雲南病院だより

お口の中にできる「がん」をご存知ですか？

歯科口腔外科　部長　小池尚史

お口の二大疾患と言えば、虫歯（う蝕）と歯槽膿漏（歯周病）であり、皆さんもイメージしやすい疾患だと思います。しかし、私たちの口の中には、いわゆる口内炎と呼ばれるものをはじめ、さまざまな粘膜疾患も生じます。一般的に短期間で治る口内炎であれば心配ないですが、長期間治らないと思っていたら「口腔がん」であったということもあります。今回、「口腔がん」や注意すべき口腔粘膜の疾患について簡単に説明しようと思います。

口腔がんとは？

お口の中にも「がん」ができることをご存知でしょうか。「口の中にがんができるのですか」と言われることがよくあります。お口の中というのは、鏡の前に立てば簡単に見ることができるため、変化には気付きやすい場所です。しかし、「ただの口内炎だと思っていた」、「そのうち治ると思っていた」、「痛みがないから放っておいた」などの理由で、発見が遅れることが多いです。日本では口腔がんはがん全体の約2％に過ぎませんが、毎年約2万人以上が口腔・咽頭がんにかかり、約7千人以上が死亡しています。実は患者数は増加傾向にある疾患なのですが、肺がんや大腸がんに比べて認知度が低く、医療機関への受診が遅れることが多いとされています。一方、早期発見ができれば90％以上が治る見込みがあり、予後の良いがんの一つとされています。

口腔がんの症状

口腔がんは、がんができた部分の粘膜の色が赤や白に変化したり、形が変わったり、しこりを感じるようになります。進行しなければ、痛みを伴わないことも多く、特に早期がんでは口内炎との区別が困難なことがありますが、なかなか治らない口内炎には注意が必要です。また、進行するとリンパ節への転移や全身の臓器への転移も認めるようになります。

注意すべきポイント

口腔がんのリスク因子としては、喫煙、飲酒、入れ歯等の慢性的な刺激、口腔粘膜の炎症などがあります。普段から、かかりつけ歯科医院で歯のメンテナンスを受けることが重要です（表1）。また、口腔内は、鏡などを使えば誰でも自分自身で簡単に見ることができる場所です。定期的な歯科受診にあわせて、日々のセルフチェックも重要です。赤色や白色といった色の変化はないでしょうか、粘膜の表面の形が変化していないでしょうか、お口のチェック、今日から始めましょう（表2）。

最後に

口腔がんは早期に発見することが可能な疾患です。お口の中で気になることがあれば、まずは、かかりつけの歯科医院など医療機関にご相談ください。必要に応じて雲南市立病院歯科口腔外科との連携が可能です。担当医の小池尚史は（公社）日本口腔外科学会専門医と（一社）日本がん治療認定医機構がん治療認定医を取得しており、口腔の疾患に対する適切な判断をいたします。

（表1）
口腔がんを予防するための注意点

- 口の中を清潔に保つ
- 虫歯や歯周病は治療する
- 合わない入れ歯や詰め物は治療する
- 禁煙をする
- アルコールを控える
- 定期的に歯科を受診する

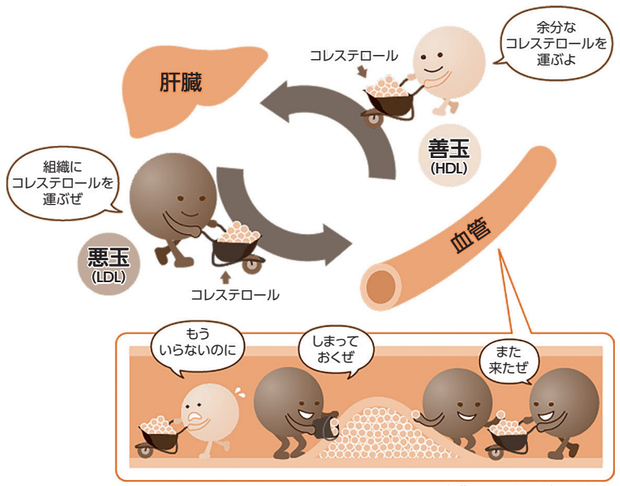
（表2）
口腔がん早期発見のためのチェック項目

- ２週間以上治らない口内炎がある
- 舌や歯ぐきなどの粘膜が白や赤に変色している
- 口の中に硬いしこりが触れる
- 口の粘膜から出血しやすい
- 口の粘膜がただれている
- 口の中の傷がなかなか治らない

真の悪役！
～“超”悪玉コレステロールとは～

善玉（HDL）コレステロールに悪玉（LDL）コレステロール。毎年の健康診断で数値を気にされている方、すでに薬で治療をされている方など、さまざまいると思います。コレステロールは細胞膜を作ったり、ホルモンの材料や栄養素の吸収を助ける成分のもととなり、生命維持に重要な役割を果たしています。

そもそもコレステロールは血液中に含まれる脂質のひとつで、「HDL」、「LDL」と呼ばれる球形の物質に含まれて血管中を運ばれています。肝臓から全身へコレステロールを運ぶ物質がLDL、血管内の余分なコレステロールを回収して肝臓へ戻す物質がHDLと呼ばれ、この両者のバランスが崩れてLDLコレステロールが増えすぎると血管壁の中に溜まり血管壁が厚くなって動脈硬化を起こすことからLDLコレステロールは悪玉と呼ばれています。



出典：sdLDL どっとこむ

さて、ここで「真の悪役」とはなんでしょう。

近年の研究で、悪玉コレステロールすべてが危険なわけではなく、悪玉の大きさの違いに問題があることがわかってきました。実は悪玉コレステロールの数値が基準範囲内でも、動脈硬化が進みやすい人がいます。

その主な要因が、小型の超悪玉（small dense LDL）に含まれるコレステロールです。

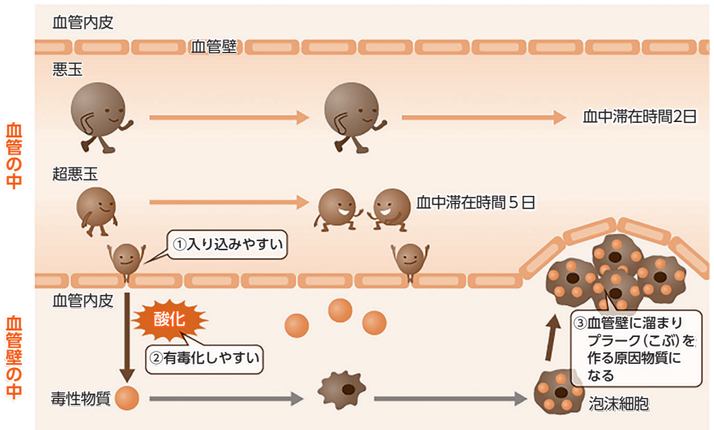
健康な人と比べ、冠動脈疾患（狭心症や心筋梗塞など）の人には、超悪玉が多いことが分かっています。問題は「悪玉の大きさ」にあったのです。

悪玉は血液中を流れているだけなら悪さはしませんが、血管壁の中へ入って酸化されると有毒化し、血管を詰まらせる原因物質となります。

超悪玉は、悪玉と比べて血液中に留まりやすいうえ、小型であるため血管壁の中に入り込みやすく、有毒化しやすいという特徴を持っています。つまり、より動脈硬化を起こしやすいため、真の悪役といえるのです。

悪玉のうち、超悪玉をどれだけ数多く持っているかが重要になってきます。

悪玉が動脈硬化を起こすまで



出典：sdLDL どっとこむ

今後、雲南市立病院では人間ドック、健診のオプションとして自費でこの超悪玉（small dense LDL）コレステロールの検査を受けられるようになる予定です。興味のある方は市立病院保健推進課までお問い合わせください。

sdLDL どっとこむ
ホームページ

問い合わせ先　雲南市立病院　保健推進課　TEL 0854-47-7510

あなたの健康をサポート♪

病院保健師からのちょっと役立つ話

Vol.27 腫瘍マーカー検査

９月から新規のオプション検査を始めます。

「腫瘍マーカー検査」について紹介します。

腫瘍マーカー検査は**採血のみ**で実施するため身体への負担が少なく手軽にできる検査です。

身体のどこかに腫瘍ができたときに、血液中などに通常は見られない特殊な物質が増加することがあります。それが腫瘍マーカーです。このような物質が、血液中などにどのくらい含まれているのかを調べます。腫瘍マーカーを毎年調べることでがんの発見につながる場合があります。

腫瘍マーカーはがん以外の病気や、加齢、妊娠、月経、飲酒、喫煙、薬の成分の影響により異常値が出たり、がんがあったとしても異常値が出なかったりする場合があります。また、がんがどの臓器にできたのかまで判断することもできません。

このように腫瘍マーカーだけでがんの診断はできませんが、がんの診断の参考になる検査のひとつとして、画像検査やその他の検査とともに行うものです。

人間ドック、健診のオプション検査として、この機会にぜひ受けてみませんか。CT検査やMRI検査などの画像検査を組み合わせて受けられることをおすすめします。

ご希望の方は市立病院保健推進課までお問い合わせください。

男性セット

料金　14,300円（税込み）

腫瘍マーカー検査の種類

CA19-9、CEA、AFP、SCC、CYFRA、ProGRP、PIVKA、PSA

対象部位

肝臓、肺、食道、胃、大腸、膵臓、胆のう、前立腺

女性セット

料金　15,600円（税込み）

腫瘍マーカー検査の種類

CA19-9、CEA、AFP、SCC、CYFRA、ProGRP、PIVKA、CA15-3、CA125

対象部位

肝臓、肺、食道、胃、大腸、膵臓、胆のう、乳房、子宮頸部、卵巣

予約・問い合わせ先　雲南市立病院　保健推進課　℡ 0854-47-7510

令和７年度 夏季医療体験セミナー

７月31日（木）に、高校生を対象に医療体験セミナーを開催し、今回は２校から29人の高校生が参加しました。

初めに当院の紹介、医療職の資格取得方法などを説明し、その後希望の職種に分かれ医療体験を行いました。手術室の見学や患者さんの歩行介助など普段できない体験を行いました。

最後に参加者全員でセミナーの振り返りや１日のまとめを行い、参加した生徒は今回の体験を通してより興味を持ったのでもっと調べて将来に生かしていきたいなどと感想を述べていました。

今回の医療体験セミナーを通して得たことを今後に生かし、将来の進路を決めるきっかけになればと思います。また将来の医療従事者を育てていけるよう今後も定期的にこの体験セミナーを開催していきたいと思います。

七夕飾り付け

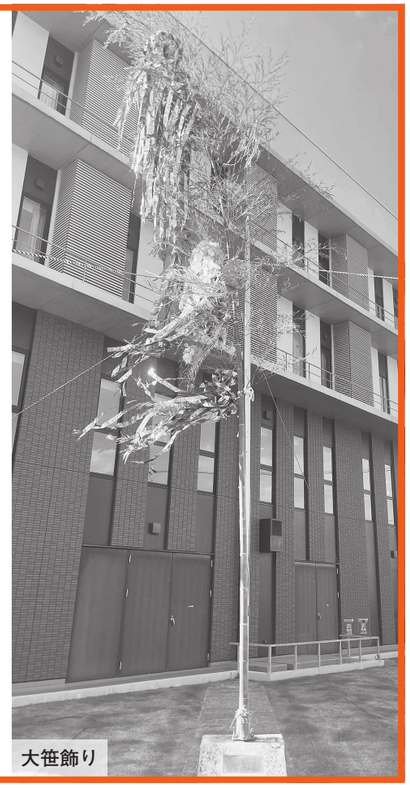
７月31日（木）に七夕の飾り付けを行いました。

今年も暑い中にも関わらず病院ボランティアさんに集まっていただき、正面玄関には笹飾りと西瓜提灯の飾り付け、外には大笹飾りの設置を行いました。

色とりどりの短冊や飾りが笹に飾られ一気に華やかな雰囲気に包まれ、心温まる願いが書かれた短冊が、笹の葉とともに優しく揺れていました。

飾り付けを通してボランティアさんと病院職員の交流もでき、ふれあいのひとときとなりました。

飾り付けの様子



大笹飾り