

## CONTENTS

P1. 特集「タバコと肺がん」

呼吸器内科 高橋和久

P2. 「禁煙外来ってご存知ですか？」

呼吸器内科 瀬山邦明

・がん治療センターからのお知らせ

P3. 取材ノート「乳がんのお話」

乳腺科 齊藤光江

・院内がん登録 2007 報告 第 1 回

P4. 「旬の食材」 栄養部 有村芳子

・教えて鶴丸先生！

・編集後記

## 特集「タバコと肺がん」

呼吸器内科 高橋和久

### 喫煙率の高い日本

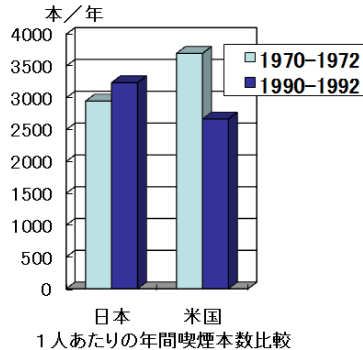
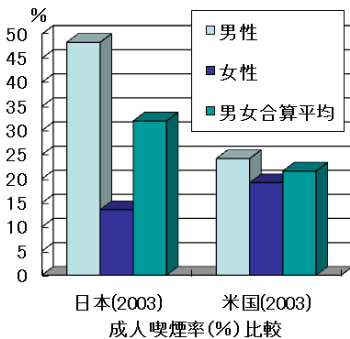
日本では肺がん患者数は人口の高齢化に伴い増加しており、肺がんで亡くなる患者さんの数は年間六万人を超えております。米国ではどうでしょうか？実は肺がんの患者さんの数は少しずつ減ってきているのです。その理由の一つは米国ではタバコ消費量が減ってきているためです。肺がんはタバコ消費量の減少に二十年遅れて肺がん患者数が減ることが報告されており、喫煙率が欧米に比べてはまだ高い日本においては今後とも肺がん患者数は増加することが予想されます。また、日本においては二十歳代、三十歳代の若い女性の喫煙率が

増加している点も問題です。実際、女性の肺がん患者数も増加しており今後、男性のみならず女性への禁煙啓蒙活動、禁煙サポートが重要な課題です。

### 今からでも遅くない

一方で高齢の患者さんに禁煙をお勧めすると「自分は年だからいままさらやめても意味がない！」といわれます。本当でしょうか？実はそれは正しくありません。禁煙することによって十年から十五年経つと明らかに肺がんによる死亡のリスクは減ることが報告されています。また、何歳でも禁煙することによって後の肺活量の低下が抑制できる

ことも知られています。肺がんの治療は確実に進歩しています。しかし、肺がんにならないことが何よりも大切です！

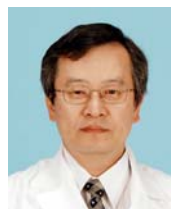


日本は米国に比較して喫煙率は高く、年間喫煙本数も米国よりも多い。

日本: 日本たばこ産業株式会社、米国: 米国厚生省より

# 「禁煙外来つてどこ存知ですか？」

呼吸器内科 瀬山邦明



## 喫煙は病気です

たばこを吸うことは、個人の好み、嗜好ではありません。

実は、**ニコチン依存症**という**病気**、なのです。

やめようと思っても、我慢できずに喫煙して

しまうのは、**ニコチンの離脱症状**。意志が弱いからやめられない、

のではありません。病

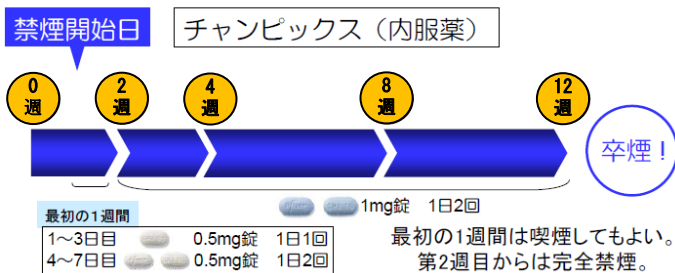
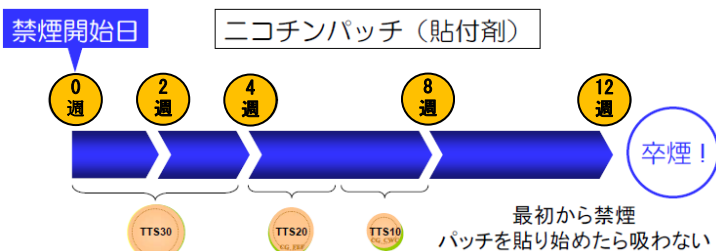
気は病院でなおすもの。さあ、禁煙外来へ、ようこそ！



## 喫煙は治せます

貼り薬と飲み薬の2種類の治療薬があり、どちらを使ってもニコチンの離脱症状は軽減され、思ったより簡単に、楽しく、卒煙できます。実はたば

こを止めたいと思っているけど、意志が弱いから無理だと諦めている方も、一度禁煙外来を受診されてみてはいかがでしょうか？



がん治療センターからのお知らせ

・ 第四回市民公開講座

場所：順天堂大学

有山昇記念館三階講堂

日時：十月二十四日(土)

午後二時～四時

・ がん茶論

患者さんやご家族と医療者が自由に話  
らい、話し合う場です。(定員は三十名)

場所：三号館二階がん治療センター

時間：午後一時三十分～三時三十分

\* 十月三日・十七日 \* 十一月七日

\* 十二月五日・十九日 \* 一月十六日

・ ミニレクチャー

患者さん向けのレクチャーです。

場所：三号館二階がん治療センター

時間：午前十時～十一時三十分

\* 十一月二十八日

看護相談室看護師・奥出有香子

患者向け帽子デザイナー・山崎仁美

\* 十二月二十六日

がん治療センター心理士・西尾温文

麻酔科ペインクリニック医師・

井関雅子

\* 一月二十三日

リハビリテーション室理学療法士・

北原エリ子

消化器内科医師・崔 仁煥

# 取材ノート「乳がんのお話」

## 乳腺科 齊藤光江

乳がんは日本で罹患率が高い五大がんであり、女性のがんで最も多いがんとなっており、今回は総合大学病院では乳がん症例数日本一を誇る、乳腺科の齊藤光江先任准教授からお話を伺いました。

がん治療センター担当者が、(以下がん治)：日本では、乳がんの検診率がたったの10%だと聞きましたが、なぜそんなに低いのでしょうか？  
齊藤：白人の場合、乳がんの罹患率は七〜八人に一人ですが、日本人では二十人に一人と罹患率が低いこともあり、まだ乳がんが社会問題として認識されていないからだと考えられます。私は、市民公開講座や小学

校のPTA、高校などを訪問し、乳がんの啓発活動を行っています。学校では、性の問題を取り上げても、病気に関する教育を行うことは稀です。乳がん罹患率のピークは四十代ですので、親御さんへの啓発活動も重要になります。

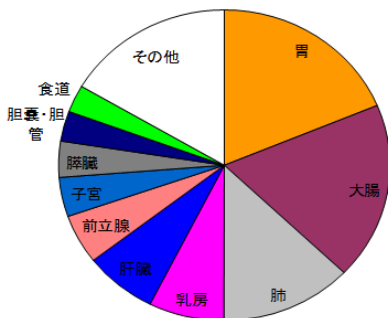


がん治：読者に一言メッセージをお願いします。  
齊藤：検診率が10%ということは、自治体から郵送されてきた検診案内の葉書を九割の方が捨ててしまっ

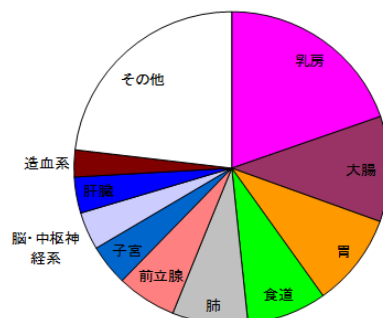
### 院内がん登録 2007 報告 ー第1回ー

厚労省の対がん戦略の一環として、がんに関する統計が全国規模で開始されました。順天堂医院ではこの度、2007年に当院に初診として受診されたがんの患者さんについて、統計結果をまとめました。初診で未治療の患者さんの総数は2,907名でした。日本ではもっとも多いがんは胃がんで大腸がん、肺がん、乳がん、肝臓がんの順で、これらを五大がんと言います。当院で多かったがんは乳がん、大腸がん、胃がん、食道がん、肺がんの順でした。患者さんは全国からみえており、症例数の多い病院として週刊誌や雑誌で紹介されています。

全国(2002年症例)



順天堂医院(2007年症例)



いるということですが。皆さんが、ショッピングや美容室に行く時間の一部を、乳がん検診にあててもらえればと思います。  
がん治：どうもありがとうございます。  
(担当：富宇賀・矢部・小澤)

齊藤光江(さいとう みつこ) 昭和五十九年千葉大学医学部卒業。東京大学医学部附属病院分院外科・米国テキサス大学医学部MDアンダーソン癌センター・癌研究会付属病院などを経て二〇〇四年より順天堂大学乳腺科。



## 旬の食材

栄養部 有村芳子

実りの秋。秋に旬を迎える食べ物と言うと、さんま・まつたけ・くり・かき・・・たくさんありますね。炊き立てのおいしいごはんと一緒にぜひ秋の味覚を味わってみましょう。今回は、秋に旬を迎える根菜類をご紹介します。

- ・かぶ:葉には、カロテンやビタミンなどが豊富。葉もぜひ食べてみましょう。  
葉と根を切り分けて保存することがおいしく保つポイント。
- ・にんじん:免疫力を高めるカロテンの代表格のにんじんも、本来は秋が旬。  
油と一緒に食べると効果的。
- ・さといも:皮をむくと手が痒くなるのは、シュウ酸カルシウムの結晶が手に刺さるから。  
洗って乾かしてから皮をむくと防げます。手を酢水につけても効果あり。
- ・さつまいも:切り口から出てくる白い液は腸の動きを促進するヤラピン。「レンジでチン」ではなく、じっくり長時間加熱すると、でんぷんが糖質に変わり甘みが増します。



## 教えて鶴丸先生!

「がん治療センター5大がん相談室」より

Q: 現在の担当医の意見だけで治療方針を決めてしまうのが不安で、セカンドオピニオンを受けたいと考えていますが、これは担当医に対して失礼にあたりませんか?

A: セカンドオピニオンを受けるとするのは、患者さんの当然の権利であり、全く失礼にはあたりません。順天堂医院にはセカンドオピニオン外来もごございますので、ご友人や知人などからご相談を受けた際にも、お気軽にお問い合わせください。

電話 03-5802-8196 (がん治療センター直通) (回答者: がん治療センター長 鶴丸昌彦)

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・一・三  
電話番号 & ファクシミリ:  
〇三・五八〇二・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>

先日、学会参加のため、オランダの南東部にあるマーストリヒトという町に行ってきました。私は出張に出ても学会会場とホテルの往復だけで、異国の地の風景を楽しむことをしないのですが、今回の出張はいつもと違っていました。研究発表の合間に、マーストリストを流れるマース川のほとりで町の風景の美しさに見入ってリラックスしていると、都会の雑踏と日々の業務に振り回され、自らを氣遣う気持ちを完全に忘れていたことに気づきました。帰国したら、などと欧州の清々しい風を感じながら色々と考えたのですが、帰国後には、また出張前と同様、日常業務に追われています(泣)。

編集担当・小澤



## 編集後記