



がん治療センターニューズレター

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。



腫瘍マーカー 血液、尿を使ったがんの検査

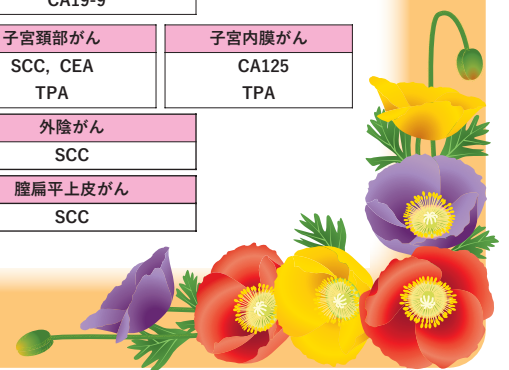
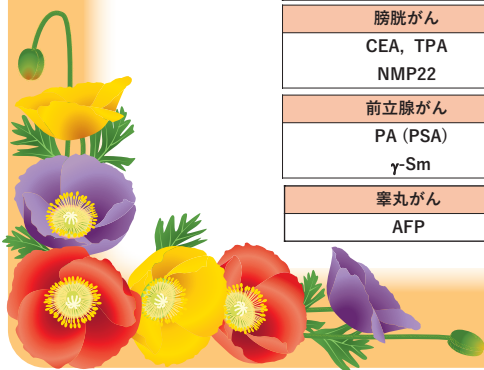
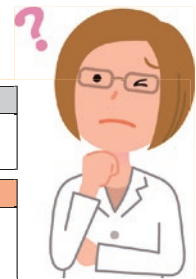
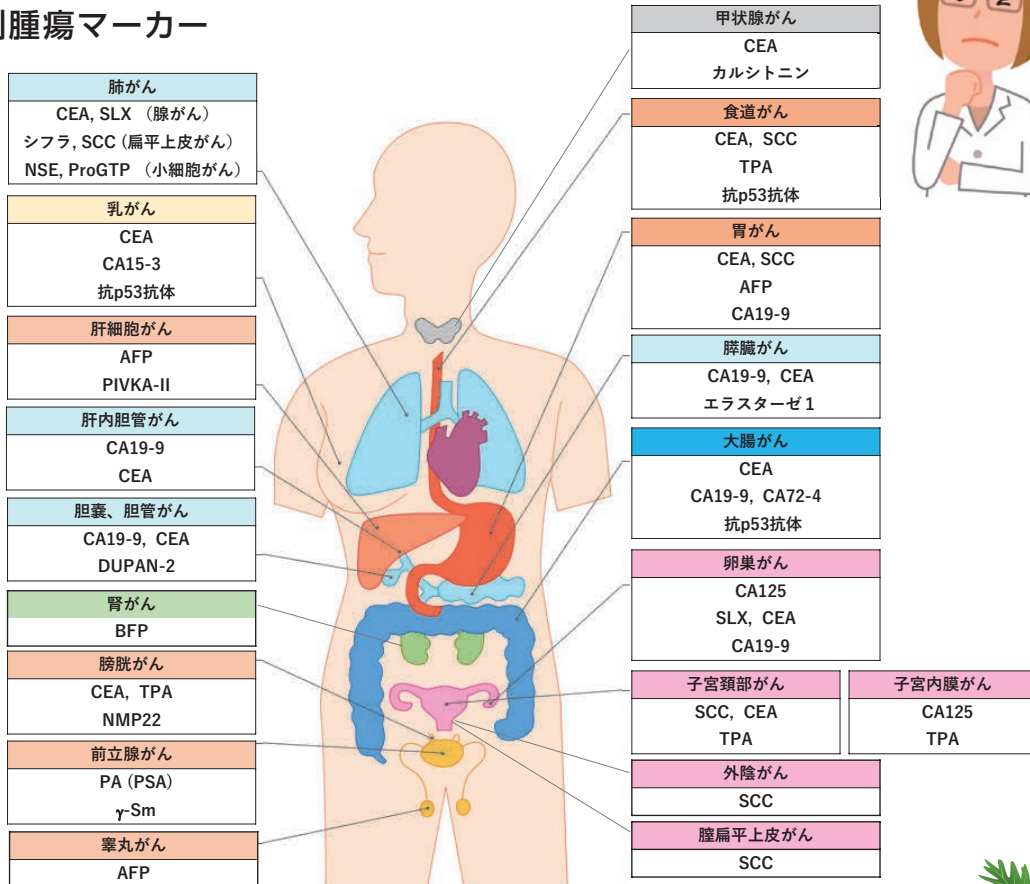
腫瘍マーカーについて

体の中に「**がん**」ができ、増えていくと、普通ならそれほど変化しないはずの血液や尿中の成分が急に増加することがあります。このような成分(たんぱく、ホルモン、酵素など)を「**がん**」の目印という意味で「**腫瘍マーカー**」と呼びます。がんの種類によって変化する成分は異なり、**50種類以上の腫瘍マーカー**があります。



順天堂大学医学部
臨床検査医学科
特任教授
田部 陽子

■臓器別腫瘍マーカー



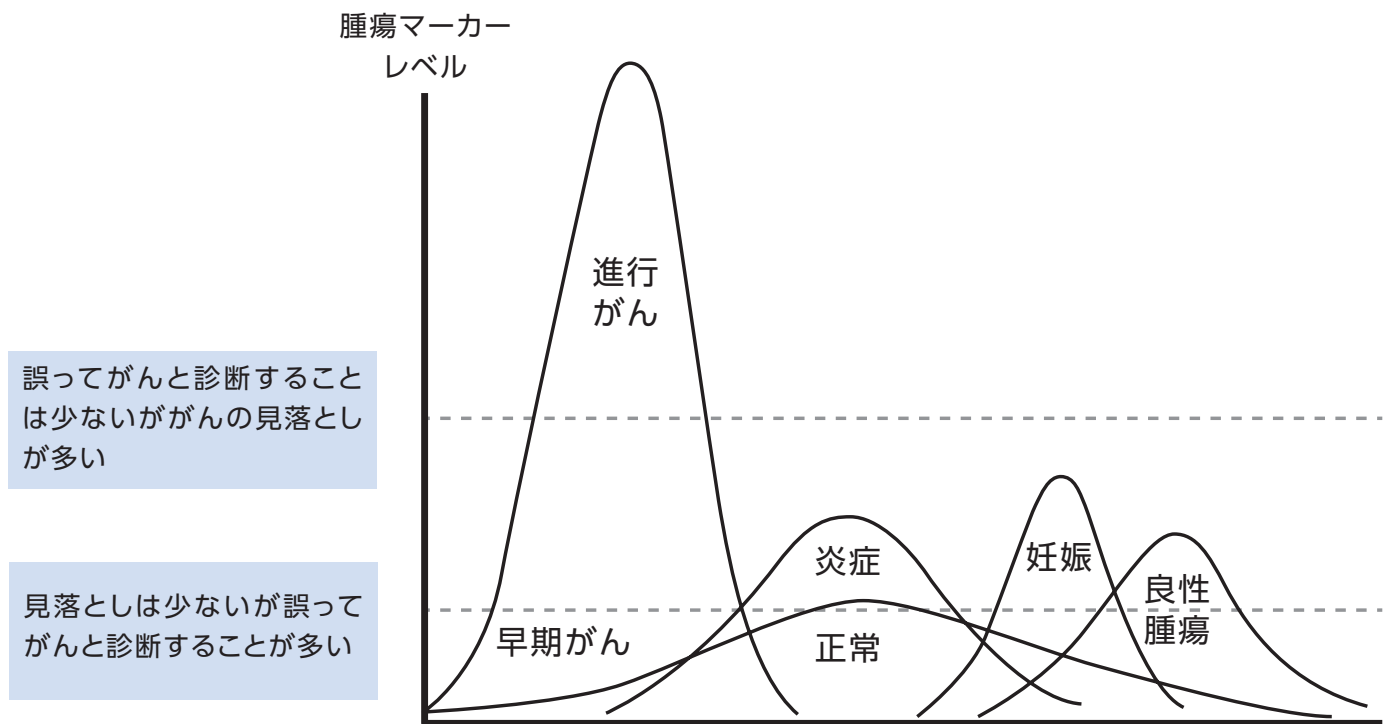


腫瘍マーカーのレベルと診断

「腫瘍マーカー」は簡単に検査ができるという利点がある一方で、いくつかの問題点があります。第一に、早期がんの診断には不向きです。早期がんのようにまだ小さくて大量の腫瘍マーカーを作り出せていない場合には、腫瘍マーカー検査はあまり役に立ちません。

第二の問題点は、腫瘍マーカーは、がんではない良性の病気(炎症や良性腫瘍など)でも増えることがあります。腫瘍マーカーが高くなっていてもがんであるとは限りません。

■腫瘍マーカーのレベルと診断の基準



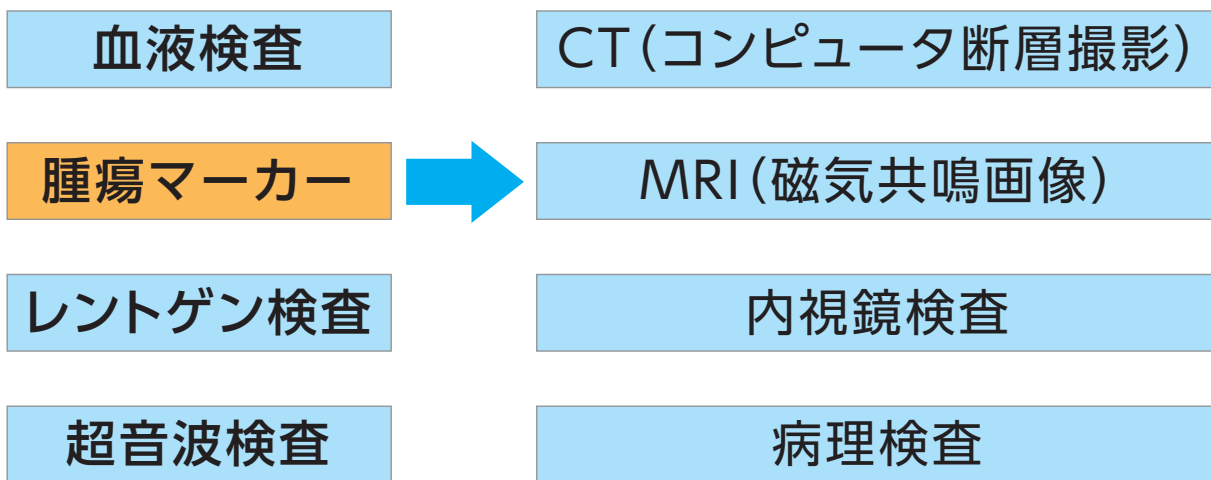
臨床検査技術学1, 医学書院, 1994年 一部改変



がんの検査

「腫瘍マーカー」検査とは、がんがあれば高くなりやすく、がんがなければ高くなりにくい検査と考えてください。腫瘍マーカー検査だけでがんを発見することは難しいのですが、その他の検査を組み合わせることで、がんの発見率は高まります。がんの診断は、血液検査や超音波検査、X線・CT検査などの画像検査、病理検査などを含めて総合的に行われます。

■がんの検査



「腫瘍マーカー」が最も役に立つのは、実は、がんと診断された後なのです。治療効果を判断したり、治療後の再発をいち早く知るための目印として、腫瘍マーカーの役割はとても重要です。また、見つかったがんに対してどのような治療が効果的なのかを知るために、がん細胞の遺伝子を腫瘍マーカーの一つとして検査することもあります。



旬の食材

今回は、春のほんの短い期間にしか味わうことのできない自然からの贈り物「春キャベツ」についてご紹介します。緑が濃く、ツヤとハリがあり、葉の巻きがゆるいものを選びましょう。

栄養部 岩岡 愛美

<キャベツの栄養素に注目>

キャベツは、デザイナーフーズ(がんの抑制効果が高いと認められた食品)のトップレベルに位置付けされるくらいのごい野菜です。

ビタミンCが非常に豊富で、大きめの葉2~3枚程度で1日の必要量が摂れるとされています。また、キャベツから発見されたビタミンUは、胃や十二指腸の粘膜の修復だけでなく胃がんの予防にもなると言われています。さらに、このビタミンUは、結球の中心に近いほど含有量が高く、低温貯蔵中(4℃)に増加することがわかっています。購入したキャベツはすぐに食べるのではなく、冷蔵庫で寝かせてから食べるようにしてみましょう。また、ビタミンUやビタミンCは、熱に弱く水に溶けやすいため、サラダなどにして生で食べるか、さっと炒めてなるべく加熱時間をかけないで食べることをおすすめします。

※キャベツは、一年を通して手に入りやすく身近な野菜の一つです。「春キャベツ」でなくても同様の効果が期待できます。



質問 コーナー

(第24回市民公開講座の参加者アンケートより)

Q: 膵臓がんが増えているとお話でしたが、なぜ増加しているのでしょうか。最大の要因は何でしょうか。食生活が関係しているのでしょうか。食生活で気を付けることはありますか。食事療法や予防法も教えてください。

A: 食事と膵臓がんの直接の関係を示す証拠はありませんが、膵臓がんが増えている原因としては食文化の欧米化と医療の進歩が考えられています。そのため食生活としてはファストフードなどの脂肪分の多い食事は避け、なるべく添加物の少ない食事を心がけるのが良いと思います。

●回答者 順天堂大学医学部消化器内科学講座

准教授 藤澤 聡郎

がん治療センターのご案内

▶予約・お問い合わせ・・・03-5802-8196

がんに関する情報提供や、ご相談(予約制)が可能です。
お気軽にご利用ください。



パンフレット・フリーペーパー 等



情報誌・文庫本 等



待合室



最寄駅からの アクセス

- JR線 「御茶ノ水」駅下車(御茶ノ水口)……………徒歩約5分
- 東京メトロ(丸ノ内線) 「御茶ノ水」駅下車……………徒歩約5分
- 東京メトロ(千代田線) 「新御茶ノ水」駅下車(B1出口)……………徒歩約7分

がん治療センターニュースレター

[2020年5月 第33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/>



がん患者さんの社会復帰を支えるリハビリテーション

順天堂大学
医学部附属静岡病院
リハビリテーション科
准教授 田沼 明

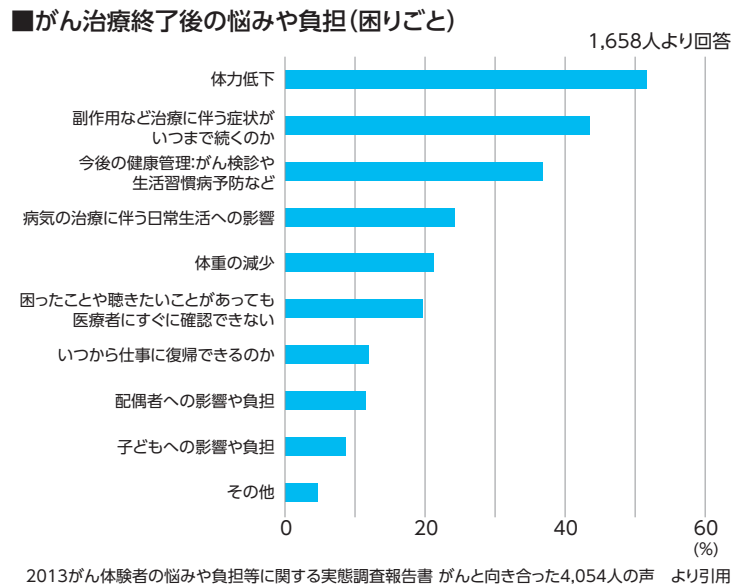


リハビリテーションというと、脳卒中や骨折の後に行われるイメージがあると思いますが、がん患者さんに対しても行われます。

今や日本人の二人に一人ががんになる時代と言われておりますが、一方で治療技術の進歩により生存率が増加しています。したがって、がんと診断されてもそれまでと同じように社会生活を送れるようにすることはとても大切なことであり、それを支援するためにリハビリテーションが必要とされています。

～がん患者さんの困りごと～

右グラフの**がん治療終了後の悩みや負担(困りごと)**に関する調査では、約半数が体力低下を挙げており、また、約1/4が病気や治療に伴う日常生活への影響を挙げています。これらのことからがん患者さんに対するリハビリテーションの重要性をうかがい知ることができます。



～がん治療とリハビリテーション～

リハビリテーションはがん治療のあらゆる段階で行われます。

●手術前後

胸やお腹の手術後に肺炎が起こりやすい、乳がんの手術後に肩の運動障害が起こりやすい、頭頸部がんの手術後に肩の運動や飲み込みの障害などが起こりやすい、といったように手術の影響によって発生する障害の予防や回復を図ります。



●抗がん剤や放射線による治療中・治療後

これらの治療によって吐き気やしびれ、だるさなどの不快な症状が出ることもあり、つい体を動かさなくなりがちです。しかし、長い間体を動かさないと運動機能や呼吸機能、心機能などが低下して動けなくなってしまいます。寝たきりになってしまうと、生活の質が低下するとともに積極的ながん治療が困難になってしまう場合があるため、できるだけ体を動かすようにしていきます。

●進行したがんに対して

体力が低下しがちです。寝たきりを避けること、生活の質を維持することなどを目標にリハビリテーションが行われます。また、骨への転移がある場合に骨折のリスクを減らすための動作の練習を行うこともあります。



あとがき

みなさんは、病院の待ち時間をどのように過ごされていますか。
がん治療センターでは、がんに関するパンフレットや本が置いてあります。診察前にお寄りいただき、待ち時間に読書はいかがですか。当日にご返却いただけるようであれば貸出も可能です。
待ち時間を有意義に過ごすためのひとつの方法として、がん治療センターに一度足をお運びいただけると幸いです。