上げるには、〇〇ミと男性を巻き込む

土井 乳がんの専門は乳腺外科ですが、今もしこりを見つけて婦人科を受診する人は少なくありません。婦人科の先生がやわしいと判断すれば、乳腺外科での検査を勧めてくれるはずで

す。横浜市でも婦人科の先生が乳腺の勉強会に出席し、視触診の方法などを勉強しています。

鈴木 妊娠授乳期の検診の可否についても質問が来て

受けても母子に問題はありませんか。

土井 まず、妊娠は継続できます。胎児が臓器形成時期を過ぎたら出産が化学療法を選びます。化学療法を行っても「胎児」の成長に悪影響を及ぼす心配はほとんどありません。また手術も可能ですが、お母さんの精神状態を考慮し相談のうえで行っていきます。

鈴木 行政に対するお話がありました。

乳がん体験者として吉田さんが行政に望むことはありますか。

吉田 一番切実なのは、治療費のことです。体が辛くても治療費のことを考える

もっと知ってほしい 早期発見の大切さ

乳がん体験者
コーディネーター

吉田 久美さん

体験者の存在は大きな支え

42歳で乳がんを発症し再発も経験。治療中に乳がん体験者コーディネーターの資格を取り、ピアサポート活動を始めた吉田久美さん。体験者の立場から検診の大切さ、不安を共有できる存在の必要性を語っていただいた。



吉田さんが乳がん体験者コーディネーターを志したのは、自身が「わかち合える人」の必要性を実感したから。「多くの支えに恵まれましたが、副作用の辛さや悲しみを共有できる体験者はいませんでした。そんな経験から同じ思いをして

いる患者さんを支えたくて講座を受講しました。」

吉田さんは現在、平塚共済病院の乳がん情報提供室に勤務し、化学療法を受け

後回しにせず病院へ

る患者さんにガーゼ帽子を届ける「ガーゼ帽子を縫う会」などさまざまな活動を展開中。検診の大切さを講演会だけでなく、日常的に伝える草の根活動も行っている。

「検診は、言い訳を作らず、そのタイミングで受けること。もし、胸に異常を感じたら怖がらずに病院へ」。当たり前のことに聞こえるが、いざ異常を見けると怖くなって見て見ぬふりをしがち。そんな心理状態も理解したうえで一言は説得力があり、乳がんを命を落とす女性を1人でも減らしたいという切なる思いを感じる。



質問に答える土井先生

ネット社会の若者たち

承認依存とコミュ力偏重について

神奈川学校保健研究会夏期講習会の2日目は、産業医の立場から見た今どきの若者の気質と関わり方を筑波大学准教授・笹原信一朗先生から聞いた。

変化するうつ症状

「昔は働き過ぎた人がうつ病になりましたが、今は仕事熱心ではなく、他罰的で自己中心的で、プライドの高い若者がうつになりやす」。

を採すのではなく、健康であるために重要なことを考える手法だ。「引きこもりは、ダメだ」と言えば言うほど、引きこもりの若者は引きこもる。否定系の言葉を避け、ポジティブな感情を意識し、ポジティブな言葉で伝えることが非常に有効で、いい例がサッカー・ワールドカップのときのDJポリスにある。

土井 一般女性にアンケートで検診に行ったきっかけを聞いたところ、「親しい人や家族に勧められた」という人が8割。つまり、草の根運動がもっとも効果的という事です。

「新しいうつ病には、コミュニケーションよりも関係性によって実存を支える道筋を示すことではないか」と笹原先生は語る。

「この医者は話が面白いから、聞いてみないか」と、親が少しずつ誘い出すと、「親がこんな弱いではなく、他者からの承認に価値を求める中で、『認められない』ことには敏感なので、『認める』ことは非常に有効だ。コミュニケーション能力重視の中で、適切な方法がわからないだけ。先輩が教えるとうまくできる。マニユアルがないと動けないのも、他と違うことをすると阻害されるから。『違っても阻害されない』ことを知るとその不安は解ける。」

「今どき若者の特徴、時代背景も含め、ネガティブではなく、ポジティブな側面に注目して、コミュニケーション、メッセージを届けること。今後の対応の参考にしてください」と笹原先生は結んだ。

認めることが大切

「新しいうつ病には、コミュニケーションよりも関係性によって実存を支える道筋を示すことではないか」と笹原先生は語る。

「新しいうつ病には、コミュニケーションよりも関係性によって実存を支える道筋を示すことではないか」と笹原先生は語る。

「新しいうつ病には、コミュニケーションよりも関係性によって実存を支える道筋を示すことではないか」と笹原先生は語る。

「新しいうつ病には、コミュニケーションよりも関係性によって実存を支える道筋を示すことではないか」と笹原先生は語る。



実習ではポジティブな発想を出し合う