

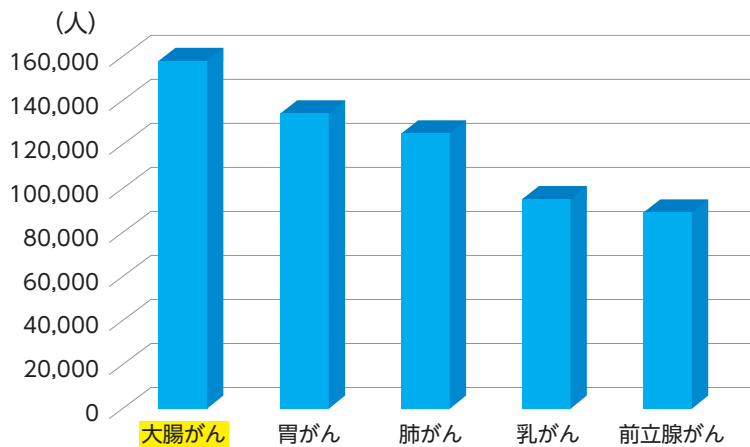


がん治療センターニュースレター

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。

大腸がんが第1位!

2019年1月16日に発表された、「全国がん登録」に基づく初の公式データでは、「がん」の中で最も多いがんは「大腸がん」と公表されました。



がんの部位別罹患数
(2016年)
厚生労働省より



順天堂大学
医学部消化器外科学講座
(下部消化管外科学)
准教授 高橋 玄

部位別で最も多かったがん **第1位は、「大腸がん」** で、「胃がん」、「肺がん」が続きます。



大腸がんの増えている原因は、

1. 食生活の欧米化
2. 肥満
3. 飲酒

とされており。

一方、大腸がんのリスクを下げるには、

1. 適度な運動
2. 野菜や果物の摂取
3. 大腸がん検診を受けることとされており。

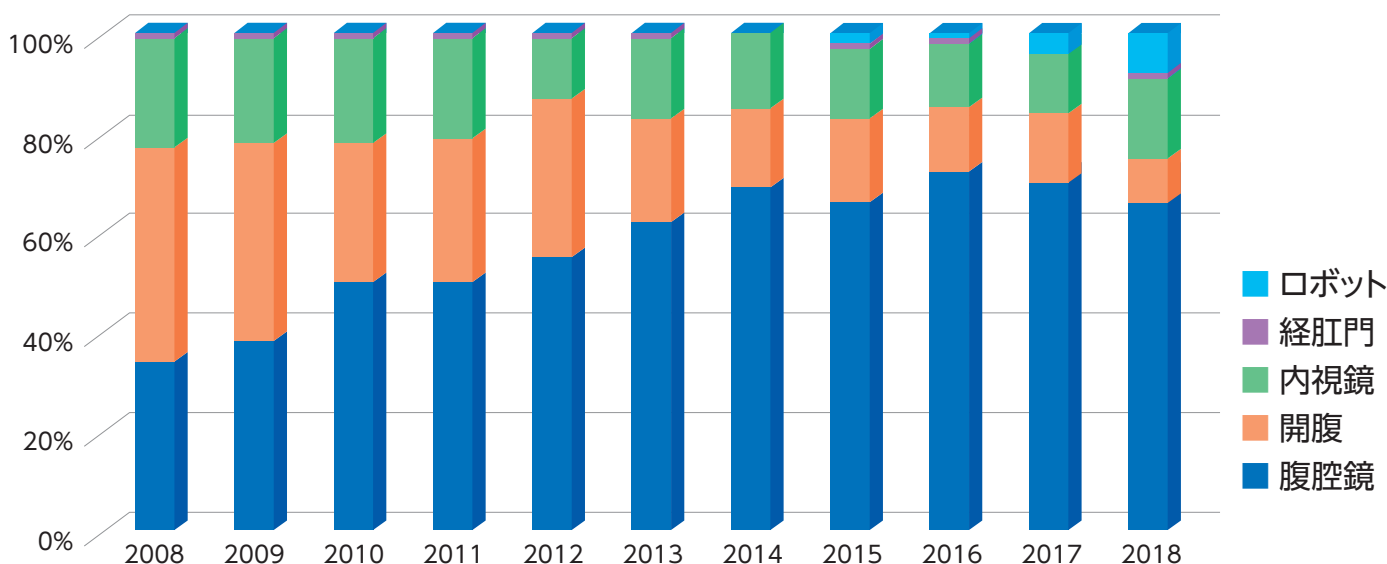
是非、大腸がん検診を受けましょう!

次のページをご覧ください。➡

大腸がんは低侵襲治療

大腸がんの最新治療として、大腸・肛門外科では、1. 内視鏡治療、2. 腹腔鏡手術、3. ロボット(ダビンチ)手術など、いずれも身体にやさしい、非常に低侵襲な治療を行っております。

順天堂医院大腸・肛門外科における、大腸がん治療方法の変遷



グラフに示すように、「開腹手術」は減少し、内視鏡・腹腔鏡、そしてロボットによる、「低侵襲治療」が多くを占め、早期退院・早期社会復帰が可能になっております。

内視鏡治療 (EMR・ESD)

開腹手術より腹腔鏡手術やロボット手術は低侵襲な治療と言えますが、最も低侵襲な治療は体に傷がつかない内視鏡治療と言えます。しかし、早期大腸がんが対象となり、すべての大腸がんに適応するわけではありません。日帰りのEMR(内視鏡的粘膜切開術)や、2~4日の入院によるESD(内視鏡的粘膜下層剥離術)を積極的に行っています。



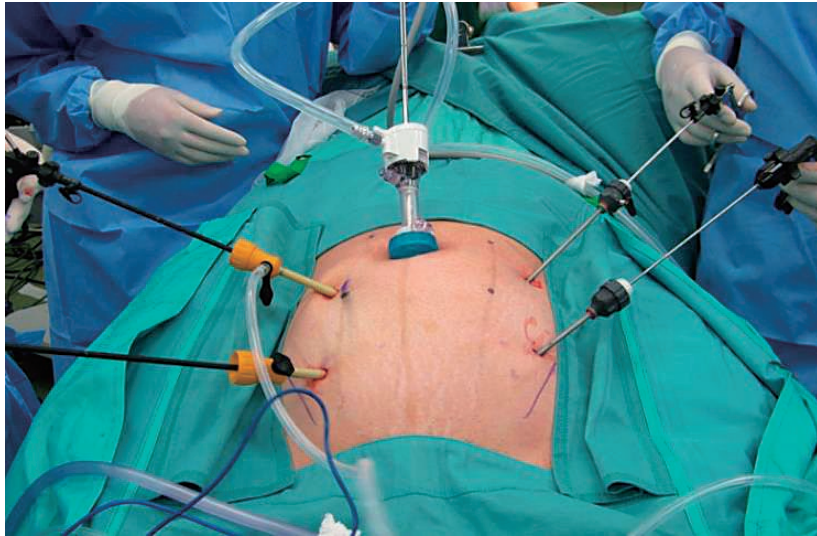
ESD:大きな腫瘍を一塊で切除することができます。

大腸がんESD件数全国第2位!

順天堂医院(大腸・肛門外科+消化器内科、2016年)

✿ 腹腔鏡手術

腹腔鏡手術は、ポートと呼ばれる細い筒を4~5本挿入して、「鉗子」と呼ばれる細長い手術器具で手術を行います。開腹手術と同じように、「がん」や「リンパ節」をすべて取り除き、小開腹創から摘出します。

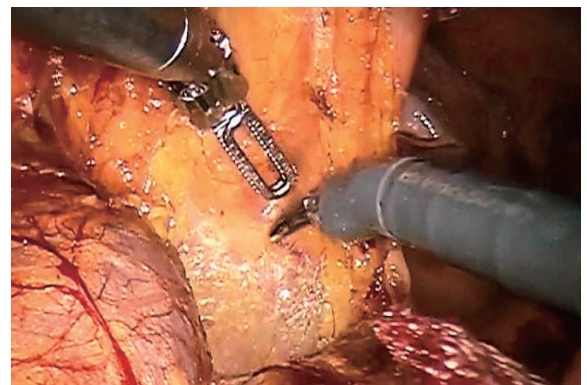


✿ ロボット手術

ロボット手術では、遠隔操作というだけでなく、ロボットならではの機械の緻密性や柔軟性、安定性などを持ち合わせ、特に肛門に近い直腸がんの際に力を発揮します。

2018年4月から保険収載されました。

順天堂医院大腸・肛門外科では2015年5月から積極的にロボット手術を行っています。



柔軟に曲がるロボット鉗子の先端



実際にサージョンコンソールでロボットを操作している。

旬の食材

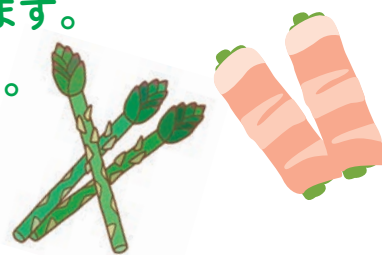
さわやかな風が吹き渡る季節となりました。
新生活が始まり、そろそろ緊張が解けて、疲れが出てくるころかもしれません。
今回は、疲れが出やすい時にぴったりの栄養のある旬の食材、「アスパラガス」と「鰹(かつお)」を紹介します。

栄養部 福島 由佳里

アスパラガス

アスパラガスの名前の由来ともなっているアスパラギン酸は、新陳代謝とタンパク質の合成を促進するので疲労回復に効果があります。

穂先が絞まっていて、茎が色濃く太いものを選びましょう。



鰹(かつお)

5月に旬を迎える初鰹は、戻り鰹(8月下旬～9月ごろ)に比べ、脂肪が少なく、身が引き締まってさっぱりとしているのが特徴です。

鰹には、血液の性状を健康に保ち、特に血栓ができにくくする働きのあるDHAやEPAが多く含まれています。その他にも

初鰹に多い締まった赤身にはたんぱく質の他、鉄分ビタミンB12、タウリン、ナイアシンなども豊富なため、貧血や疲れが気になる人にぜひ食べていただきたい食材です。



質問 コーナー

(第22回市民公開講座の参加者アンケートより)

Q: 現在3年間隔で大腸内視鏡検査をしていますが、ポリープの有無、または量により(全くポリープのない時もある)次回の検査までの間隔は変わりますか。

A: ポリープが比較的多く見つければ、処置・切除したとしても数年間は続けた方が良いと考えます。逆に、2～3年連続でポリープがなければ、2～3年間隔でも良いと思います。ただし、その際も、施行しない年に関しては、簡便にできる便潜血検査は望ましいと考えます。

●回答者 順天堂大学医学部消化器外科学講座(下部消化管外科学) 准教授 高橋 玄

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	5月25日(土)	①最近の乳がん治療について ②婦人科悪性腫瘍治療と合併症 ～リンパ浮腫との上手な付き合い方～	10:00～ 10:50～	乳腺科 産科・婦人科
	7月20日(土)	①がんの運動器障害 ～がん口コモと骨転移～ ②がんの療養とリハビリテーション	10:00～ 10:50～	整形外科・スポーツ診療科 リハビリテーション室
	9月21日(土)	①がんゲノム医療 ②エビデンスに基づいた緩和的放射線治療	10:00～ 10:50～	腫瘍内科 放射線科
	11月16日(土)	①低侵襲治療(主に胃がん)について ②治療・療養生活を支える社会保障制度について	10:00～ 10:50～	消化器・低侵襲外科 医療福祉相談室
2020年	1月18日(土)	①大腸がんについて ②がんの痛みを和らげよう	10:00～ 10:50～	大腸・肛門外科 緩和ケアチーム
	3月21日(土)	①食道がんについて ②がん治療と食事について	10:00～ 10:50～	食道・胃外科 栄養部

場所・・・順天堂医院 D棟7階会議室 時間・・・10:00～11:30

*5月25日(土)のみ順天堂医院D棟8階カンファレンスルームでの開催となります。

(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。

5月8日(水)、6月1日(土)、7月6日(土)【8月休会】

◀5月は第1土曜日が祭日の為、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)

講習会後展示会(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。

6月15日(土)、8月17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

あとがき

今年のGWはどのように過ごされましたか。10連休だった方も多かったのではないのでしょうか。10連休とまでは行かなくてもまとまった休みはうれしいものです。私は、毎朝、ラッシュが嫌で、電車に乗るなら座った方がお得と朝5:50の電車に乗ることにしています。歳のせいか、早起きになってきて、先日は朝5:30の電車に乗りました。するとなんと、人がいっぱい乗っているではありませんか。なるほど、5:50の電車は近くの駅が始発だったから座れていたことに気が付きました。同じ車両に乗り合わせた人と会話はしませんが、“働くことは、休日を有意義に過ごすため”自分も含め、みんなそう思って朝早くから頑張っているのだと思わずにはいられません。

臨床心理士 西尾 温文

がん治療センターニュースレター

[2019年5月 第30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: <http://www.juntendo.ac.jp/hospital/cancer/>





小児緩和とグリーンケア

臨床心理士
西尾 温文

私は緩和ケアチームの一員です。

今回は10年ほど前に出会った70代のYさんについて書かせていただきます。

その頃、緩和ケアにおける心理士の役割について悩んでいました。当時の上司にとにかく行って来なさいと言われ、心理士の仕事はまず話を聴くことと決め、初めに「いかがですか」と声をかけていました。そんなある日、呼吸苦でつらい思いをされていた患者さんに「いかがですか」と尋ね、「話したら呼吸が楽になるのか!」と叱られました。

そんな時、Yさんと出会ったのです。

Yさんは下町育ち、同じ町内の若い人たちをみな自分の子どものように話します。

Yさんは「祭りの時に出す山車があるけれど、その組み立て方は自分じゃないと分からないんだ。それを若い衆に伝えないといけない。家の庭は小さいけれど、盆栽が好きでね、絵を描くのも好きだよ。そりゃ、病気は治して帰りたいよ。でも、治らないならちゃんと教えてもらわないと困るよ。」と言います。そこで、Yさんの奥様は医師に「夫を家につれて帰りますから治らないってはっきり言ってあげてください」とお願いしたところ、医師はきちんと伝えてくれました。

私は、Yさんが盆栽と絵を描くのが好きだと聞いて、木の絵を1枚描いていただけませんかと頼んでみました。

写真はその絵です(図1)。

Yさんは木の根元に立ち、上を見上げています。空に伸びる幹はYさんの人生を、そして空に向かう樹冠は人生の先を示しているように見えます。

絵を渡すとき、Yさんは「君と話せて楽しかったよ」と言ってくれました。

私は今でも「いかがですか」とワンパターンを続けています。



図1