



# 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。

## 乳がんの手術について (乳房再建術の話題)



順天堂大学医学部 外科学教室  
・乳腺・内分泌外科学研究室  
助教 森 昌子

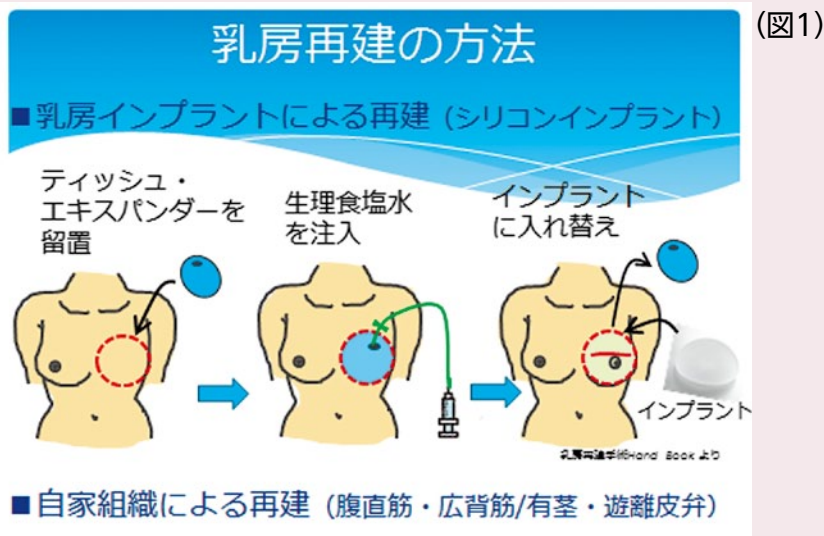
乳房インプラントが保険適応となったことで、  
乳房全摘術後に再建術を受ける患者さんが増えています。

乳がんの治療には、手術・薬物治療・放射線治療の3つがあります。薬物治療が進歩し、新しいお薬が登場していますが、手術も依然として重要な治療のひとつです。

病変の広がりが小さい早期の乳がんに対して、乳房部分切除術が可能です。手術後の形をなるべく損なわないように、乳房の中や近くの組織を移動させて形を整える乳房形成術を行っています。

乳がんの大きさ・性質によっては乳房全摘術が行われ、失った乳房を再建するには乳房インプラントによる再建と自家組織による再建の2つの方法があります(図1)。インプラントとは人工物のことです。2013年から健康保険適応となったシリコン製の人工の乳房を用いて、組織拡張器(ティッシュ・エキスパンダー)を併用した2期法が現在のところ一般的です。順天堂医院では、乳腺外科と形成外科の医師が合同で手術を行っています。

自家組織による再建とは、お腹や背中などの自分の組織を移動させて再建します。血管が繋がったまま移動する方法(有茎皮弁法)と、一旦切り離してから移動する方法(遊離皮弁法)があります。順天堂医院では、乳がんの手術とは別の時期に形成外科の医師が手術を行います。



### ●手術を受けるために注意することは?

喫煙や肥満は傷の治りに影響を与えていると言われています。再建した自家組織が生着しない、インプラントの感染を起こすリスクが高くなることから、禁煙、適正体重を保つことが重要です。

再建の時期による分類(表1-1)	
1次再建(同時再建)	2次再建
乳がん手術と同時に進行	乳がん手術と別の時期に進行
<ul style="list-style-type: none"> <li>○乳房の喪失感が少ない</li> <li>○手術の回数が少なくすむ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○乳がんの治療に専念できる</li> <li>○考える時間が十分にある</li> <li>○乳房再建を行う施設を別に選ぶことができる</li> </ul>
◇手術までの短期間に乳がん手術と乳房再建の両方について理解し手術法を決定しなければならない	◇乳房を失った状態で過ごす期間がある ◇手術回数が多くなる

長所

短所

再建術の回数による分類(表1-2)	
1期再建	2期再建
1回の手術で乳房をつくる	2回に分けて乳房をつくる
<ul style="list-style-type: none"> <li>○乳がんの切除で失われた皮膚を自家組織で補う必要がある</li> <li>○皮膚の切除が非常に少なく補う必要がない場合は良い適応である</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○失われた皮膚を補うため再建部位に埋め込まれた組織拡張器を数か月かけて徐々に膨らまし皮膚を伸ばす</li> <li>○拡張器をインプラントや自家組織と入れ替える2回目の手術が必要である</li> </ul>

### ●いつ、どの方法で再建術を受けるのが良いか？

患者さん個別で適した方法が異なります。手術後のお薬や放射線の治療があるかないかに応じて、再建手術の時期は計画的に予定されることが必要です。

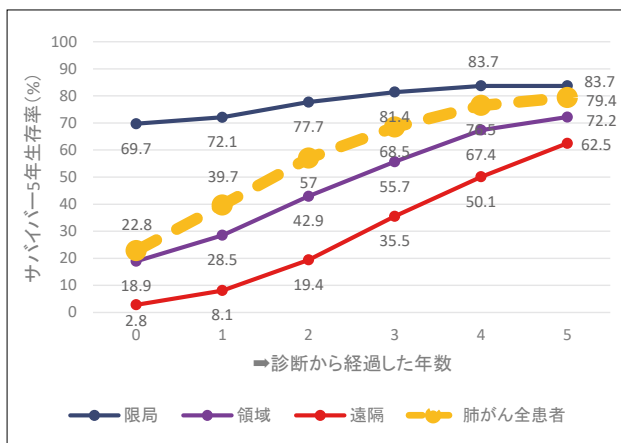
自然な乳房の形を望む人、手術の負担をなるべく軽くしたい人など、希望は患者さんによって様々です。乳房の元々の形状も重要な要素となります。乳腺科医、形成外科医が連携し、患者さんと十分な相談の上で再建時期・方法・合併症対策を決めていくことが大切です(表1-1、表1-2)。

## 院内がん登録報告

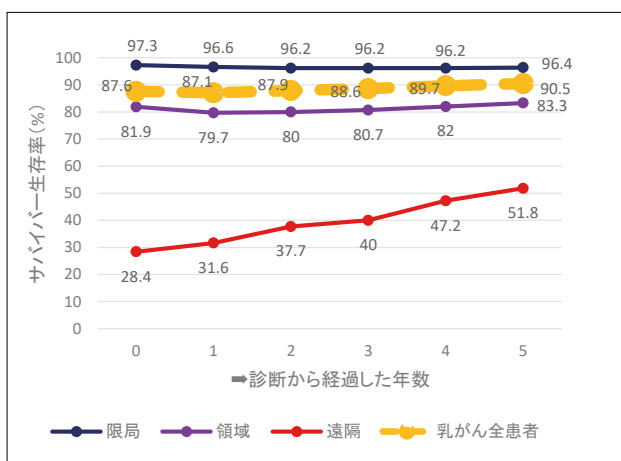


診療録管理室 野田 美奈子

### 男性: 肺がん



### 女性: 乳がん



## 「がんサバイバー」・「サバイバー生存率」ってご存知ですか？

「がんサバイバー」という言葉を聞いたことはありますか？

先の都知事選でも候補者のひとりが、がんサバイバー代表として話題になりましたね。がんと診断されてから治療中の人、治癒した人、再発した人すべてを言います。

最近では治療で治るがんも多いため、患者さんには経過年数に応じた生存率が必要になってきます。そこで診断時から1年以上経過した時点にあわせ、5年生存率で示されるのが「サバイバー生存率」です。

当院では昨年(2015年)、男性は肺がん、女性は乳がんが1番多かった(がん拠点病院院内がん登録全国集計用提出データ)のでそれぞれのがんについての日本のサバイバー生存率を紹介させていただきます。

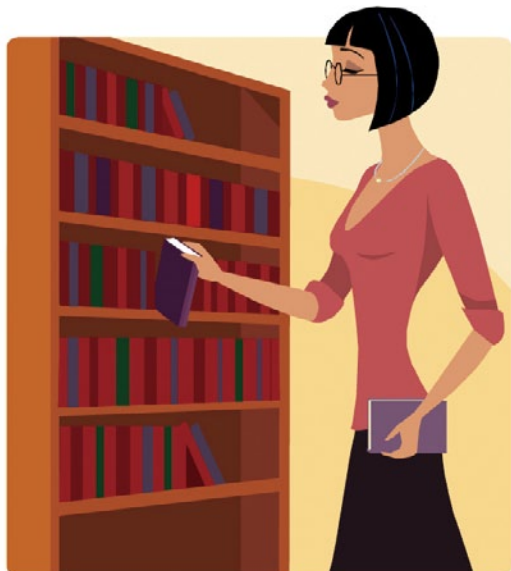
●グラフの中の凡例(限局、領域、遠隔)は診断時の進行度です。  
 限局・・・原発臓器にとどまっている(StageI-II)  
 領域・・・近隣のリンパ節への転移や周りの臓器に浸潤している(StageII~III)  
 遠隔・・・原発腫瘍から遠隔のリンパ節や臓器に転移している(StageIV)を示します。  
 ※参考資料: 地域がん登録資料(1993-2006診断例)より

このようにサバイバー生存率は診断からの年月が経過するほど上がってきますのでサバイバーの皆さんには希望につながる目に見えるデータです。がん登録(全国・院内)は患者さんにわかりやすい情報提供も心掛けています。

# がん治療センター

がんに関する情報をご提供しております。  
ご自由にご覧いただけます。

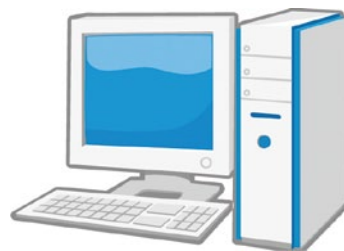
図書コーナー



医療用かつら  
ケアぼうしのご案内



インターネットで  
がん情報の検索



掲示物・パンフレット



- \*講演会のお知らせ
- \*患者会・患者支援団体からの情報
- \*緩和ケアに関する情報
- \*相談支援センターに関する情報
- \*食事・生活についてのパンフレット
- \*各種がん・治療に関するパンフレットetc.

**がん治療センターは、8月8日(月)より下記に移転しました**



<お問い合わせ先>

03-5802-8196 (直通)

03-3813-3111 (代表)

内線5348

**がん治療センター**

\*看護師や心理士等による相談も受け付けています(予約制)。  
詳細は上記までお問い合わせください。



# アピランスケア(外見ケア)って知っていますか?

がん治療センター・がん看護専門看護師 中野 真理子

がん体験者4,054人の声をまとめた研究では、がん治療中の悩みや負担として、5割の人が「治療に伴う症状のつらさ」を、3割の人が「外見の変化」や「治療に伴う症状への対処の仕方」を挙げています<sup>1)</sup>。そのため、近年ではがん治療に伴う外見の変化へのケア「アピランスケア」の重要性が高まっており、メディアでも取り上げられています<sup>2)3)</sup>。

1)「がんの社会学」に関する研究グループ作成(2016). 2013がん体験者の悩みや負担に関する実態報告書 がんと向き合った4,054人の声,42

2)「外見のケア」少しの工夫で今まで通りの生活を:朝日新聞デジタル(2016年6月29日) [http://www.asahi.com/articles/SDI201606270317.html?iref=com\\_apitop](http://www.asahi.com/articles/SDI201606270317.html?iref=com_apitop)

3)どう向き合う?乳がんの再発:NHKあさイチ(2016年4月13日) <http://www1.nhk.or.jp/asaichi/2016/04/13/01.html>

ここで、患者さんからよくある質問のいくつかにお答えします。



ウィッグはいつ準備したら良いですか?



今までのヘアスタイルとあまり変えたくない場合には、治療開始前にウィッグの準備をお勧めします。ただ、現在のヘアスタイルにこだわりすぎず、自分にあったウィッグを選べると良いと思います。

髪が長いままだと、脱毛時にたくさん髪が抜けたように感じてしまいます。脱毛が始まる前に髪を短くしておくことをお勧めします。

※抗がん剤の種類によって脱毛しやすい薬剤、脱毛しにくい薬剤があります。  
治療開始前に脱毛の有無を医師・看護師・薬剤師等に確認してみましょう。



皮膚のケアで気を付けることはありますか?

抗がん剤治療中の皮膚には、清潔・保湿が重要です。せっけんを泡立てて洗い十分にすすぎ、皮膚の清潔を保ちましょう。この場合スクラブ(細かい粒子)入り洗剤は、皮膚への刺激になり得るのであまりお勧めできません。

クリームやローションは今まで使用していた市販の物で構いません。手洗いや入浴後は、保湿に心掛けましょう。



順天堂医院がん治療センターでは、ウィッグの見本や脱毛ケアのパンフレットなどを設置しています。  
また、偶数月第3土曜日10時~11時30分、アピランスケアの講習会を開催しています。  
がん治療センターの看護師には、国立がんセンター主催のアピランスケア研修会受講を修了したスタッフもいます。お気軽にご相談ください。

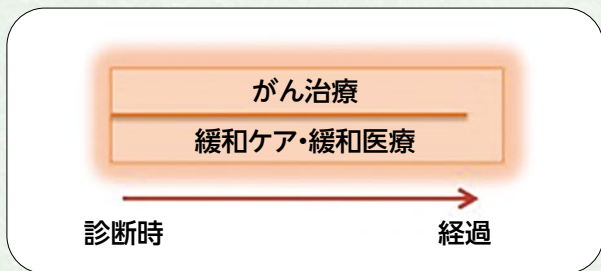




# 緩和ケアと子ども

臨床心理士  
西尾 温文

最近では診断時からの緩和ケアと言われますが、9年前はがんの治療効果が望めなくなり、主として痛みのコントロールを目的として緩和ケアチームへの依頼がなされていました。



子育て中の親御さんが「がん」になり、子どもにどう伝えるのかについて悩まれることがあります。親が入院しているだけでも子どもが不安になるのに、病名を「がん」であると伝えたり、さらには予後不良とされた場合に、生きられる時間が限られていることを伝えるのは親に苦悩をもたらします。

## 親が病気であることを子に伝える

ある時、「乳がんで抗がん剤治療をするので髪が抜けてしまうこと、手術しておっぱいの形が変わるかもしれないことを子どもたちにどう伝えたらよいでしょうか」と幼稚園に通う子の両親からたずねられました。そこで、次のようにお伝えしました。



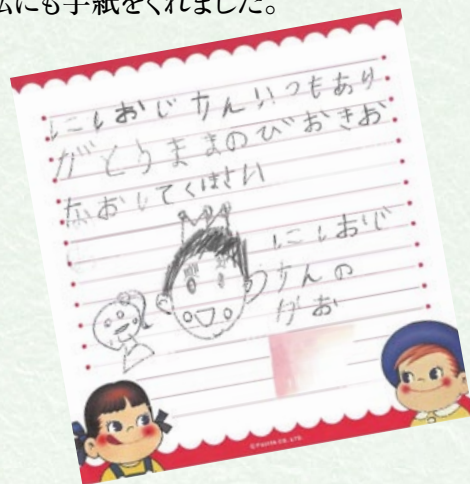
- 治療して悪いものを薬でやっつけるので、髪が抜けるけど、また生えてくること。
- 病気になったのは、あなたのせいではないこと。
- おっぱいの形が変わってもお母さんであることに変わりはないこと。



• お母さんは病気を治すためにがんばること。を伝えてほしいと話しました。子どもがどんなふうに関心しているかを聞いてあげることから始めてもよいのではともお伝えしました。

相談に来られたお母さんは、お風呂に入った時に子どもに繰り返し上記のことを話しました。

手術の前に子どもは先生に手紙を書きました。心理士の私にも手紙をくれました。



▲子どもが渡してくれた手紙。主治医の先生にも同じように書いていらっしゃる。

今回の話で、子どもはお母さんが病気であることを知っていました。そして、病気を治すために病院に通っていることも知っていました。さらに子どもはお母さんを治してくれる先生に会い、お母さんを治してくださいと気持ちを伝えたいと思っていました。

子どもの思いに応えてくださった先生に感謝するとともに、お母さんを心配するのは子どもの年齢にかかわらないという思いを強くしました。



# 旬の食材

栄養部  
平嶋 奈緒



日中はまだ残暑が厳しいですが、虫の音も聞こえ始め、少しずつ秋の訪れを感じるようになりました。今回は秋の味覚の代表的な食材である、さんま・栗・柿についてご紹介します。

**【さんま】**…血液をサラサラにするEPAや体内の悪玉コレステロールを減らすDHAが含まれており、ビタミンA・ビタミンB2・カルシウム・鉄分も豊富です。さんまには大根おろしが付きものですが、大根おろしにはたんぱく質を分解する酵素が入っており、消化を促進すると同時にビタミンや鉄分の吸収も促進してくれるので、大変理にかなっています。ぜひさんまと一緒に食べるようにしましょう。



**【栗】**…でんぷん質が豊富で、加熱してもビタミンCが壊れにくいという特徴があります。ビタミンC以外のビタミン類(A・B1・B2)やカリウム、亜鉛も豊富に含まれており、少量で必要な栄養素を摂ることが出来ます。また、栗の渋皮にはタンニンと呼ばれるポリフェノールの一種が含まれていて、老化防止やがん予防に繋がります。渋皮も一緒に煮て食べてみてください。

**【柿】**…1個食べると一日の必要量が摂取出来る程ビタミンCが豊富に含まれており、カリウムや抗酸化作用を持つβ-カロテンや水溶性食物繊維であるペクチンも多く含まれています。ちなみに柿の葉は果実の部分よりも多くのビタミンCが含まれているため、天ぷらやおひたし、ごま和えなどに利用すると良いでしょう。



## 質問コーナー

(第17回市民公開講座の参加者アンケートより)

**Q:** 患児を支援する体制が整っていると感じましたが、今後どのような課題があるか教えてください。

**A:** 治療中・治療後を通して、患児を支援する体制は徐々に整っていると思いますが、例えば入院治療中の高校生に対する学習支援は大きな課題のひとつです。現在、入院中の小学生、中学生に対する院内学級や訪問学級はほぼ完璧に行われていますが、高校生に対する学習支援が行われている医療機関は非常に少なく、自主学習や個人的な家庭教師等に依存しているのが実際です。また、移行医療(トランジション)の仕組みを整えることも、非常に大きな課題だと思われます。

●回答者

順天堂大学医学部附属順天堂医院  
小児科・思春期科 准教授 藤村 純也

## がん治療センターからのお知らせ

### がん茶論(要予約・定員20名)

11月5日(土)、12月3日(土)

場所…順天堂医院がん治療センター

時間…10:00~12:00

### ミニレクチャー(要予約・定員20名)

11月19日(土)

場所…順天堂医院D棟7階

時間…10:00~11:30

### アピアランス講習会(要予約・定員20名)

12月17日(土)

場所…順天堂医院がん治療センター

時間…10:00~11:30

▶ 予約・お問い合わせ…03-5802-8196

## あとがき

今回はがん治療センターで行っているメディカルスタッフ相談について紹介します。メディカルスタッフとは医師以外の医療スタッフで、看護師、薬剤師、医学物理士、臨床心理士が担当しています。私が担当している相談には、「がん」で家族をなくされた遺族の方も見えています。私が医師であれば遺族外来ですが、私は臨床心理士なので遺族ケア、グリーフケアとして面接を行っています。

メディカル相談は予約制となっております。ご希望の方はお気軽にお電話ください。

また、新しくなったがん治療センターは、待合室が広くなりました。がんに関する様々な情報を提供しております。ご自由にご覧いただけますので、一度お気軽に足をお運びください。

臨床心理士 西尾 温文

## がん治療センターニュースレター

[2016年10月 第22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/>

