

【目次】

はじめに

第1章 女性

乳がん発症リスク

高濃度乳房

乳がんの治療

遺伝性乳がん

乳がん治療の留意点

乳がんの再発リスク

＊月1回、セルフチェックを

子宮内膜症

卵巣腫瘍

卵巣腫瘍の治療法

子宮体がん

＊子宮頸がんワクチンを巡る経過

＊にゃんコラム

「子宮頸がんワクチン 効果とリスク知る機会を」

子宮脱

＊20～30代のがん 8割が女性

年齢と妊娠

新生生前診断

早産予防

妊娠糖尿病

常位胎盤早期剥離

＊不妊治療、保険適用の範囲が拡大

＊新生生前診断、年齢制限を撤廃

第2章 がん治療・血液疾患

がんの治療

エビデンスレベル

抗がん剤治療

根拠乏しいがん治療情報

がん治療情報の選び方

＊にゃんコラム

「フィルターバブル」

腫瘍崩壊症候群

＊にゃんコラム

「意外な副作用」

血液のがん

白血病

急性骨髄性白血病

骨髄異形成症候群

造血幹細胞移植

造血幹細胞移植の方法

臍帯血移植

ハプロ移植

非ホジキンリンパ腫

ホジキンリンパ腫

＊にゃんコラム

「進行がんの急増に懸念」

＊患者と家族をサポート がん相談支援センター

＊がんサロン

＊がんピアおしゃべり相談室

＊熊本県版がん情報冊子

＊熊本県内のがん相談支援センター

＊がん情報サービス

＊日本骨髄バンク

＊「総合医療」情報発信サイト「eJIM（イージム）」

＊医師が情報発信するサイト「Lumedia（ルメディア）」

第3章 血管・心臓病

二次性高血圧

家庭血圧

血管年齢

＊にゃんコラム

「血圧にも『善玉』『悪玉』」

塩分摂取

DASH食

心不全パンデミック

心不全の診断

心不全のセルフケア

急性心筋梗塞

アルデヒドの害

心房細動

心房細動の早期発見

＊毎月17日は「減塩の日」

＊にゃんコラム

「AED使用 ためらわないで」

第4章 食物アレルギー

食物アレルギーの原因物質

食物アレルギーの診断

食物アレルギーの予防

アナフィラキシーショック

パンケーキ症候群

＊食物アレルギー対応に役立つホームページ

第5章 消化器・肝臓

逆流性食道炎の原因

逆流性食道炎の予防

ピロリ菌除菌

ピロリ菌除菌の意義

便潜血検査

大腸内視鏡検査

大腸がん検診

アスピリン
慢性便秘に診療指針
慢性便秘の治療薬
 *内視鏡使うESD治療
C型肝炎
B型肝炎
NAFLD
肝がん
肝疾患対策
 *肝臓の硬さ　スマホで早期に診断
 *熊本脂肪肝プロジェクト対象の熊本県肝疾患
 診療連携拠点病院、肝疾患専門医療機関

第6章 感染症

ノロウイルス胃腸炎
ノロウイルス対策
子どもの夏風邪
RSウイルス感染症
熊本県予防接種センター
麻疹の国内発生
海外渡航と感染症
マダニ媒介感染症
ペット由来の感染症
性感染症
性器クラミジア感染症
梅毒
HIV検査
 *熊本市が実施しているHIV検査の予約
 *にゃんコラム「手洗いは世界を救う」
 *風疹対策　昭和37～53年度生まれの男性へ

第7章 口腔

健康法「ベロタッチ」
手軽にできる「ベロタッチ」
口の健康
口の乾燥
 *「あいうべ体操」で鼻呼吸

第8章 睡眠

金縛りの正体
 *健康づくりのための睡眠指針「睡眠12カ条」
ナルコレプシーの症状
ナルコレプシーの治療
 *にゃんコラム「“寝だめ”はダメ　ちょっと昼寝を

おわりに