

# がん診療 あさひ

6号  
2020年2月  
発行

～がんと診断されたり、治療を受けるときに、役立つ情報をまとめました～

## 「がん患者サロン」のご紹介

当院では月に一度、がん患者さんやご家族が気軽に語り合える場として「がん患者サロン」を開催しております。ご自身の治療体験や日々の生活のこと、患者さんを支えるご家族の不安など様々なお話をそれぞれの方がされています。

また年に一度、県の養成研修を終了したがん患者さんがサポートする場として「ピア・サポーターズサロンちば」を開催しています。ピア(仲間)として不安や悩みなどを語り合う場となっており毎年多くの方が参加されています。

事前のお申し込みは不要で、入退室は自由となっています。参加費は無料となっていますので、お気軽にご参加下さい。

(医療連携福祉相談室)

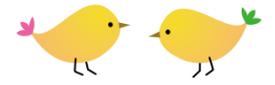
## 「乳がん患者サロン」のご紹介

乳腺センターでは、毎月1回、第3木曜日に「乳がん患者サロン」を開催しています。

現在乳がん治療中の方や、これから治療が始まる方、経過観察中の方や、そのご家族が対象です。乳がん治療経験のある先輩から、治療中の生活や家族との関係、副作用対策の工夫、治療と仕事の両立の方法など、聞いてみたいことがあれば気軽に立ち寄ってください。参加された方は、「先輩の話聞いて安心した」とおっしゃいます。

ざっくばらんで自由な雰囲気でおしゃべりしています。事前申し込みは不要で、出入りは自由です。お問い合わせは気軽に「乳腺センター」まで！

(乳腺センター)



当院は、「地域がん診療連携拠点病院」に指定されています。

地方独立行政法人  
**総合病院 国保旭中央病院**

〒289-2511 千葉県旭市イの1326 TEL.0479-63-8111(代) FAX.0479-63-8580

www.hospital.asahi.chiba.jp

## わたしたち歯科衛生士は 口腔ケアでがん治療を サポートしています



### その2 がんで「化学療法」を受ける方へ

化学療法に伴う口腔トラブルの代表的なものとしてあげられるのが口内炎です。その発生の頻度は約40%といわれています。

口内炎の発生を抑えるための、口腔ケアのポイントをご紹介します。

#### ● 口の中を清潔にしましょう。

歯磨きや入れ歯の手入れを十分に行ってください。歯ブラシは軟らかめのものを使用しましょう。

また、歯科を受診し治療やクリーニングをして、口の中の状態を良くしておくことも大切です。



#### ● 口の中の保湿をしましょう。

1日4回(朝・昼・夕・寝る前)、ぶくぶくうがいをしましょう。

口の中が渴いていると粘膜が傷つきやすくなります。市販の保湿剤を使用して口の中のうるおいを保ちましょう。

※病院の売場でスプレータイプ、ジェルタイプなどの保湿剤を販売しています。



#### もし口内炎になってしまったら・・・

症状にあわせてうがい薬、軟膏の処方や口腔ケアが必要になりますので担当医に相談し歯科受診の依頼をしてもらってください。

歯科衛生士 飯島由希子

## 緩和ケアチーム について

「がん」に限らず、病気が発症し、当院にて「検査」を受け、病気が診断される際から、「不安」や「心配事」などが出てきます。

また、治療を受けている際にも、治療や病気に伴う「痛み」などの身体的な「苦痛」が加わることがあります。

そこで「医療用麻薬」などの提供を適切に受けることによって、苦痛が和らぎ、「治療」を受けやすくなります(サポーティブケア)。

身体的な苦痛や精神・心理的な苦痛の他にも、療養費や生活費などの経済的な苦痛、仕事ができなくなったことによる社会的な苦痛、自分の生存が危なくなったときに生じる根源的な苦痛が出てきます。そのことに対処するために、当院には「緩和ケアチーム」があります。

「緩和ケアチーム」には、緩和ケア科医師、精神科医師、外科系医師、心理療法士、緩和ケア認定看護師、化学療法認定看護師、緩和ケア専従薬剤師、理学療法士、栄養士、ソーシャルワーカーなどのメンバーが加わっています。

「緩和ケアチーム」は、病気が「診断」される時期、「治療」を受けている時期から皆さんに関わることによって、苦痛をできるだけ緩和することを目指しています。

心配なこと、痛みなどの苦痛について相談したいことがありましたら、「緩和ケアチーム」に、ご相談ください。お待ちしております。

#### 「緩和ケアチーム」の主な構成



## がん相談支援センター

### 「がん」について、お気軽にご相談ください

「がん診療連携拠点病院」には「がん相談支援センター」が設置されています。

当院では、社会福祉士・看護師が相談に応じます。必要に応じて、医師・薬剤師・管理栄養士等と連絡を取って、お話を伺います。



#### 〈相談例〉

- がんと言われて頭が真っ白になってしまい、誰かに話を聞いてほしい。
- どのように治療に取り組んだらよいでしょうか。
- がんの治療ってどのくらいお金がかかりますか？
- 仕事を続けるのは無理でしょうか？
- 介護が必要になったらどうしますか？
- 緩和ケアについて知りたい。



など

「紹介患者センター」では、セカンドオピニオンについての相談に応じることができます。(医療機関検索・相談方法・費用、予約について)

### がん相談支援センター 2号館1階 医療連携福祉相談室

時間/月～金(祝日を除く)  
8:30～17:15

相談は無料です。

※なるべく予約して頂くことをお勧めしています。

※当センターで医師と直接お話をすることはできません。社会福祉士・看護師がお話を伺い、担当医にご相談内容をお繋ぎすることは可能です。

### がんと診断されても、すぐに仕事をやめないでください!

#### —— がん患者さんの就労支援について ——

がん治療と仕事を両立している患者さんはたくさんいます。当院の『がん相談支援センター』には、がんの治療と仕事の両立について相談できる『両立支援コーディネーター』がいます。がんと診断されて、すぐに退職を決めるのではなく、担当医や産業医とも相談しながら治療計画に合わせて、働き続ける方法を一緒に考えましょう。まずは担当医・看護師にお声かけ下さい。

### がん患者サロン 乳がん患者サロン 開催について

#### がん患者サロン

毎月第3木曜日  
14:00～16:00  
参加費 無料  
事前申し込みは不要です。

#### 乳がん患者サロン

毎月第3木曜日  
14:00～16:00  
参加費 無料  
事前申し込みは不要です。

# 「乳腺センター」のご案内

## Q1 乳房に異常があるとき、何科にかかればいいのでしょうか？

以前は外科で診療していましたが、現在は、2号館2階にある「乳腺センター」で、乳腺外科専門医が月・火・木・金曜に診療をしています。乳房の異常に気付いた、検診で要精査となった方が受診されます。検診のみは受け付けていません。

## Q2 どんな人が乳がんになりやすいのですか？

一般的には、以下のような方です。

- ①初潮年齢が早い(11歳以下)
- ②出産経験がない、または初産年齢が遅い(30歳以上)
- ③閉経年齢が遅い(55歳以上)
- ④閉経後の肥満など

また、親族に複数乳がんの方がいるなど、遺伝的な要因は10%程度です。その他にも飲酒、喫煙などの生活習慣も影響があるとされています。

## Q3 乳がんの検査は痛いと聞いて怖いです

マンモグラフィーは痛いと感じられる方がいますが、痛みを軽減する方法があります。以下を参考にしてください。

- ①生理前は乳房が張っているので避ける
- ②体の力を抜く。当院では、女性の放射線技師が行いますのでリラックスしてください。
- ③我慢できないほど痛ければ遠慮せずに伝える。

※その他に、組織検査もあります。痛みを伴う検査には、必ず看護師がそばに居て、痛みがないかを確認しています。



## Q4 乳がんが診断されたら抗癌剤をしなければならない？

必ずしも抗癌剤を使うとは限りません。乳がんのタイプによってホルモン療法、分子標的療法、抗癌剤の中から選びます。複数組み合わせることもあります。

## Q5 乳房がなくなってしまうのですか？

しこりの位置や範囲、しこりの数などによって乳房を残せるか、残せないかが決まります。まずは、医師に希望を伝えましょう。乳房を残せない場合には乳房再建という方法もあります。再建については、形成外科と連携しています。また、下着で乳房を補正する方法もあります。

## Q6 男性でも乳がんがあるときました

乳がんは男性にも発症します。乳がん全体の1%程度です。男性の方でも、異常があれば受診することをおすすめします。

## Q7 告知、手術、治療…全部不安なときはどうしたらいいの？

乳腺センターの看護師が治療への不安が最小となるように援助しています。

また、乳がん看護認定看護師がいますので、気軽に相談してください。

乳がん看護認定看護師 新井田明美

# 当院の治療や医療のご紹介

多面的な治療で、患者さんを支えます

## 手術療法について

手術療法とは、がんを切り取って治す治療法です。がんを完全に治すための治療法として、ほとんどの場合手術療法が選択されます。

手術はからだに負担のかかる治療法ですので、これをなるべく軽くするためにいろいろな手術が開発されています。胃カメラなどの内視鏡による手術では、皮膚にメスを入れることなくがんを切除できます。また、腹腔鏡や胸腔鏡による手術では、従来の開腹や開胸による手術に比べてずっと小さな傷でがんを切除することができます。

現代の手術療法は、チーム医療として行われます。たとえば、手術に加えて抗がん剤や放射線を併用する場合は、外科・内科・放射線科が一緒に治療にあたります。また、術前の準備段階から術後の回復期まで、外科医・麻酔医・看護師・薬剤師・理学療法士など多くの職種の人たちがチームとして診療に加わり、患者さんが安全に手術療法を受けられるような体制が作られています。

(外科 永井)

## 放射線治療について

### 治療の特徴

X線や放射性物質が出すビームを利用して、手の届かないところに治療ができるという特徴があります。各診療科、画像診断部門と協力して問題を見つけ、解決を目指しています。

- 外照射
  - 一般的な外照射(ほぼ全身が対象で乳房温存療法、食道癌、骨転移など)
  - 高精度治療 IMRT 強度変調放射線治療(前立腺癌など)、定位放射線治療(脳腫瘍、肺癌、肝臓癌など)
- 腔内照射(子宮癌)
- 内用療法 ソーフィゴ注(骨転移)、ゼヴァリン注(悪性リンパ腫)

(放射線治療科 太田)

## 緩和ケアについて

●「緩和ケア」とは、病気が診断されたときから、患者さんが感じる体と心の苦痛をやわらげるケアのことです。

●「緩和ケア」を受けると、生活の質(QOL)が向上します。患者さんが自分らしく生きていけるように支えます(サポーターケア)。

●苦痛を緩和する治療(鎮痛薬などの薬の投与)や心のケア・社会的な悩みや経済的な悩みに対するケアが、専門スタッフ(緩和ケアチーム:別記)によって行われます。

●「緩和ケア」は、患者さんを支えるご家族のケア(家族ケア)も行います。

(緩和ケアセンター 小早川)

## 化学療法センターでの治療について

「手術」「放射線治療」と並んで、がん治療の3本柱のひとつに「化学療法」があります。近年、新しい抗がん剤の開発や副作用を軽減する支持療法の進歩などにより、治療効果が向上し、標準化された化学療法が適用されるようになりました。このように有効な化学療法を多くの患者さんが受けるようになり、QOL(生活の質)が重視されるようになったことから化学療法は外来治療が中心となり、安全で質の高い医療の提供の場として化学療法センターが設立され、全科の治療がここに集約されています。化学療法センターの病床数は40床(リクライニング8、ベッド32)あり、スタッフはがん化学療法看護認定看護師1名を含む看護師7名と医師1名が常駐しています。1人の患者さんを包括的に支えていく上での治療やサポートの質を高めるために医師、看護師、薬剤師、栄養士、歯科衛生士、リハビリ療法士によるチーム診療を行ない、すべての患者さんに満足していただけるよう心がけています。

(化学療法科 中村)

