

がん治療センターニューズレター

2014年1月 第15号

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。

新年の挨拶

順天堂医院院長
高崎芳成

新年明けましておめでとうございます。

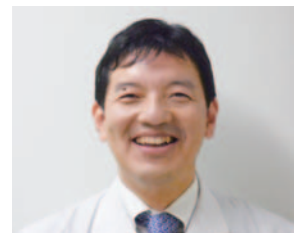
順天堂医院は、平成22年4月より厚生労働省から地域がん診療連携拠点病院の指定を受け、地域のがん診療の中心的役割を担ってまいりました。本年も引き続き、従来にも増してより質の高いがん診療を皆様に提供すべく、決意を新たにしているところです。さて、本年は、新たに腫瘍内科を設立いたしました。今後、「がん治療センター」における中軸的な役割を果たしながら、他科との連携の中で順天堂医院のがん診療が、より高いレベルで実践されるものと期待しております。また引き続き、順天堂の学是である「仁」の精神に基づき、医師ばかりではなく看護師、薬剤師、医学物理士、放射線技師、栄養士、臨床心理士などが協力し、患者さんに対して「全人的がん医療」を実践する所存でおります。皆様におかれましては、治療についてだけではなく、日常生活や社会生活を送るにあたっての疑問・不安などについても、ご遠慮なく「がん治療センター」にご相談ください。

今年もがん治療センターを
どうぞご利用ください

不安なことがあったら、
悩むことがあったら、
困ったことがあったら、
ためらわず、がん治療センターへ

**「腫瘍内科」が****できました！**

腫瘍内科学教授 加藤俊介

平成25年12月10日
付で順天堂大学医学部腫瘍内科学研究室に赴任いたしました加藤俊介と申します。

私は東北大学医学部在学中に「がん」に興味を持ち、平成4年大学を卒業して以来、「がん」の分子生物学的な研究をするともに、「腫瘍内科医」として主に薬物療法を用いてがん患者さんの診療を行ってきました。「腫瘍内科」というとあまり聞きなれない言葉かもしれませんが、がん対策基本法で育成が求められている薬物療法の専門的知識を持つ医師というのが一部あてはまるかもしれません。しかし腫瘍内科は単なる薬物療法の専門家ではなく、全人的医療を行うためのがんチーム医療を担う重要な一員でもあります。今後他の診療科の医師やメディカルスタッフとともに皆様の診療に当たらせていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。

肺がんの発がんと予防

呼吸器内科教授

高橋和久

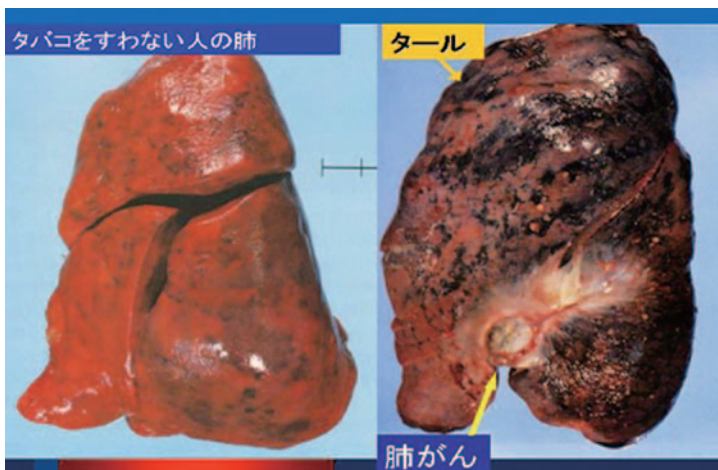


日本においては急速に高齢化社会が進んでおり、その結果、がんが増えています。中でも肺がんで亡くなる方が最も多くなりました。肺が

んの最も重要な原因は、タバコであり、肺がんを減らすには何と言っても禁煙が第一です。日本においては男性の喫煙率は年々低下し、現在40%を切りましたが、女性、特に若い女性の喫煙率が減っていないことが問題です。しかしながら、最近では、薬で比較的簡単に禁煙できるようになりました。また、禁煙ができない方は、どうぞ禁煙外来を受診してください。保険で受診できます。

また、日本では各自治体で「肺癌検診」が行われています。胸部X線と高喫煙者に対する喀痰細胞診の併用で肺癌の死亡率が減少することが示されており、早期診断をする上で、しっかりと検診を受けることが大切です。また、日本ではま

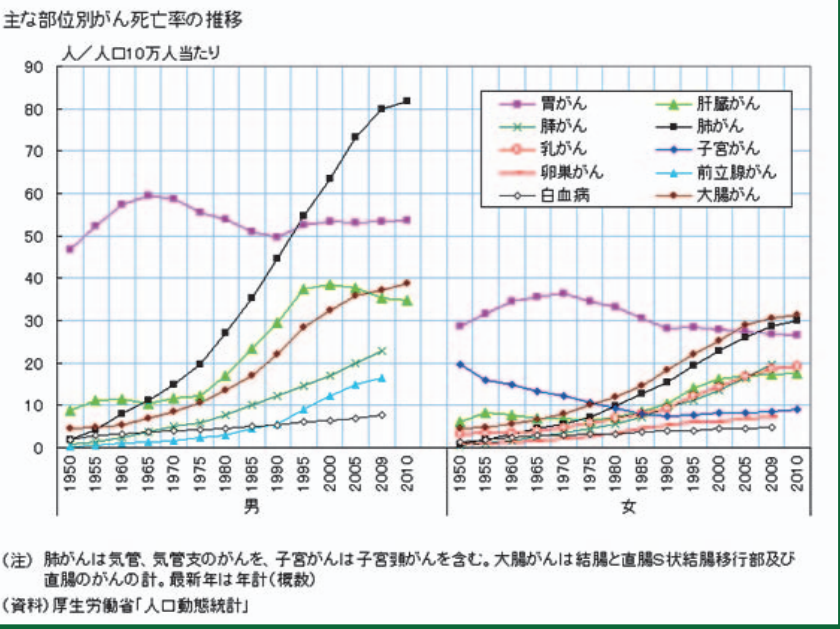
だ一般的ではありませんが、放射線の被爆量が少ない低線量CTを検診で用いると、胸部X線よりも肺癌の発見率が上がり、死亡率が減少することが米国で示され、現在本邦においてCT検診をいかに実施するかについて議論されています。



肺癌治療についてですが、手術、放射線、化学療法（お薬でがんを治す方法）の進歩は目覚ましいものがあり、10年前と比べても治療成績は格段に改善しています。手術は胸腔鏡を併用することで7日以内に退院が可能になりました。放射線治療においても、定位放射線治療、陽子線、重粒子線などの

進歩により、手術が難しいお年寄りにも治療ができるようになってきました。抗がん剤は、分子標的治療とよばれる新しい薬が登場し、従来では想像もできなかったような治療効果が得られるようになってきました。肺がんの顔つき（遺伝情報）を調べることで個々の患者さんにあった分子標的治療薬が選ぶことが可能です。まさに「テーラーメイド治療」の幕開けです。また、がんを兵糧攻めにする「血管新生阻害薬」も使用できます。一方、これらの薬は効果が高く副作用が少ない治療ですが、間質性肺炎など従来の抗癌剤ではあまり見られなかった副作用も報告されています。専門家のもと適正に御使用いただくことが大切です。

最後に、肺がん治療を決する上では、がんの種類、がんの大きさと広がり、全身の状態、年齢、合併症の有無などをトータルで考え、外科療法（手術）・放射線療法・化学療法を効果的に組み合わせ、個々にあった最適な治療を選択することが重要です。肺がんに限りませんが、患者さんにとって最も大切なことは医師の説明を十分にお聞きになった上で納得して治療をお受けになることです。



ときには少し勇気を振り絞りセカンドオピニオンを求めましょう。また、すべての治療には多少の副作用があることをご理解いただき、最終的にはご自身が納得する治療法を選択していただきたいと思います。

資料・参考資料：『世界で一番やさしい肺がん』高橋和久著

発行所：株式会社エクスナレッジ
TEL：03-3403-1321
<http://www.xknowledge.co.jp>

放射線治療の進歩

陽子線・IMRT・LINAC

放射線科教授

笹井啓資



がん治…放射線治療は怖い治療ですか？

笹井…放射線が見るこ
とができないため、怖
いもののように思われ
ます。福島事故以来、
ますます放射線に対す
る不安が募っています。

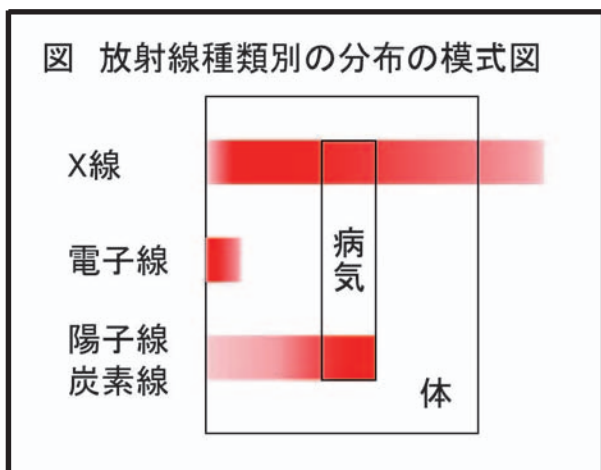
ガスレンジの火を用い
て料理をしますが、火
事では被害が出てしま
います。放射線もこれ
と同じです。放射線を
ねらった部位に用いる
放射線治療は、痛みも
なく安全ながんの治療
法です。

がん治…放射線の種類
は、どんなものがあり
ますか？最近陽子線の
話題をよく聞きますが、
どのようなものですか？

笹井…放射線治療には
体の外から病気に放射
線を照射する外照射と、
病気の中か近くから照
射する密封小線源（放
射線の出る放射線同位
元素をチタンなどの金

属で覆ったもの）による治療、および
放射線同位元素を経口あるいは血管内
に投与して病気に集まらせて治療（非
密封線源治療）があります。外照射で
は電気を置いて放射線を作りますので、
スイッチを切れば放射線は出なくなり
ます。

通常の放射線治療は浅い病気には電
子線、深い病気にはX線を使用します
（図）。どちらもありニアックという装置



を用います。病気に対する効果は同じ
です。レントゲン検査にもX線を用い
ますが、放射線治療では体を通る
能力が高いものを使用しています。最
近では、強度変調放射線治療という技
術でX線を病気の部分のみへたくさん

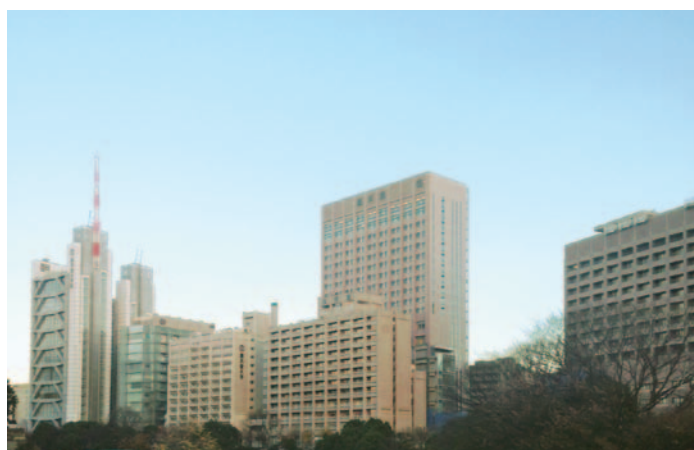
照射し、病気ではない部分の線量を下
げる方法が用いられています。

X線や電子線とは別に、小さな粒子
を真空中で高速で飛ばして病気に照射
する方法があります。メディアでしば
しば取り上げられる陽子線治療と炭素
線治療です。陽子とは水素の原子核の
ことです。炭素線治療では炭素の原子
核を用います。炭素の原子核が陽子よ
りも12倍重いために、重粒子線治療と
言う人もいます。どちらも図で示した
ようにある一定の深さで止まってしま
います。止まる直前でたくさん放射線
（エネルギー）が当たります。このため
X線よりも病気への放射線の集中度が
高くすることが可能です。炭素線は陽
子よりも12倍重いために細胞を殺す効
果が高く、X線では効果の少ない腫瘍
にも有効です。

X線治療でも最近では集中性があげ
られるため、これらの粒子線治療がX
線より本当に有効かどうかに関して、
研究者の意見は一致していません。現
在の共通認識は、陽子線治療は低線量
被ばくする部分が少なくできるので、
将来の発がんが心配な子供たちの治療
に有効であることと、通常の放射線
は効果がない骨肉腫などへの炭素線治
療の有効性です。

のように発展するのでしょうか？

笹井…科学技術の進歩により、放射線
を病気に集中して照射する技術は日進
月歩です。10年前では空想の治療法が
現実になっています。高齢化社会が急
速に進んでいます。放射線治療は、体
への影響が少ないため、体の形や働き
を傷つけることなくがんの治療を行う
ことができ、高齢な患者さんにも使用
することができ、高年齢化社会でも
このように放射線治療は高齢化社会で
は欠くことのできないがんの治療法と
してますます多用されることと思いま
す。





家族ががんになった時

がん看護専門看護師

中野真理子



家族ががんと診断された時、皆さまはどのように感じますか？患者さんと同様にショックを受け混乱することもあると思います。患者さんをどんなふうにサポートしたらいいのわからない、等と困った経験もあるのではないのでしょうか。

多くの調査で、がん患者さんを抱える家族の2〜3割に、強い不安やゆううつが認められるといわれ、家族にも患者さんと同じかあるいはそれ以上に精神的負担がかかります。患者さんががん治療がうまく進めば、家族も元気になります。患者さんの治療経過がよくないと、家族も沈みがちになります。

その他にも、患者さんの身の回りの世話を誰がするのか、患者さんに代わって家族内の役割を誰が担うのか、治療費などの経済的な負担、など様々な影響が考えられます。

では患者さんを支えるためにどのようなことに気をつけたらいいのでしょうか？

○自分自身の健康を守りましょう
患者さんを支えるために、自分自身を大切にし、心身ともに健康でいることが重要です。時には自分のための楽しい時間をつくり、エネルギーを充電することが、患者さんのよき援助者でいられることにつながります。

○がんとがんの治療について、正しい情報を得ましょう
がんの治療には情報が重要ですが、一方で近年では周囲に情報があふれており、振り回されてしまうこともあります。まずは、身近にいる担当医や看護師などに病状や治療選択肢に関する話を聞くようにすると良いと思います。専門の相談窓口を利用するのもよいでしょう。

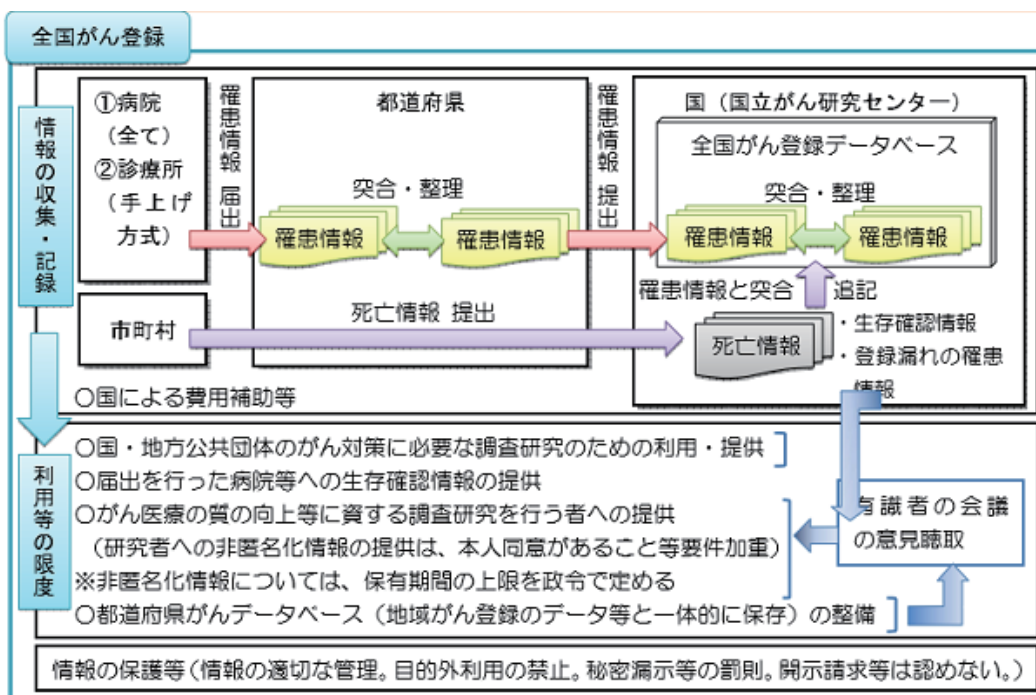
○患者さんの希望や要望をよく聞き、それに沿っているか確認しましょう
患者さんを思うあまり、自分なりのやり方であれもこれもと過剰に援助してしまいがちになることもあります。自分の価値観ややり方が押しつけになっていないかを常に見直してみましましょう。

家族ががんになった時、患者さんを支えることで精いっぱい、自分の心についてまで考える余裕はなくなるかもしれません。家族は、患者さんを支える立場であり支えが必要な立場でもあります。家族として精神的なつらさを抱えている時、がん患者さんをどのように支えていけばいいのかわからない時など、どうぞお気軽に順天堂医院がん治療センターにご相談下さい。

全国の医療機関にがん患者の情報提供を義務付ける「がん登録推進法」が平成25年12月6日に衆院本会議で可決されました。

これまでは、各都道府県で任意に、地域がん登録としてがん情報の収集が行われていましたが、地域ごとに集める項目に偏りが生じていました。これを発展させる形として、全国がん登録として国が一元的に情報を管理し、がん対策の企画や評価をし、将来的には患者さんの治療や予防に役立てられることになりそうです。がん登録は、がん対策の羅針盤であり、世界の多くの国・地域で行われています。

全国がん登録始まる



録管理室) 診療情報管理士 野田美奈子 (診療

当院の全国がん登録への情報提供は専門の研修を受けた診療情報管理士が行っている。院内がん登録が基本となります。法制化にあたってより一層信頼されるようながん登録のルールに基づき正確なデータ収集を心掛けてまいります。

—がん登録等の推進に関する法律 (案) の概要より—

小児緩和とグリーフケア
臨床心理士 西尾温文

ダギーセンターの原則

1982年に設立され、全米および世界の子どもたちのグリーフケアのモデルとなったダギーセンターの4つの原則を紹介する。次の通りだ。

- ①子どもが喪失に対して示す悲しみは大人と同じように自然な反応である。
- ②どの人もおのずと悲しみを癒す力を持っている。
- ③悲しみの期間と深さは人によって異なる。
- ④喪失体験をした人をケアし、その人を認めることが癒しの過程を促す。

この原則にもとづき通常10のプログラムが隔週で行われる。3歳から5歳までが1グループ、6歳から12歳までは、亡くなった人とその死因で4グループに分かれる。他に11歳から35歳までを年齢で5グループに分けている。保護者のグループは10代までの子のグループと平行して行われる。また、11歳からのグループには、亡くした人に友人が加わる。

いずれも参加費は無料で、期間もそれぞれの子どもと家族に任されている。参加期間の平均は1年だが、数回で終わる子もいれば数年参加する子もいる。ダギーセンターは、その子にと

って大切な人を亡くした後の悲嘆過程を尊重し、受け入れ、必要な回数はその子に任せていると理解される。

2013年7月現在、ダギーセンターは、35歳までの400人とその家族275人にプログラムを提供している。

ダギーセンターのプログラム

6歳から12歳のプログラムを紹介しよう。子どもたちは放課後集まってくる。子どもと保護者は別の部屋に集まり、子どもたちのプログラムはオープンングサークルで始まる。オープンングサークルは、クッションとぬいぐるみの置かれた部屋で、子どもたちが丸く輪になり座る。新築のダギーセンターは、もともと部屋が円形なので、座ると自然に輪ができる。ファシリテーターに促され、話す子がトーキングスティックを持ち、順に自分の名前と喪失体験を紹介する。話したくなければ、名前だけ言えばよく、「Pass」と言って次の人にトーキングスティックを渡す。その後、子どもたちは銘々好きな部屋に行つて過ごす。造形、室内・室外アクティビティ、音楽、打楽器、衣装替えのための各部屋があり、他にステージ、病室も用意されている。ダギーセンターを有名にした一つに

Volcano Room (写真)があるが、この部屋は、厚い緩衝材の内装がほどこされていて、中で大きなぬいぐるみと格闘もできるし、サンドバッグがあつ

てパンチもできるようになっていた。



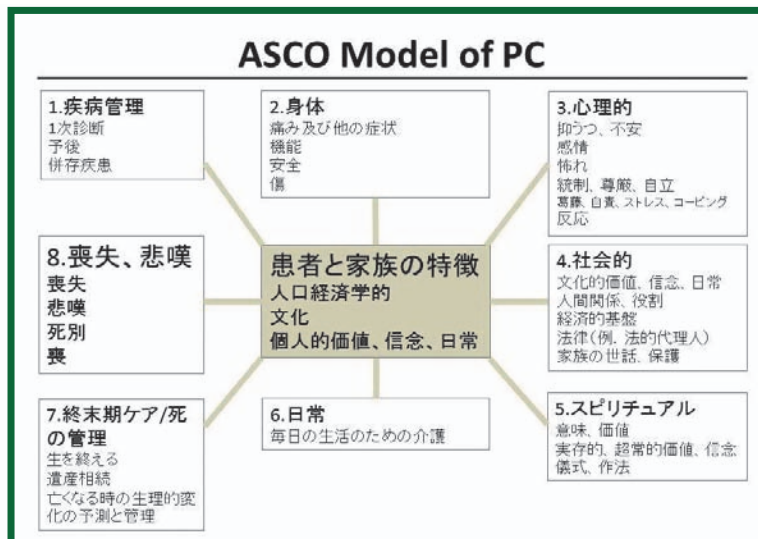
プログラムの時間は年齢によるが、90分が多く、終わりが近づくとも、子どもたちはクロージングサークルに集まる。クロージングサークルでは、今日誰とどんなことをしたかを話しながら、遊んだ時の興奮からクールダウンしていく。また、その日が大切な誰かを亡くした子がいる場合は、ろうそくを灯し部屋を暗くして、その子が大切な人の思い出を話す。しみりとしていい時間だ。自分の悲しみを話すことができ、その気持ちを、尊重してもらえらることを知る機会になる。一人の子の感情が共感され共有されていく。

緩和ケアとグリーフ

ダギーセンターをモデルとしたグリーフケアプログラムが全米500箇所で行われている。なぜそれほど広がりをもち、支持されるのだろうか。次の図を見てもらいたい。

米国臨床腫瘍学会 (American Society Clinical Oncology: ASCO) では、緩和ケアモデルとして図のASCOモデルを提唱している。図中の8に注目

してもらいたい。米国の緩和ケアモデルは、大切な人を喪った人の喪失、悲嘆のケアも含めていることが分かる。ダギーセンターは、このモデル以前から、子どもたちの喪失、悲嘆のケアを行っていた。つまり、ダギーセンターは、緩和ケアの先駆なのだ。ダギーセンターに集まってくる子は、家族が亡くなった病院やホスピス、子どもが通う学校から紹介されるという。前号でも述べたが日本は、まだ遺族ケアを始めたばかりだ。国立がんセンター名誉総長の垣添忠生は「すべての病院で遺族にグリーフケアの提供を」と言う。筆者も同感である。



寒の入りとともに、いよいよ寒さも本格的になってまいりました。今回はがん予防として最近注目されているイソチオシアネートという栄養成分について紹介します。



イソチオシアネートとはアブラナ科の植物に含まれ、大根などの辛味のもとになっている成分です。イソチオシアネートは、発がん物質の活性化を防いだり、がんになる前の異常細胞の増殖を抑える働きがあるため、がん予防に効果的であると言われています。イソチオシアネートは加熱に弱いことから、生のままで食べた方が効率よくとることができ、加熱する場合はさっと火を通す程度で食べることをお勧めします。

ミニレクチャー

患者さん向けの講義

場所は 3号館2階がん治療センター

時間は 午前10時～11時30分

要予約、定員20名

1月18日(土) 肺がんの抗がん剤治療

呼吸器内科医師 宿谷 威仁

がん患者さんを支える社会資源について

医療福祉相談室 荒井 有希子

3月29日(土) 大腸がんについて

大腸肛門外科医師

高橋 玄

「食事」という名の治療

－ 食べることの大切さについて －

栄養部 管理栄養士

岩岡 愛美

がん茶論

がん茶論は、当院で受診していなくても、また、がんの種類に限らず参加できます。患者さんやご家族が自由に語らい、話し合う場です。場所は3号館2階がん治療センター。定員20名。予約が必要です。

1月4日(土)

2月1日(土)

3月1日(土)

午前10時～12時

編集後記

皆さま、新年あけましておめでとうございませう。今年の干支は馬、年男、年女のみならず、駿馬のごとく駆けたいものですが、あまりがんばり過ぎてはいけません。人の話を傾け、馬耳東風にせず、歳を重ねたいものです。

私事ですが、私は心理士で、仕事は話を聴くことです。韓国でも中国でも心理士は国家資格ですが、日本ではまだ国家資格にはなっていません。だから、どうだということでもないのですが、聴くこととはどういう行為なんだろうと思うことがあります。

大阪大学学長を務めた鷲田清一は、その著書「聴くことの力、臨床哲学試論」の中で、「聴く」ことの意味について述べています。「聴く」というのは、何もしないで耳を傾けるといふ単純に受動的な行為なのではない。それは、語る側からすれば、言葉を受け止めてもらったという、確かな出来事である。

カウンセリングは話を聴くことで始まり、心理療法は、話す人と聴く人の間に共有できる心の領域ができあがった時に始まる。これは、患者さん、家族が私に教えてくれたことです。

良い年になりますように。

編集担当 西尾温文

がん治療センターニューズレター

平成二十六年一月 第十五号

創刊 平成二十一年五月(年三回発行)

発行元 順天堂医院 がん治療センター

住所 東京都文京区本郷三丁目一三

電話番号&ファクシミリ

〇三二五八〇二一八一九六

Eメール cancer@juntendo.ac.jp

ホームページ http://www.juntendo.ac.jp

/hospital/cancer/index.html