



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。

がん治療前に口腔ケアを!

お口の中は、ばい菌がいっぱいです



お口の中には4,000億個の微生物がいます。

また、口腔は大腸に次いで多くの微生物が検出され、その密度は糞便よりもはるかに高いと言われています。



がん治療前には口腔ケアで、ばい菌の数を減らすことが重要です。



順天堂大学医学部
歯科口腔外科学研究室
先任准教授
生木(篠原) 光代

きれいなお口で

手術や抗がん剤、放射線治療に臨んでください



口腔ケア前



口腔ケア後

口腔ケアとは

口の中をきれいにして健康な状態にする処置です。

- ① 歯垢や歯石の除去
- ② 感染源となる歯や動揺している歯の抜歯
- ③ 虫歯の治療
- ④ 入れ歯の調整
- ⑤ 全身麻酔の際、歯が傷つかないように装着するマウスピースを作る



術後、食事がとれ、早期の回復が期待できます。

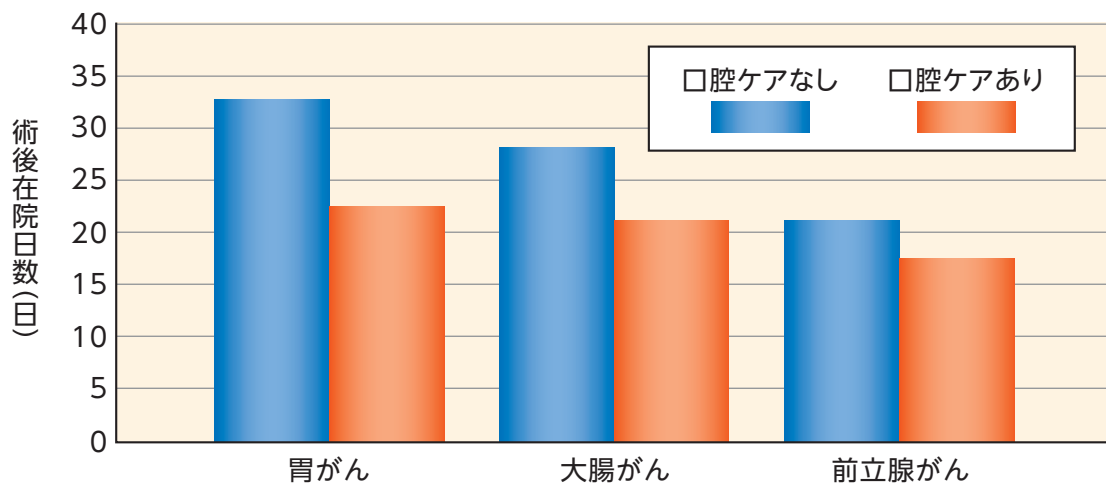


次のページをご覧ください。➡

口腔ケアの効果

手術や抗がん剤、放射線治療などで免疫力が低下したときにおこる、口腔内細菌による肺炎や口内炎などの合併症のリスクを減らせます。

① 在院日数の短縮

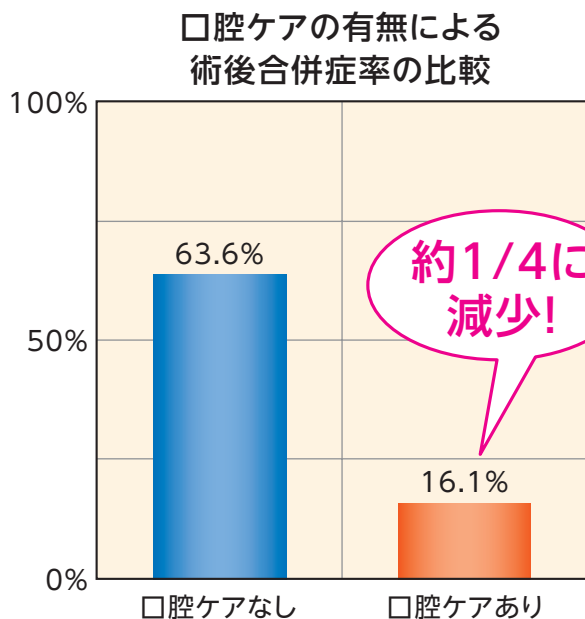


日本歯科医師会HPより抜粋

大西徹郎 看護技術 54(2005)を一部改編

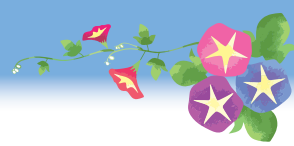
がん患者に対して手術前後に口腔ケアを行った場合、行わなかった場合と比較し、在院日数が短縮されることがわかっています。

② 術後の合併症の減少



がん患者に手術前の口腔ケアを行った場合と行わなかった場合を比較すると、行った場合は術後合併症が1/4に減少することがわかっています。

日本歯科医師会HPより抜粋



口腔ケアにより手術後肺炎、傷口からの感染、抗がん剤・放射線による口内炎、あごの骨への炎症(骨髄炎)が減少します。



放射線による口内炎(舌)

口腔ケアは、がん治療後の社会復帰をスムーズにします

がん治療には、医科と歯科の連携が重要です

がんと診断されたら主治医に紹介状を依頼し、歯科を受診しましょう。

がん診療を行う病院



かかりつけ歯科医院



紹介状とともに
口腔ケアを依頼



治療後に口腔内の
情報提供書を持参



定期的に歯科を受診している方も、しばらく歯科を受診していない方も、がん治療を始める前に歯科医院を受診することが重要です。



旬の食材

涼風が気持ち良い季節になりました。これからどんどん寒くなってきますが、風邪をひかないように気を付けていきたいですね。

今回は、免疫力を高めてくれる、秋の味覚《きのこ》についてご紹介します。

きのこには、次のような様々な栄養効果が期待できます。

毎日の食事にきのこを積極的に取り入れましょう。

栄養部 内山 小佑里

○βグルカンを多く含み、免疫力を高めてくれます。

○不溶性食物繊維を豊富に含み、便秘の解消やコレステロール値の低下に効果的です。

○干ししいたけに多く含まれる、ビタミンDの前駆体エルゴステロールは、カルシウムの吸収を促進します。



質問コーナー

(第23回市民公開講座の参加者アンケートより)

Q: 分子標的薬は、抗がん剤と違いますか。遺伝子検査(遺伝子パネル検査)をしないと適応するかどうかはわからないのでしょうか。

A: 分子標的薬と以前からある抗がん剤(あるいは殺細胞効果薬剤とも呼ばれます)の違いは、前者が標的とする分子(蛋白質)の機能を抑える事などを指標に開発されたのに対し、後者は腫瘍細胞の増殖抑制を指標に開発された薬剤です。分子の機能を制御するということは、その分子に異常があることが条件になりますが、講演でもお話したコンパニオン診断と呼ばれる方法でも適応があるかわかることがありますので、パネル検査が必須ではないケースもあります。

●回答者 順天堂医院がん治療センター センター長
順天堂大学大学院医学研究科臨床腫瘍学 教授
順天堂大学医学部腫瘍内科学研究室 教授 加藤 俊介

がん治療センターからのお知らせ

▶ 予約・お問い合わせ・・・03-5802-8196

(A) ミニレクチャー (要予約・定員20名)

テーマを決めて、約20分間の内容の講義を行い、質疑応答の時間を設けています。
テーマが変更になる場合もございますので、申し込み時に確認をお願いいたします。

2019年	9月21日(土)	①がんゲノム医療	10:00～	腫瘍内科
		②エビデンスに基づいた緩和的放射線治療	10:50～	放射線科
	11月16日(土)	①低侵襲治療(主に胃がん)について	10:00～	消化器・低侵襲外科
		②治療・療養生活を支える社会保障制度について	10:50～	医療福祉相談室
2020年	1月18日(土)	①大腸がんについて	10:00～	大腸・肛門外科
		②がんの痛みを和らげよう	10:50～	緩和ケアチーム
	3月21日(土)	①食道がんについて	10:00～	食道・胃外科
		②がん治療と食事について	10:50～	栄養部

場所・・・順天堂医院 D棟7階会議室 時間・・・10:00～11:30

(B) がん茶論 (要予約・定員20名)

他の患者さんの体験を聞いたり、他の家族の方からアドバイスを受けたりする場を提供しています。

9月11日(水)、10月5日(土)、11月2日(土)、12月7日(土)

≪平日開催希望者が増えてきた為、9月は平日(14:00～16:00)の開催とさせていただきます≫

場所・・・がん治療センター 1号館 3階 時間・・・10:00～12:00

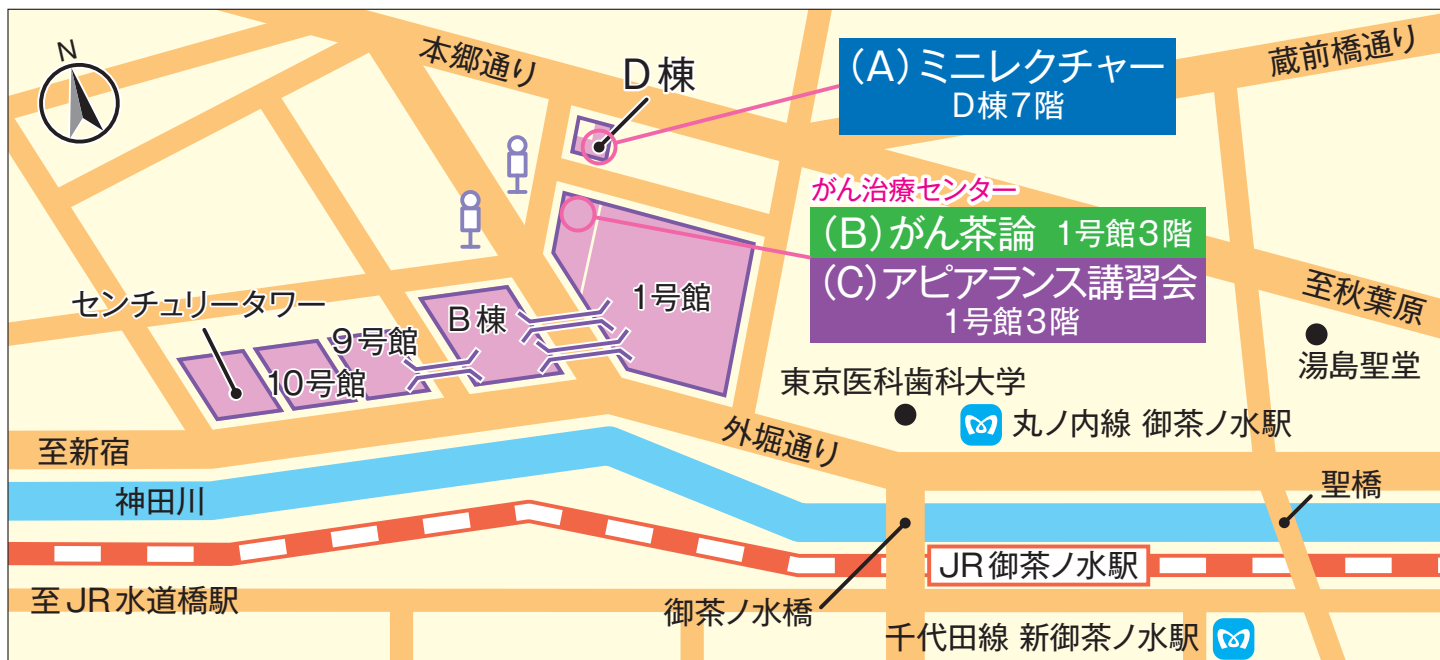
(C) アピアランス講習会 (要予約・定員20名)

講習会后展示会(ウィッグ・下着)も開催いたします。お気軽に性別問わずご参加ください。

※アピアランスとは「外見」という意味です。

10月19日(土)、12月21日(土)

場所・・・がん治療センター 1号館 3階 時間・・・10:00～11:30



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

[2019年9月 第31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/>





小児緩和とグリーンケア

臨床心理士
西尾 温文

今回は子どもが親と死別するときについて書かせていただきます。

私は子どもの出産に立ち会いました。出産は妻にとって大事業で、男はそばにいる以外何もできないと思いました。また、産道を通して生まれてくる子どもが右旋回しながら出てくるのを見て、ヒトの誕生の仕方があらかじめプログラムされていることに驚きました。

我が子の成長を見届けたいという思いは、多くの親にとって共通の思いではないでしょうか。

子育て中にがんになり、成長を見届けずに亡くなるのが稀にあります。子育て中の死は、親にとって受け入れ困難です。親の胸中を思うと無念に違いありません。

Bちゃんのお母さんは、Bちゃんが幼い頃から闘病していました。そして、お母さんはその都度、Bちゃんに分かる言葉で治療について説明していました。何回目かの入院の時に初めてお会いし、自分が亡くなることをどう伝えたらいいのか相談されました。お母さんが亡くなった後、Bちゃんの支えになるのは何でしょう。

私は、それは言葉だと信じています。言葉に籠められた思い、気持ちが子どもに伝わり、それからの人生を支えてくれるはず
です。Bちゃんのお母さんは、きちんとBちゃんにお別れが近いことを話し、お母さんの身体はなくなってもいつもそばにいるからねと話しました。Bちゃんは涙をポロポロ流しました。お母さんは、話してよかったです。涙を拭いて、抱きしめてあげられましたと教えてくれました。



写真と本文は関係ありません。写真提供:一般社団法人エッグツリーハウス

あとがき

がん茶論をご存知でしょうか。毎月1回、がん治療センターで開催されている、がん患者および家族の集まりです。がんの部位にかかわらず、毎回、お互いの体験を話して共有しています。そこにいつもいらっしゃるKさんは、大の落語好き。「今月は15回寄席に行った。以前は毎日のように行っていた。笑うと健康にいいし、免疫力もあがるのよ」と話します。江戸時代には、各町内に1軒ずつはあった寄席も、今では都内に4軒を数えるのみ。落語はテレビでも見られると言われそうですが、ライブとテレビでは大違い。そこに人がいてその存在を感じながら話を聴くことの意味の大きさは、寄席に限らず、がん茶論でも感じます。

臨床心理士 西尾 温文