

皮膚がんにご注意を!

皮膚がんには大きく分けて以下の3つがあります。

皮膚科 高橋 正幸

①メラノーマ

悪性黒色腫とも呼ばれ、皮膚のメラニンという色素を作る色素細胞(メラノサイト)ががん化した腫瘍と考えられています(図1)。1年に1回は全身のほくろやしみをチェックしてください。自分でみえない頭髪部や背中のご家族にみてもらいましょう。次の4つのポイントで、2つ以上あてはまるようなら、一度受診した方がよいです。

1. しみ・ほくろの形が左右対称性でない
2. しみ・ほくろのまわりがギザギザしている
3. しみ・ほくろの色が均一でなく、濃淡が混じっている
4. しみ・ほくろの直径が6mm以上ある

②基底細胞癌(きていさいぼうがん)

毛包(毛穴)由来の細胞ががん化するとされています。ほくろに似ることが多いですが、ほくろに比べて青黒く、表面がろうそくの「ろう」のような光沢をもつ結節です。中央が潰瘍となり、周囲組織を破壊しながら進行することがあります(図2)。

③有棘細胞癌(ゆうきょくさいぼうがん)

皮膚の角化細胞ががん化したものです。

大半は皮膚より突出するいぼ状の病変で、びらんなどを混ざる紅色調の腫瘍で、潰瘍状のこともあります(図3)。



顔面や露光部に生じやすい基底細胞癌、有棘細胞癌は自分の顔を鏡でみて、手なども自分でよくみて、皮膚を点検しましょう。今までなかった黒い、茶色い、または赤い病変ができた・だんだん大きくなってきたなど、気になる事があれば自己判断せず、また取ろうと思っていじらず、皮膚科専門医外来の受診をお勧めします。

～参照:日本皮膚科学会ホームページ 皮膚科 Q&A～

—病院の理念—

高度良質の医療
最善の奉仕
研鑽と協調
地域医療の支援

—病院の基本方針—

- 一 良質で、適切な医療の提供に努めます
- 二 患者様の権利を尊重し、満足・安心・信頼を追求します
- 三 新しい知識と技術を積極的に習得し、常に質の高い先進的医療を行います
- 四 地域の中核病院として、地域社会の要請に応える医療を提供します
- 五 職員が意欲を持って働ける病院をめざします
- 六 次代を担う有能な医療従事者の育成をめざします
- 七 専門的ながん医療の提供に努めます
- 八 国内での医療救護活動に積極的に参加します

防ごうお肌のカサカサを

皮膚・排泄ケア認定看護師 三村 静香

皮膚の働きには、水分の喪失を防ぐ、(図1)
外からの刺激を感じる、微生物や刺激
から守るなどがあります。

年齢を重ねると皮膚がカサカサ(乾燥)し、
かゆみが出やすくなってきますが、なぜでしょ
うか?

それは、皮膚の水分の喪失を防ぐ働きがうまく
働いていないことが主な原因と考えます。図1の
ように、皮脂が少ない場合には皮膚表面の皮脂が

減少し、皮脂膜が破綻することで、体の中の水分が蒸発しやすくなり、外からの刺激や微生物が入り
やすくなります。これが皮膚のカサカサ(乾燥)やかゆみの原因になります。

皮膚の乾燥やかゆみを予防するためには、人工的に皮脂を補ってあげる、つまり「保湿」が必要に
なります。それでは、保湿するには何を塗ったら良いのでしょうか?塗る量は?塗るタイミングは?
回数は?いろいろな疑問が出てきます。1つずつお答えします。

保湿するには…

■何を塗ったら良い?

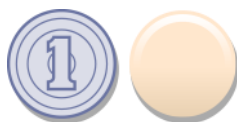
保湿剤にはローションとクリームタイプがあります。

広範囲に保湿をする場合にはローションを。狭い範囲
を保湿する場合にはクリームタイプを使用します。(図2)

■塗る量は?

ローションだと1円玉の大きさ(約0.5g)、
クリームだと人差し指の第1関節に乗る量(約0.5g)が
適量で、大人の手のひら2枚分の量が保湿されます。(図3)

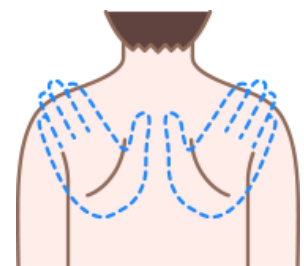
(図3)



ローションの場合

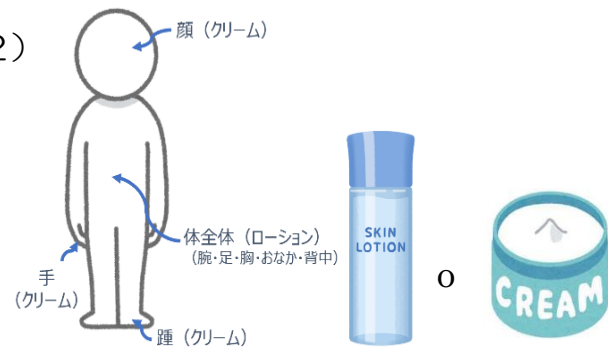


クリームの場合



手のひら2枚分

(図2)



■塗るタイミングは?

入浴後5分以内が理想と言われています。皮膚が乾燥する前に塗るのが効果的です。

■塗る回数は?

朝と夜の1日に2回が効果的です。

適切な保湿剤で適量を使用し、皮膚のカサカサ(乾燥)やかゆみを予防しましょう。

—患者さまの権利—

- 一 個人の尊厳は尊重されます
- 二 平等な医療を受ける権利を有します
- 三 最善の医療を受ける権利を有します
- 四 自己の病状や治療等について知る権利を有します
- 五 自己の診療については、検査・治療の内容等について十分な説明を受け理解し、自己決定をする権利を有します
- 六 診断や治療に関して他の医師や医療機関の意見を求めることができ、その上で診療の撤回ができます
- 七 臨床試験や治験等への参加については、その内容、予想される危険性、従来の治療方法との違い等について十分な説明を受け、自己決定をすることができます
- 八 プライバシーの権利を有します