



# 健康ウオッチング

東陽病院 院長 伊藤 文憲

横芝町のみなさん今日は。今回は今年度に行われた住民検診についてお話しします。

基本健康診査、胃癌・大腸

癌・乳癌・結核検診等が行われ、受診された方には既に結果が届いていると思います。

改めてその結果を思い出して下さい。多くの方に何らかの異常が指摘されていると思います。放置していても心配なもの、至急に精密検査や治療が必要な場合があります。例えば、体重が多い、血圧が少し高い、コレステロールが少し高い、血糖値が少し高い様な場合には生活習慣病の大半に通じる日常生活の改善や飲酒、喫煙の習慣等を改めるだけで翌年の検診まで待てると思います。

血圧の高いといわれた方は、再検査して下さい。わざわざ病院に来なくても保健センターなどで血圧測定が出来ます。ただし、センターに着いてから15分以上してから血圧測定をして下さい。急いで測

定すると高くなる傾向があります。頭が痛い、胸が苦しい等変だという症状を伴うときには至急病院を受診して下さい。

糖尿病・高脂血症・痛風・動脈硬化などを指摘された場合には、朝ご飯を食べないで受診して下さい。これらの検査の値は食事の摂取により変動が激しく、正確な情報が得られない場合があります。癌検診等の疑いはすぐに精密検査を行い結果をはっきりとしなくてはなりません。例えば大腸の検診として便の中の血液をチェックした時に陽性反応が出る場合があります。以前は潜血反応は人以外の魚や動物の肉等の血液にも反応していました。最近では免疫学的な方法で測定していますので、人の血液にしか反応しません。痔を含めて何らかの出血が大腸内部で起きているわけですから、精密検査が必要です。

胃癌に関しては胃潰瘍や十

二指腸潰瘍が治癒した場合に必ず組織にひきつれを生じる為に胃X線検査では変形ありと診断されて再検査の指示が出ます。このような場合にはバリウムを飲む検査をしないで直接胃内視鏡検査をすることが早道です。再発の有無や早期胃癌の発見には胃内視鏡検査が優れているからです。

最近話題になっている検診に乳癌検診があります。乳癌を専門にしている医師による検診が行われているとの報道もあります。自己による乳癌チェックも含めて疑いのある場合には専門医を受診することが必要です。東陽病院には外科の前田副院長以下乳癌の専門の医師がおりますので受診して下さい。

くれぐれも検診は自分のためであることをお忘れなく。



## 文芸

### 俳句

晴着の娘羽化するごとく襦袢開け  
初参り妻の祈りの長きかな  
山口 一秋

大北風が満天の星散らしゆき  
夕暮れて田の面音して初しぐれ  
長谷川理生

河豚ちりや上身は君に吾難炊  
小さき胸に折紙勲章文化の日  
今関満喜子

湖囲み写る紅葉に漕ぐボート  
姉妹河豚ちり囲む三年瀬ぶり  
小林 順子

往年の木地師の技や時雨宿  
染太き古き曲がり家菊日和  
福田 幸子

風呂ふきや味噌に光沢ありにけり  
千支猿の京縮纏着て初時雨  
戸村 静華

胸痛める俱に音聞く初しぐれ  
河豚は福されど毒あり食せざり  
今関 茂生

檀林やお方の方の厨子も秋  
榎木路や軒をかざりて柿すだれ  
若梅あやめ

携帯の電話が写す七五三  
古文書の筆跡たどる文化の日  
玉虫 栗扇

大皿の青絵透かして河豚盛らる  
み社の縁起ひもどく文化の日  
選者 藤代 ゆう

### 短歌

檀林の御神木とふ大杉は  
六人が囲む程に太しも  
宇井 ちい

年古りし杉は檀林に森をなし  
霊気いつしか吾を包めり  
秋葉 悦子

檀林の絵門をいま一歩踏み  
続く参道に畏さおぼゆ  
佐瀬 初音

明日強き雨になるとふ予報さき  
蕾育らし菊鉢仕舞ふ  
真家ふじ子

心よく看取り代れる妹に  
母を託して歌会に来ぬ  
田崎 尚美

昨夜の雪纏ひて唐松行儀よく  
点呼をうける兵のごと並む  
吉岡 信子

吾の留守はストレスとなるや飼犬の  
長き胸毛の抜けてしまひぬ  
八角 三枝

看取りつつ師が育てしか夫君の  
み墓に供花の絶ゆることなし  
池田 春江

けふよりは徒歩通勤を始めし日  
果なきまで秋の空澄む  
西山満里子

立冬を過ぎてても温き日の続き  
育てる白菜結び柔らか  
押尾 輝子

予定せし仕事はつひに終らねど  
老いなりに働きけふの日暮れぬ  
鈴木 やす

旅終へて筑波を後に今渡る  
茜に染まる利根の大橋  
萩原 信一

あけは蝶葉裏に生みて飛び去りぬ  
小さき卵は真珠光なす  
選者 斎藤つね子

