

県立静岡がんセンター公開講座2019「そこが知りたい! がん医療」(静岡新聞社・静岡放送主催、県立静岡がんセンター、三島市、長泉町、裾野市、函南町、清水町、三島市民文化会館共催、スルガ銀行特別協賛)の第2回がこのほど、同会館で行われました。植松孝悦乳癌画像診断科部長が「乳がんの早期発見・診断・治療」、鶴田清子副院長兼患者家族支援センター長が「がん体験者の声に応えるために～静岡がんセンターの包括的患者家族支援～」と題し、それぞれ講演を行いました。その概要をまとめました。次回は6月15日に開講します。

# そこが知りたい! がん医療

〈企画・制作〉静岡新聞社地域ビジネス推進局

特別協賛/スルガ銀行

共催/県立静岡がんセンター、三島市、長泉町、裾野市、函南町、清水町、三島市民文化会館

主催/静岡新聞社・静岡放送



県立静岡がんセンター  
乳癌画像診断科部長  
うえまつ たかよし  
**植松 孝悦 氏**

1992年新潟大医学部卒。新潟大附属病院、新潟県立がんセンターを経て2002年から静岡県立がんセンター勤務。13年生理検査科部長、17年から乳癌画像診断科部長を兼任。日本医学放射線学会専門医、日本乳癌学会乳癌専門医。1966年兵庫県生まれ。

## 発症ピークは45〜49歳

がんは加齢とともに罹患(りかん)者が増える疾患ですが、乳がんは異なります。現在、日本人女性の乳がん発症年齢のピークは45〜49歳です。そして今や1人に1人が乳がんにかかる時代です。

## 乳がんの早期発見・診断・治療

日本人の乳がんの死亡率が増えている一方、欧米では減少しています。これはマンモグラフィ検査の受診率の差です。欧米では70〜80%の方が受けているのに、日本はわずかその半分。医療体制が充実している日本ですが、先進諸国の中でも不名誉な現状ですから、乳がん検診を受けることは大切です。

### 自分で乳がんを見つける

乳がんの種類には、普通の発症のほか遺伝性と家族性があります。遺伝性は6〜12倍、家族性も2〜4倍に発症リスクが高まります。自分が

未滿で乳がんになった方がいる場合は要注意です。男性乳がんも家族性の可能性があります。当院もがん遺伝外来で対応していますので、気になる方はご相談ください。



県立静岡がんセンター  
副院長兼  
患者家族支援センター長  
つるた きよこ  
**鶴田 清子 氏**

1977年日大医学部附属看護学院卒。日大附属板橋病院、浜松大附属病院、県立こども病院勤務を経て2002年から県立静岡がんセンターへ。医療安全管理監、看護部長を歴任し14年から現職。1956年三重県生まれ。

### 困ったら、まずは相談を

がんになると、患者さんはさまざまな悩みや負担を抱えます。静岡がんセンターが行った調査では、がん患者さんは、「診療上の悩み」「身体の苦痛」「心の苦悩」「くらしの負担」の四つの悩みや負担を抱えていることが分か

## がん体験者の声に応えるために 静岡がんセンターの包括的患者家族支援

「患者家族支援センター」は、当院で診療を受ける患者さんとご家族

がんと上手につき合うためには、経済的負担や治療の副作用などの問題で、仕事と治療の両立が困難に感じることがあります。今年3月、厚労省から「事業場における治療と仕事の両立支援のためのガイドライン」が出されました。がんになったら仕事を辞めなければと考えるが、一歩踏みとどまり、地元の相談支援センターへ相談してください。

これまでのがん医療は、がんを治すことに重きが置かれていました。が、これからはがんと共に「治し支える医療」の時代です。当院ではその実現を目指して、包括的患者家族支援体制を整備しています。「がんを上手に治す」診療科チーム、支持療法チーム、緩和ケアチーム、社会復帰に向けたリハビリテーションチームが、担当医・看護師・薬剤師・理学療法士等の多職種チームで診療・ケアに当たっています。次に、「患

者の家族を徹底支援する」ための「よろず相談(がん患者相談支援センター)」と「患者家族支援センター」の、医師・看護師・ソーシャルワーカーが、身体的・心理的・経済的・社会的課題を患者さんの話を聴き、解決に向けた支援を行っています。

がんの治療を継続するには、経済的負担や治療の副作用などの問題で、仕事と治療の両立が困難に感じることがあります。今年3月、厚労省から「事業場における治療と仕事の両立支援のためのガイドライン」が出されました。がんになったら仕事を辞めなければと考えるが、一歩踏みとどまり、地元の相談支援センターへ相談してください。

「患者家族支援センター」は、当院で診療を受ける患者さんとご家族が安心して治療を受け療養生活を送ることができるように、専任の看護師がお話を伺い、多職種で支援しています。初診時に不安に思うことを聴き取り、必要な支援へとつないでいきます。治療や療養場所の選択の支援、治療の副作用や身体の痛みなどを和らげる専門チームへつなぐなど、初診から入院・通院・在宅まで、切れ目なく支援するお手伝いをしています。

「自分らしく暮らす」ためには、雨などの自然災害が頻(ひん)発しています。過去の災害でも問題となっていました。がん患者さんが被災した場合、自立避難できる方ですと、被災地での支援の優先順位は低くなり、後回しになりがちなのです。がんの患者さんはストレスや感染に対する抵抗力が非常に弱いため、体調が悪化してしまう方も少なくありません。

### 災害時の六つの備え

患者さんとご家族は「こころ・からだ・くらし」診療に関する悩みを相談できる支援者を持つようにして、自分の生き方に合った治療・療養場所・就労を選択し、自分らしく暮らす道筋を見つけていただきたいと願っています。当院でもこれらの支援に向けて工夫や改良を重ねていきます。

そこで、今からできる避難生活に備えるためのポイントを六つご紹介します。まず「治療歴の控えを備える」。病院やご自身が被災した際、記録があれば、継続した投薬や治療が望めます。控えは防災袋に入れておきましょう。次に「服用中の薬剤の控えを備える」。お薬手帳に、服用中の内服薬や抗がん剤などの最新情報を記録しましょう。点滴治療の場合ですと、お薬手帳には書かれませんが、会計時に発行される診療明細書に記載されるので、こちらも一

術か、先に抗がん剤治療をして、後で手術を行うか治療法が分かれませんが、手術には乳房の温存術と切除術があります。早期なら生存率に差はありません。きれいな温存乳房になるように、MRIで広がり診断をして、切除範囲を決めます。抗がん剤治療は、術前診断で組織を取りサプタイプを調べてから、ホルモン療法、抗HER2療法などを決めます。近年は医療機器も一層進歩し、エラストグラフィという超音波検査は、硬さや血流を調べられ、再構成断層画像のトモシンセシスは、薄さ1mm、ずつの画像を作成し、細かい病変を見つめます。

の下グリグリ、腋下リンパ節腫大がない乳がんが該当します。ただ、乳房の異常は自分で見つけることも可能です。プレストアウェアネス(乳房の健康チェック)という言葉がありますが、欧米では若いうちからこの言葉を教えられています。女性が自分の乳房の状態に関心を持ち、乳がんの早期の発見・診断・治療につながる重要な生活習慣です。そのポイントは①着替えや入浴時など、日頃から自分の乳房を見て、触って、感じ、意識する②皮膚のくぼみや引きつれ、赤黒い血性の乳頭分泌など、乳房の変化を知る③変化があればすぐ病院に行く④40歳以降は、2年に一度は乳がん検診を受ける一です。この四つをぜひ実践してください。日本のマンモグラフィ検査の場合、千人当たり約3人に乳がんが見つかります。

実践してください。日本のマンモグラフィ検査の場合、千人当たり約3人に乳がんが見つかります。がん検診には対策型と任意型があります。対策型は各市区町村が行う住民検診で、税金による補助があります。任意型は人間ドックや企業の福利厚生の一部で行われ、基本的に自己負担です。マンモグラフィ以外のMRI(磁気共鳴画像法)や超音波検査も受けられます。マンモグラフィ検査の最大の利点は乳がん死亡率の減少です。デメリ

ただ、いくら新薬や治療法、検査機器が進歩しても、やはり自己早期発見が最大の予防法です。乳房の健康チェックを心掛け、少しでも変化を感じたら、ためらわず病院へ行きましょう。

### タウンミーティング 質疑応答

会場では、当日寄せられた質問を中心に、質疑応答が行われました。その一部を紹介します。

Q マンモグラフィ検査の半年後、がんドックを受けました。結果は乳管内病変の疑いがあるものの悪性を疑う所見無しと言われました。がんではない根拠と今後がんになる確率について教えてください。

植松 お聞きしたサイズと形態から、乳頭腫の疑いがあります。正直に言えば無罪放免ではありませんが、通常半年に1回、経過観察する必要があります。それで全く変わりがなければ1年ごとに検診がてら、その病変を超音波検査でチェックしていくのが理想的です。乳頭から血性の分泌物が出る症状があれば、専門病院でMRI検査を受け、最終的には組織生検をすれば良性か悪性はつきりします。

Q 乳がんの薬物療法で手足の爪が剥がれ、皮膚もただれ、目やにもひどくて、しびれや痛みで歩けなくなるほどの副作用が出ました。非常に辛くて別の薬に替えてもらいました。このような副作用は治るのでしょうか。

植松 抗がん剤の場合、よく効くとかえって副作用も強いということもあります。詳細な治療経過とどんな薬をどれだけ使って、今どんな症状かを説明していただき、セカンドオピニオンとして当院にご相談されるという方法もあります。山口 しびれや痛みは末梢神経の障害で、タキサン系の抗がん剤によって引き起こされる副作用です。多くの抗がん剤の副作用の中で、一番長引くのが特徴ですが、少しずつ改善していきます。神経障害や皮膚症状や巻き爪などの副作用への対処については、静岡がんセンターが作成した小冊子に詳しく紹介しているので参考にしてください。

### 「自分らしく暮らす」ために

さて、がんと上手につき合うためには、経済的負担や治療の副作用などの問題で、仕事と治療の両立が困難に感じることがあります。今年3月、厚労省から「事業場における治療と仕事の両立支援のためのガイドライン」が出されました。がんになったら仕事を辞めなければと考えるが、一歩踏みとどまり、地元の相談支援センターへ相談してください。

そこで、今からできる避難生活に備えるためのポイントを六つご紹介します。まず「治療歴の控えを備える」。病院やご自身が被災した際、記録があれば、継続した投薬や治療が望めます。控えは防災袋に入れておきましょう。次に「服用中の薬剤の控えを備える」。お薬手帳に、服用中の内服薬や抗がん剤などの最新情報を記録しましょう。点滴治療の場合ですと、お薬手帳には書かれませんが、会計時に発行される診療明細書に記載されるので、こちらも一

緒に保管してください。そして「最低3日分の薬剤」「肺炎予防対策の用品」「感染対策用品」の備えです。マスクやマウスウォッシュ等の口腔ケア用品や保湿クリーム、携帯手指消毒剤などのスキンケア用品。最後が「共助につながる地域ネットワーク」です。患者会、市民活動への参加やウェブサイトを活用することで、多くの役立つ情報が得られます。情報提供や支援者の有無によって、被災後のQOL(生活の質)は大きく変わります。

そこで、今からできる避難生活に備えるためのポイントを六つご紹介します。まず「治療歴の控えを備える」。病院やご自身が被災した際、記録があれば、継続した投薬や治療が望めます。控えは防災袋に入れておきましょう。次に「服用中の薬剤の控えを備える」。お薬手帳に、服用中の内服薬や抗がん剤などの最新情報を記録しましょう。点滴治療の場合ですと、お薬手帳には書かれませんが、会計時に発行される診療明細書に記載されるので、こちらも一

そこで、今からできる避難生活に備えるためのポイントを六つご紹介します。まず「治療歴の控えを備える」。病院やご自身が被災した際、記録があれば、継続した投薬や治療が望めます。控えは防災袋に入れておきましょう。次に「服用中の薬剤の控えを備える」。お薬手帳に、服用中の内服薬や抗がん剤などの最新情報を記録しましょう。点滴治療の場合ですと、お薬手帳には書かれませんが、会計時に発行される診療明細書に記載されるので、こちらも一

そこで、今からできる避難生活に備えるためのポイントを六つご紹介します。まず「治療歴の控えを備える」。病院やご自身が被災した際、記録があれば、継続した投薬や治療が望めます。控えは防災袋に入れておきましょう。次に「服用中の薬剤の控えを備える」。お薬手帳に、服用中の内服薬や抗がん剤などの最新情報を記録しましょう。点滴治療の場合ですと、お薬手帳には書かれませんが、会計時に発行される診療明細書に記載されるので、こちらも一