



# がん治療センターニュースレター

がん治療センターでは、病気の治療だけではなく、患者さんやご家族の不安・悩みを解消する心のケアなどを行っています。



## やっぱり大事! 「がん検診」



順天堂大学大学院  
先端予防医学・  
健康情報学講座  
特任教授  
福田 洋

### 男性のがん死亡

- 第1位 肺がん
- 第2位 胃がん
- 第3位 大腸がん
- 第4位 膵がん
- 第5位 肝がん

### 女性のがん死亡

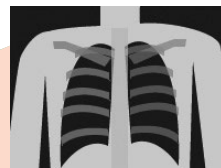
- 第1位 大腸がん
- 第2位 肺がん
- 第3位 膵がん
- 第4位 胃がん
- 第5位 乳がん

日本人の2人に1人はがんに罹患し、3人に1人はがんで亡くなる時代です。

5年生存率は約6割、早期がんなら約9割が治癒します。早期の胃がんや大腸がんはほぼ100%治癒します。国が有効性を認めているがん検診は、肺がん、胃がん、大腸がん、乳がん、子宮頸がんの5つ。

がん検診は、市区町村などの自治体、企業、人間ドックなどで受診できます。

**肺がん**  
・胸部レントゲン  
・喀痰検査



急増しており、男性では死亡率の最も高いがん。  
予防には禁煙がかかせません。

**胃がん**  
・バリウム検査

以前は最も多いがんでしたが、検査や治療の進歩で減少傾向です。ピロリ菌の感染がリスクになります。



**大腸がん**  
・便潜血2日法



食生活の欧米化や肥満が原因で、近年増加傾向にあります。女性のがん死亡の第1位。



### 5大がん検診

**乳がん**  
・マンモグラフィ

女性が最も罹りやすいがん。働き盛りの女性に多く、近年低年齢化の傾向にあります。



**子宮頸がん**  
・細胞診検査

20~30代の女性の罹患が増えています。性交渉によるヒトパピローマウイルス(HPV)の感染が原因です。

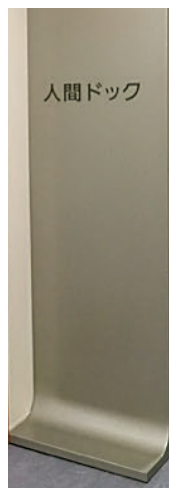




# 人間ドックで便利に「がん検診」

がん検診は基本的には臓器別に行われますが、何度も病院や健診センターに通うのは大変です。がん検診に加えて、動脈硬化のリスクなど総合的な検査を行うのが人間ドックです。

当院の外来(日帰り)ドックでは、1日で全ての検査を終え、担当医より直接説明を聞くことができます。5大がん検診に加えて、早期の肺がんや全身の病気の発見に役立つ全身CT検査、肝臓、胆嚢、腎臓など腹部のがんの発見に役立つ腹部エコー検査、肝炎ウイルスやピロリ菌など、がんの原因となる感染症の有無、前立腺をはじめとした腫瘍マーカーなど、種々の検査を組合わせて行います。



## 要精査と言われたら…

がん検診で「要精密検査」と言われたら、誰でも不安を感じると思います。そんな時は担当医にしっかり相談しましょう。例えば便潜血陽性の場合、精密検査の大腸内視鏡で良性ポリープが見つかる可能性は約6割で、6%にはがんが見つかります。

がん検診を受けたら終わりではなく、検診後の精密検査やフォローアップ、専門医への紹介も人間ドックの重要な役割です。



(画:福田 洋)



- 受付(午前8時)
- オリエンテーション
- ① 身体測定
- ② 血圧測定
- ③ 採血・採尿
- ④ 胸部X線検査
- ⑤ 胸部・腹部 CT検査
- ⑥ 腹部 超音波検査
- ⑦ 上部消化管検査\*
- ⑧ 眼科検査
- ⑨ 呼吸機能検査
- ⑩ 運動負荷心電図
- ⑪ 聴力検査
- ⑫ 診察・結果説明
- ⑬ 婦人科診察(女性希望者のみ)

\*内視鏡検査は2016年9月以降、経鼻内視鏡に変更となりました。(検査の順序は変更することがございます)





# 「がん検診」大事な健康リテラシー

ヘルス(健康)リテラシーという言葉をご存知でしょうか?検査結果をはじめ、健康や医療にかかわる様々な情報を収集し、理解し、活かす力のことです。

がん検診でも健康リテラシーは重要で、自分の性別や世代にはどんながんが多いのか、どのようながん検診が有効なのか、検診で異常が見つかった場合、どんな精密検査を受けるのか、など知っておくべきことが沢山あります。

多くの人は自分や家族ががんになって、初めてがんの情報を調べます。できればがんになる前に、病気の予防に関心を持ち情報にアクセスしてみましょう。

自分と大事な家族を守るためにきっと役に立つはずですよ。



東京法規出版「人間ドック健診で手に入れる健康ライフ」 福田 洋監修

## 健康リテラシーを高めるには?

がん予防や健康リテラシーについて、どのようなサイトで学べば良いのでしょうか?

参考になるサイトをお伝えします。

### 健康情報を見極めるコツ

- ★ 誰が発信しているか?
- ★ 情報は新しいか?
- ★ 科学的な根拠はあるか?
- ★ 中立的な情報か?(営利目的でない)



日本健康マスター検定「健検」  
<https://kenken.or.jp>



国立がん研究センター「がん情報サービス」  
<https://ganjoho.jp/>



# 薬剤師外来とは

順天堂大学  
医学部附属順天堂医院  
薬剤部  
主任 **近藤 泰礼**



## ◆ がん治療と薬剤師 ◆

薬剤師は処方箋に基づいて薬を調合する「調剤」を行っているだけと思っている方もまだまだたくさんいるかもしれませんが、実は「調剤」だけではなく、医薬品の専門家として様々なところで薬物治療に積極的に関わっているのです。

がんの薬物療法では抗がん剤以外に、副作用を予防する薬なども同時に使用しています。

薬を処方するのは医師ですが、その薬の量や投与スケジュールが適切か、他の薬との飲み合わせ等を患者さん毎に確認し患者さんが安全に治療を行えるように準備をしています。



## ◆ がん薬物療法 ◆

以前は入院治療していましたが、現在では外来通院での治療が主となっています。

薬物療法の内容も、点滴注射による治療、点滴注射と内服抗がん剤を組み合わせた治療、内服抗がん剤だけの治療など、より複雑化しています。

外来化学療法室では、点滴を行っている時間を利用して、薬剤師が治療スケジュールの説明や副作用対策等の説明を行っています。

一方、最近増えてきている内服抗がん剤のみで治療する患者さんに対しては、薬剤の管理や様々な副作用に対しての薬剤師のサポートが求められています。

## ◆ 薬剤師外来 ◆

当院では、主に内服抗がん剤での治療をサポートするために薬剤師外来を開設しています。

医師の診察とは別に個室の診療ブースにてがん治療に特化した薬剤師が面談を行います。

治療開始前にはいつ、どのような副作用が発現する可能性があるのか、副作用が発現した時にどのように対処すれば良いのか、副作用を予防する薬剤はどのように使えば良いのか、等について薬剤師からの説明を受ける事ができます。

治療開始後にも医師の診察前に薬剤師外来にて自宅での症状を確認させていただき、必要な薬剤の医師への処方提案等、安心して安全に治療を継続できる様にサポートを行っております。



## ◆ 予約方法 ◆

薬剤師外来は基本的には水曜日と金曜日に行っておりますが、ご相談いただければその他の曜日でも対応が可能な場合もあります。

薬剤師外来の受診は、診察時に主治医へお伝えください。

# がん治療センターのご案内

▶予約・お問い合わせ・・・03-5802-8196

お持ち帰り可能なパンフレットもたくさんありますので、お気軽にお立ち寄りください。

ここが知りたい! お金のはなし

ワーキング サバイバーズ ハンドブック



- 確定申告/医療費控除 編
- 病院でかかるお金 編
- 傷病手当金 編
- 介護保険・障害年金のはなし
- がん治療と仕事を両立するために
- あなたの「新しい働き方」をサポート
- 働くサバイバーのお悩みQ&A

病気に関する図書、情報誌・文庫本を閲覧できます。  
入院中は貸出も可能です。



がん治療センターのホームページには、過去に開催された「市民公開講座」の映像、質疑・応答が閲覧できます。是非ご覧ください。

<https://www.juntendo.ac.jp/hospital/clinic/cancer/patient/program/answer/>



質疑・  
応答



QR  
コード



あとがき

今回は、がん治療センターで行っている「がんに関するご相談」について紹介します。相談は医師以外の医療スタッフ(看護師、薬剤師、医学物理士、臨床心理士)が担当します。相談ご希望の際は予約制となりますので、右記にお気軽にお電話ください(Tel.03-5802-8196)。

また、直接がん治療センターにお越しいただき予約を取ることも可能です。

がん治療センターは1号館3階にございますので、一度足をお運びいただけますと幸いです。



# 旬の食材

今回は「秋鮭」についてご紹介します。

栄養部 平嶋 奈緒

- 秋鮭は消化・吸収が良いことや脂が少なく、身が軟らかいといった特徴があります。栄養素の特徴は、リンやカルシウムの吸収を促進する働きのあるビタミンD、葉酸と結合して赤血球の中にあるヘモグロビンの生成を助けるビタミンB<sub>12</sub>、発がん抑制・抗酸化作用のあるアスタキサンチンの他、卵であるイクラにはDHAとEPAが豊富に含まれています。
- 秋鮭は油脂を使うことでアスタキサンチンの吸収率がアップするため、ムニエルやバター焼きなどの料理がおすすめです。



## がん治療センターニュースレター

[2020年9月 第34号] 創刊 2009年5月(年3回発行)

●発行元: 順天堂医院 がん治療センター

●住所: 東京都文京区本郷3-1-3

●電話番号 & ファクシミリ: 03-5802-8196

●Eメール: cancer@juntendo.ac.jp

●ホームページ: <https://www.juntendo.ac.jp/hospital/clinic/cancer/>

