

知っておきたい がん医療の今

主催／静岡新聞社・静岡放送

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、長泉町文化センター ベルフォーレ、三島市民文化会館

特別協賛／スルガ銀行

〈企画・制作／静岡新聞社地域ビジネス推進局〉

静岡がんセンター公開講座2024「知っておきたいがん医療の今」(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、長泉町文化センター ベルフォーレ、三島市民文化会館共催、スルガ銀行特別協賛)の第1回(事前登録制)がこのほど、同会館で行われました。第1回第1部は県立静岡がんセンターの上坂克彦総長、第2部は同センター緩和医療科部長の佐藤哲観氏、同センター榎場美穂氏が講演し、ネット配信も行いました。会場では同センターの上坂克彦総長、佐藤氏、榎場氏による質疑応答・タウンミーティングも開催。その概要をまとめました。



県立静岡がんセンター
総長
上坂 克彦 (うえさか・かつひこ) 氏
1982年名古屋大学医学部卒。2002年静岡がんセンター肝胆脾外科部長、11年同副院長、20年同病院長。23年より現職。日本外科学会代議員・指導医、日本消化器外科学会評議員・指導医、肝胆脾外科学会評議員・高度技能指導医などを歴任。

がんサバイバーの立場から

今回私は、がんサバイバーの医師という立場からお話をさせていただきます。私は、1982年に大学を卒業してからは、ほとんど大学ががんセンターで肝胆脾のがん研究とその外科治療を行ってきたがんの専門医です。現在66歳で58歳のときにがんを発病しました。

私は、びまん性大細胞型B細胞リンパ腫という種類の悪性リンパ腫にかかりました。2016年11月に突然発病し、検査の結果悪性リンパ腫の診断がつき、翌年の3月までR-CHOPという四つの抗がん剤の組み合わせとステロイド治療を1コース3週間で6コース受けました。翌17年4月にPET(陽電子放出断層撮影)検査でがんが消えていましたので、それ以降は定期的にチ

エックを受けながら現在に至っています。

がんは突然やってくる

がんにかかったことがわかるのは突然です。私の場合、それまで何と

く段階になると、その後どういう治療をしてどのように経過するかがだいたいわかりますので、少し落ち着いてきました。しかし、医療職ではない一般の方にとっては、医師から突然がんを告知され、今後の治療の説明を受けた時から多くの不安や悩みに襲われることと思います。

抗がん剤治療と副作用対策

私の場合、幸い抗がん剤が大変よく効いてくれました。吐き気をはじめとするさまざまな副作用対策(支持療法)の薬も進歩しているので、一度も吐くことはありませんでした。私を最も悩ませた副作用は、味

正しい情報と支えてくれる人が大切

を飲めばよかったと思っています。そのほか、髪の毛と眉毛はすっきり抜け、ウィッグをつけ眉を引いて仕事をしていました。男性であってもピアランスケアは大切であることを実感しました。

がんは初めの治療が大切です。初めに治療方針を誤ると、取り返しがつかなくなることがあります。もしがんにかかったら、まずは担当医から正確な病名、がんの進み具合、そして病気の性質を聞いてください。1人ではパニックになってしまうこ

がんの患者さんへの応援メッセージ がんを経験した医師として

もなかった左足がむくんで重くなり、色が赤黒くなったという症状で突然発病しました。自分自身を診察してがんができていることをすぐに悟りましたが、検査で詳しい診断がつくまではさまざまなことが頭をよぎって、死ぬかもしれないとても不安でした。ただ職業柄、診断がつ

覚異常と不眠でした。口がまずくなくて、意識して食べようと思ってもなかなか食べ物が喉を通らないことを実感しました。食事をいろいろ工夫してもらい、天然出汁の和食とアイスクリームだけはいくく食べられることがわかりました。不眠については、今思い返せば我慢せず眠剤

とがありますので、信頼できるご家族や友人の方と一緒に説明を受け、医師の説明をメモしたり録音したり

すると良いと思います。次に、落ちていて科学的に正しい情報を集めます。インターネットなどには、科学的根拠の乏しい情報も多いので注意が必要です。国立がん研究センターのがん情報サービスや静岡がんセンターのホームページなどは、正しい情報を集めるために役立ちます。がん専門病院のセカンドオピニオンを求めるのも良いでしょう。国指定のがん診療連携拠点病院にはがん相談支援センターがあります。静岡がんセンターのよろず相談(がん相談支援センター)に電話をして疑問をお尋ねいただいても結構です。

がんの治療法は日進月歩で、副作用対策もどんどん進化しています。がんと言われると本当にショックで頭の中が真っ白になってしまう方も多いと思います。しかし、支えてくれる人と一緒に、常にかんから目をそらさず、がんに向き合うことが大切です。がんの治療法の選択はその人の生き方そのものだと思います。私のささやかな経験が、皆さまにとって何らかの参考になれば幸いです。



県立静岡がんセンター
緩和医療科部長
佐藤 哲観 (さとう・てつみ) 氏
1989年弘前大学医学部専門課程卒。2010年弘前大学病院麻酔科診療准教授、12年同大学診療教授、16年静岡がんセンター緩和医療科医長などを経て、18年10月より現職。日本緩和医療学会認定医、日本ペインクリニック学会ペインクリニック専門医。

がん医療における緩和ケア 緩和ケアはがん医療の大切な要素です

緩和ケアという言葉聞いてどんなことをイメージしますか。世界保健機関(WHO)が、生命を脅かすような疾患に直面している患者さんとご家族を積極的に支えていくためのアプローチを緩和ケアと定義しています。日野原重明先生という聖路加国際病院のホスピスで長年活動された緩和医療における大先輩が生前に述べられた、以下のような言葉があります。緩和ケアは英語の「palliative care」という言葉の和訳です。この語源はさらに、外套・マントという意味の「pall」にたどり着きます。寒いところで凍えている方に自分のマントをかけて差し上げるイメージ。これが緩和ケアと教えられ、感銘を受けました。

患者さんやご家族がその人らしく生活を維持できるように支えていき

ケアチームが一般病棟に向いて、同レベルの質を担保しながら治療中や入院中の患者さんに緩和ケアが提供できるように、毎日活動しております。在宅診療所の先生や訪問看護ステーションの看護師さんたちによる地域全体の在宅緩和ケアも発展し、どこにいても安心して療養できる時代になってきました。このようにさまざまなリソースがありますので、ご自分には何が適しているか、ぜひご相談いただければと思います。



県立静岡がんセンター
緩和医療科公認心理師・臨床心理士
榎場 美穂 (はさば・みほ) 氏
2004年神戸女学院大学大学院人間科学研究科博士前期課程修了。09年静岡がんセンター緩和医療科心理療法士レジデントとして研修、11年より同常勤スタッフとして勤務。日本心理臨床学会、日本緩和医療学会、国際・日本サイコオンコロジー学会、AYAがんの医療と支援のあり方研究会等に所属。

がんに向き合う心

心が回復する力を信じて
がんは診断を受けてから患者さんの心模様は複雑です。もちろんショックを受けますが、2週間ぐらいかけていつもの生活に戻っていくところまで心が回復していく力があります。闘病中に危機的状況が訪れ、心が元気をなくしてしまうときがある

かもしれません。けれども、患者さんがこれまでの人生で積み重ねてきたことを基盤として、闘病の経験値が生かされるしなやかさ。そして逆境を乗り越えていく力をどなたも培っていく。これを私たちはレジリエンスと呼んでいます。

病気や治療とどう向き合っていくのかというサポートを私たち医療スタッフがさせていただきます。けれども、患者さんがこれからの人生で積み重ねてきたことを基盤として、闘病の経験値が生かされるしなやかさ。そして逆境を乗り越えていく力をどなたも培っていく。これを私たちはレジリエンスと呼んでいます。

病気や治療とどう向き合っていくのかというサポートを私たち医療スタッフがさせていただきます。けれども、患者さんがこれからの人生で積み重ねてきたことを基盤として、闘病の経験値が生かされるしなやかさ。そして逆境を乗り越えていく力をどなたも培っていく。これを私たちはレジリエンスと呼んでいます。

家族の思いもお聞きし、共に考え、伴走したいと思っています。