∞∞

ニュースレター「がん１１０番」第29号　　**2008.7.20**

NPO法人 がん患者支援ネットワークひろしま

∞∞

いつもは梅雨明け前の豪雨で水害に被災する地区も出るのが恒例ですが、今年は雨の少ない梅雨が早々と終わってしまいました。会員の皆様におかれましては、いかがお過ごしでしょうか。

ニュースレター第29号をお送りします。がん政策情報センターという組織からの情報や、「がんを防ぐための12か条」などの連載に加えて、がんのミニ知識として「腫瘍マーカーについて」という記事が掲載されています。是非、ご一読ください。

日本人に共通する「望ましい死のあり方」に関する大規模なアンケート調査の結果が、7月4日から5日に静岡市で開催された日本緩和医療学会で発表されました。

その結果、日本人の多くが共通して望む点として10項目があることが明らかになったそうです。これは、「落ち着いた環境で過ごすこと」「人生を全うしたと感じられること」「望んだ場所で過ごすこと」「希望や楽しみを持って過ごすこと」「自分のことが自分でできること」「体や心の辛さが和らげられていること」「医師や看護師を信頼できること」「家族や他人の負担にならないこと」「人として大切にされること」でした。

三人に一人はがんで亡くなるという時代ですが、がんに罹ったとしても、ぜひ望ましい形で生活したいものです。会員の皆さまは、健康がいかに大切かを強く感じておられることでしょう。

今は健康体でがんには縁がないと思っている方でも、いつ何かのがんが発見されないとも限りません。反対に、一度がんを体験された方でも、全く再発の心配がない健康体に戻られる方も多いので、現在進行形のがん患者さんとそれ以外の方との境目は、紙一重と言えると思います。

NPO法人「がん患者支援ネットワークひろしま」では、今後とも色々な会員のお考えやご意見を反映しながら、活動して参りたいと考えています。当会の活動にご理解をいただきますよう、何卒よろしくお願いいたします。

理事長　廣川　裕

●　５月２５日にＮＰＯ法人の総会を開催しました

5 月 25 日（日）の「平成 20 年度第 1 回市民のためのがん講座」終了後の午後 4 時 30 分から、広島市中区地域福祉センターの小会議室で当 NPO 法人の「通常総会」を開催しました。

多くの会員がご出席くださり、19 年度の事業報告案と収支決算案ならびに 20 年度の事業予定と予算計画案を審議していただき、提案どおりにご承認いただきました。また、総会の中では理事や監事やスタッフの皆さんと、フランクで有意義な意見交換ができました。

会員の皆様、新年度も、引き続いて宜しくお願いいたします。

● がん政策情報センターからの情報

がん政策情報センターという組織（事務局長埴岡氏）が東京にあって、各県のがん対策推進協議会の患者代表に声をかけて、情報交換を活発に行ない、がん政策情報の全国のハブ的役割をしています。

送られてきた情報の中から、目にとまったことを２～3 紹介します。

１）　各県のがん対策推進計画

国立がんセンターがん対策情報センターからの情報として、各県の推進計画を一斉開示しています。一部の県で未だ策定中という県もありますが、確定された県の中では、わが広島県は比較的優れていると思われる 10 県の中にノミネートされています。ほっと一息つくと共に、これから魂を入れていかねば。

２）　日米両国の臨床腫瘍学会に出席してのレポート

日米両国の臨床腫瘍学会に埴岡さんが患者代表として出席して所感を述べておられます。この中で米国学会では、患者に役立つサイトを更新オープンしたそうです。日本の学会も社会とコミュニケーションを積極的に行なう米学会から学んで欲しいというコメントがありました。私が、治療を受けた７年前もそうでしたが、余り差が縮まっていないのか・・・

３）　大阪のがん拠点病院の診療内容の情報開示

大阪府では大阪府立成人病センター調査部が、拠点病院の診療内容について情報開示しています。各拠点病院の患者数、手術数、５年相対生存率、各部位ごと（胃、大腸、肝臓、肺、乳房）の生存率など患者から見ると欲しい情報がたくさん。広島県も・・・

徒然草ではないですが、よしななしごとを書き綴ってしまいました。暑い夏を明るく、楽しく、前向きに過ごしましょう。

理事　井上　等

● シリーズ　在宅医のつぶやき　「がんをふせぐための12か条」その６（続編）

その６）緑黄色野菜をたっぷりと（続編）

今回は「がんを防ぐための１２カ条」その６の続きです。

６）緑黄色野菜をたっぷりと

ビタミン類は人間の体にとって「潤滑油」のようなものです。なかでもビタミンＡ、ビタミンＣ、ビタミンＥには発がんを防ぐ働きがあることが知られています。また、野菜に含まれる繊維質にも同じような効果があるといわれています。

＜ビタミンＣを多く含む食品＞

パセリ、ブロッコリー、ピーマン、高菜、ほうれん草、いちご、キウイ、柿、レモン

＜ビタミンＥを多く含む食品＞

落花生、胚芽米、大豆、ごま油、えんどう豆、鰯、鰻、卵

食品に含まれる物質同士が体内で反応し合って、発がん物質がつくられる場合がありますが、ビタミンＣに

はこの反応を抑える働きがあります。またビタミンＥにも同じような作用が認められています。

＜食物繊維を多く含む食品＞
　干し柿、ひじき、ライ麦パン、甘栗、おから、納豆
食物繊維は大腸の働きを活発にして便通をよくする働きがあります。便が大腸の中にある時間が短くなり、更に繊維成分が腸内にある発がん物質を吸着するので、大腸がんの予防になるといわれています。

理事　田村　裕幸

●「がん患者さんの痛みあれこれ」番外編「モンスターペイシェント！？」

　最近巷で聞く「モンスターペイシェント」ご存知ですか？

　「モンスター」というのは、無理難題をふっかける人たちのことで、モンスターペアレンツは学校に対して無理な要求を押しつける親たちを指します。
　同様な状況が医療現場でもみられるということだったのですが、先日初めて遭遇しました。

患者さんは、がんではないのですが痛みの強い状態で、種々の鎮痛剤が効かず、モルヒネを処方しました。良く効いて楽になったと喜んでいたところ、電話がかかってきました。「今日の昼の分で薬が切れるので、処方してくれ」もちろんＯＫです。すぐに来院してもらうよう伝えたところ、自分は体が不自由で動きにくいから、ファックスで薬局に処方箋を送ってくれと言われます。

　診察については、緊急の場合には電話で様子をうかがって診察に代えることが認められていますが、処方箋をファックスで送ることはできません。投薬には処方箋の現物が必要です。処方箋を取りに来てもらうのも原則はご本人ですが、「やむを得ない場合に限り、家族または普段から様子のわかっている介護者が代わりに受けとる」ことが認められています。いつもはタクシーで受診されますが、この日は（理由はわかりませんが）自分では行けないと言われました。どなたか代理人に処方箋を取りに来て頂くようお願いしたら、電話口で苦情を言われました。「痛み止めがなかったらひどく痛くなるのに、それを我慢しろと言うのか。すぐファックスで送れ。」という訴えです。痛みのつらさは十分に理解しているつもりです。だから代理の方でも何とかしますと申し上げたのですが、「近所の薬局に薬があることはわかっているんだ」さらには「自分が障害者だからバカにしているんだろう」とまで言う有様で、冷静なお話ができない状況となってしまいました。なかなかわかってもらえないので、「処方箋の現物を持たずに薬をもらうのは、違法行為、犯罪です。我々は犯罪を侵すことはできません」というと、「話にならん」と電話を切られました。

　わかりやすく例えると、「お腹が空いたので、コンビニで弁当を盗んできてくれ」というのと同じです。「飢え死にしろというのか？」という脅しは、まさに「こんなに痛いのに我慢しろと言うのか？」という訴えと同じです。自分が困っているからといって、他人に犯罪を強いる人が存在することを経験して、心底驚きました。
　私たち医療者は、患者さんが良くなることを切に祈っています。何とか力になれないかと思っています。でも、だからといって罪を犯すことはできないのです。処方箋を取りに来てもらうという最低限の義務（法律で決められたことがら）は守って頂いた上で、気持ちよい関係を築いていきたいと感じました。

理事　藤本　真弓

● 会員からの投稿原稿

会員であられる井上林太郎さんからの投稿です。

がん常識の嘘
渡辺　亨　著　朝日新聞社　2006 年 2 月　初版

はじめに

がんと告知された時、だれでも世の中で一番いい手術、治療を受けたいと願う。しかし、がんと診断されただけで、ショックを受けているのに、手術をし、さらに術後の抗がん剤治療を勧められると、多くの方が尻込みしてしまう。

「抗がん剤は副作用が強く、体がボロボロになる」「抗がん剤は免疫力を低下させ、かえってがんを元気にし、予後を悪くする」といった噂もある。

本書は、抗がん剤療法のスペシャリストである腫瘍内科医として、日本で屈指の、渡辺亨先生の著書である。『がん常識の嘘』を「抗がん剤療法の常識の嘘」を中心に、ご専門の乳がんを通してわかりやすく書かれているので紹介する。

内容・感想・まとめ

「乳がん検診を受けましょう、早期発見・早期治療が大切ですよ」と言われる。ごもっともである。しかし、このフレーズにはいくつかの落とし穴があることを本書は指摘する。

早期治療の一つの柱は、手術である。拡大手術の時代から、乳房温存手術(縮小手術)を目指す時代になった。患者にとって喜ばしいニュースである。「乳がんは、よく治るがん」とも言われる。これも嬉しいフレーズである。しかし、未だ、乳がんの初期治療後の転移・再発率は 30~40%で、満足できる数値ではない。これも、落とし穴のひとつかもしれない。

乳がんの検査、治療は、日進月歩で進んでいる。概念も大きく変わっている。ピッツバーグ大学教授バーナード・フィッシャー先生は、1970 年代に、「乳がんはしこりとして触れるような段階で、すでに、細胞レベルでは全身に転移をしている」と提唱した。その後の、大規模臨床試験の結果などにより、この「乳がん全身病説」は支持され、今日の乳がん治療の土台となっている。即ち、がんの完全な治癒を目指す乳がんの初期治療において、「手術のみ」「手術＋放射線療法」だけでは不十分で、すでに全身に転移していると思われる目に見えないがん細胞を殺すために、抗がん剤やホルモン剤を含めた薬物療法が必要となってくる。現に現在、手術だけで完治といえるのは、全体の 1 割だけの、ごく早期の場合だけで、残りの 9 割の患者さんは、薬物療法を受けている。また、その約 3 分の 1 の患者さんは、あの悪評高い抗がん剤治療を受けている。即ち、「乳がんの早期発見・早期治療」の治療のもう一つの柱は、「抗がん剤治療を含めた薬物療法」なのである。

抗がん剤の副作用として、倦怠感、吐き気、嘔吐、脱毛、白血球減少、手足のしびれなどある。副作用を軽減する薬が開発され、以前に比べるとはるかに楽になってきている。しかし、現在もある。著者は以下のように述べ、安心して抗がん剤治療を受けるための 12 カ条を掲げておられる。抜粋する。

『 初期治療の段階で「副作用が怖い」という先入観によって、抗がん剤治療を受けない人がいますが、転移・再発のリスクを減らすことができるのですから、少々の副作用を耐える意味はあるのではないでしょうか。問題は、抗がん剤治療にあたる医師が、これらの副作用について詳しい知識を持ち、その対策法をきちんと講じることができるかどうかです。』

安心して抗がん剤治療を受けるための 12 カ条

第1条　病気を理解する。
第2条　治療を理解する。
第3条　副作用を理解する。
第4条　副作用の対処療法を知る。
第5条　健康食品、代替医療におぼれない。
第6条　普通の生活を送る。
第7条　何でもがんと結びつけて考えない。
第8条　先々のことを考えない。
第9条　近い時期に楽しいことを計画する。
第10条　よい友達とつきあい、家族を大切にする。
第11条　これからのことを考える。
第12条　納得するまで聞いてみよう。

少し補足すると、第 2 条は、抗がん剤治療の必要性を理解するということである。さらに、乳がんの薬物療法について、副作用への対策も含めて、先生のご経験に基づいて、大規模臨床試験の結果に基づいて、細かく書いておられる。また、本書では、「がん難民はこうして生まれる」「がん予防法・健康食品に根拠はない」「医師と患者とのよりよいつきあい方」など、現場でないとわからない情報が、「4 分の 1 しか標準治療を受けていない」など、医療従事者にも耳が痛いことも、率直に書かれている。

しかし、渡辺先生は、決して抗がん剤治療を押し付けておられるのではない。本書より引用する。

『 医師には、患者さんの好みや希望を聞いたうえで、「医学的には抗がん剤治療が必要ですが、あなたがこれだけのリスクを覚悟のうえで抗がん剤治療をやらないというのなら、他の手もありますよ」と患者さんの納得のいくような説明をする義務があります。それを聞いたうえで、抗がん剤を使わないことを選ぶかどうかは、最終的には患者さんの判断です。

抗がん剤治療を受けるか受けないか、これを決めるのはなかなかむずかしい問題です。いろいろ副作用が出ても、それらはすべて抗がん剤治療が終われば消失してしまいますが、再発の不安や恐怖はずっと続きます。決して、抗がん剤治療をやれば再発のリスクがゼロになるわけではありませんが、できることをやっておけば、後あとになって「できることはやったのだから」という気持ちが自分を安心させることもあるでしょう。』

医師に抗がん剤治療を勧められ迷っておられる患者様、家族の皆様に、本書を参考にしていただきたいとともに、患者様の率直な声も書かれているので、医療従事者の皆様にも目を通していただきたい。

なお、本書が上梓された時は、ハーセプチンの保険適応は、転移後のみの使用であったが、2008 年 2 月厚労省は、「HER2 過剰発現が確認された乳がんにおける術後補助化学療法」への使用も認めた。

会員　井上　林太郎

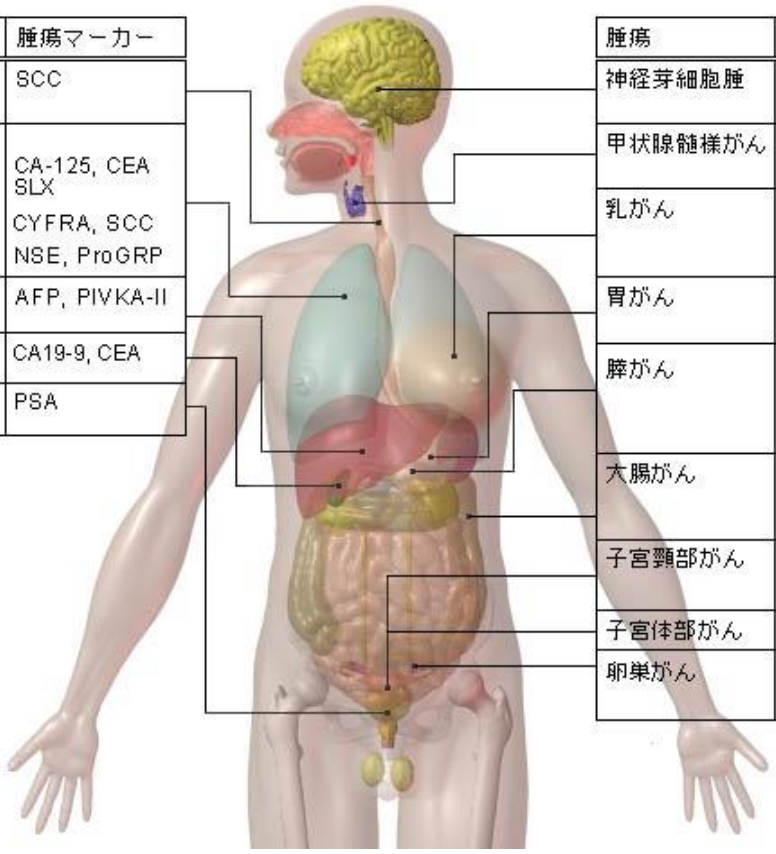
● がんのミニ知識　「腫瘍マーカー」について

１．　腫瘍マーカーとは

がんには多くの種類がありますが、中には腫瘍マーカーと呼ばれる、そのがんに特徴的な物質を産生するものがあります。そのような物質のうち、体液中（主として血液中）で測定可能なものが、いわゆる「腫瘍マーカー」として臨床検査の場で使われています。

２．腫瘍マーカーの種類

現在、数多くの腫瘍マーカーが臨床の場で使われています。また、日々新しい腫瘍マーカーが開発され、臨床応用を待っています。さらに、すでに確立された腫瘍マーカーでも最新の研究の結果、別のがんに対してもマーカーとなりうることが明らかになる場合があります。このような多くの腫瘍マーカーについて、個別に解説することは無理です。そこで、臨床の場で認められ、確立された腫瘍マーカーの一部を図に示しますので、参考にしてください。



腫瘍	腫瘍マーカー
食道がん	SCC
肺がん	CA-125, CEA SLX
扁平上皮がん	CYFRA, SCC
小細胞がん	NSE, ProGRP
肝細胞がん	AFP, PIVKA-II
胆道がん	CA19-9, CEA
前立腺がん	PSA

腫瘍	腫瘍マーカー
神経芽細胞腫	NSE
甲状腺髄様がん	NSE
乳がん	CA-125, CA15-3 CEA NCC-ST-439
胃がん	CEA, STN
膵がん	CA-125, CA19-9 CEA, Elastase I NCC-ST-439 SLX, STN
大腸がん	CEA NCC-ST-439 STN
子宮頸部がん	βHCG, SCC STN
子宮体部がん	βHCG, SCC
卵巣がん	βHCG, CA125 STN, SLX

３．腫瘍マーカーの役割について

腫瘍マーカーは、進行したがんの動態を把握するのに使われているのが現状で、早期診断に使えるという意味で確立されたものは、残念ながらまだありません。がんの動態を把握するとは、治療効果を判定するという意味です。例えば、進行したがんに対して化学療法や放射線療法が行われている場合、その治療がどれくらい効果があるかを判断することに使われます。

また、腫瘍マーカー値が高いがんに対して手術によるがんの切除が行われると、多くの場合、腫瘍マーカー値は手術後低下、もしくは改善します。しかし、がんの再発に伴い、腫瘍マーカー値は再度上昇してくるので、術後の経過観察目的で使われることもあります。

● 広島県内のがん関係イベント情報

○　のぞみの会・広島　１５周年記念大会
日時：2008 年 7 月 21 日（月・祝日）午後 1 時～4 時
場所：広島大学広仁会館（広島市霞 1-2-3　TEL：082-257-5098）
講演 I「乳がんの化学療法について」楢原　啓之（広島大学大学院臨床腫瘍学教授）
講演 II「健康食品の正しい知識と利用法」原田　佳子（医療法人社団恵正会・二宮内科管理栄養士）
コンサート：マウンテンマウス（山口県周防大島出身　ﾗｯｷｰ兄弟ﾕﾆｯﾄ）
参加費：会員：無料、一般：500 円
連絡先：のぞみの会・広島　TEL&FAX:0829-39-7213

○　平成２０年度第２回「市民のためのがん講座（全６回シリーズ）」
日時：2008 年 7 月 26 日（土）午後 2 時～4 時 15 分
場所：広島市中区地域福祉センター（広島市役所向い側「大手町平和ﾋﾞﾙ」５階大会議室）
テーマ：「乳がん治療法の最近の進歩」金　隆史（広島マーククリニック院長）
「乳がんの再発や転移のしくみ」廣川　裕（当会理事長）
受講料：当会会員：800 円、協力団体会員：1,100 円、一般：1,300 円
連絡先：事務局（TEL/FAX 082-249-1033, E-mail ： info@gan110.rgn.jp）

○　第 3 回シンポジウム“小さな町のホスピスモデル・竹原発”～いのちのリレー～
日時：2008 年 9 月 20 日（土）午後 1 時～4 時半
場所：大広苑（竹原市竹原町上新開 3591-1
TEL:0846-22-2970）
基調講演：「いのちのリレー」～心は生きつづける～
柳田邦男（ノンフィクション作家）
活動報告：「サロン“つむぎの路”の一年」
大石睦子（広島・ﾎｽﾋﾟｽｹｱをすすめる会竹原支部代表）
対談：「生きるってな～に？　私のいのちのリレー」
柳田邦男（ノンフィクション作家）
山崎章郎（ケアタウン小平クリニック院長）
黒田裕子（日本ホスピス・在宅ケア研究会副理事長）
参加費：1000 円
連絡先：広島・ホスピスケアをすすめる会竹原支部
（TEL&FAX:0846-26-3788）

○　平成２０年度第３回「市民のためのがん講座（全６回シリーズ）」
日時：2008 年 9 月 27 日（土）午後 2 時～5 時
場所：広島市中区地域福祉センター（広島市役所向い側「大手町平和ﾋﾞﾙ」５階大会議室）
テーマ：「大腸がんの内視鏡手術について」岡島正純（広島大学病院内視鏡外科教授）
「がん検診の有効性」廣川　裕（当会理事長）
講演後「懇話会」を開催
受講料：当会会員：800 円、協力団体会員：1,100 円、一般：1,300 円
連絡先：事務局（TEL/FAX 082-249-1033, E-mail ： info@gan110.rgn.jp）

○　第 18 回広島がんセミナー・第 2 回三大学コンソーシアム合同県民公開講座
日時：2008 年 11 月 8 日（土）午後 2 時～6 時
場所：広島国際会議場　地下 2 階「ヒマワリ」

詳細は後日掲載予定
講師：垣添忠生（国立がんセンター）廣川　裕（広島平和クリニック）
　　本家好文(広島県立病院緩和ケアセンター)
参加費：無料
連絡先：財団法人広島がんセミナー事務局　TEL:082-247-1716

○　第４回がん患者大集会　「考えよう、私の町のがん医療」
日時：2008 年 11 月 30 日（日）午後１時 30 分～4 時 30 分
場所：各地のがんセンター、中国地方は中国がんセンター（呉市）
内容：国立がんセンターがん対策情報センターのテレビ会議システムを活用し、全国９ブロックの中継地点にて同時開催。さらにインターネット配信による生中継を実施。
参加費：無料
主催：第４回がん患者大集会実行委員会、特定非営利活動法人がん患者団体支援機構

●編集後記

梅雨が明け、猛暑の到来です。降ればうっとうしく、晴れればうんざり、とにかく過ごしにくい季節となりました。脳ミソも夏やせ？で、今回は少しボリュームダウンとなりました。無理せず休養を多めにとって何とか暑い季節を過ごしたいですね。(ま)

■ 発行： NPO法人 がん患者支援ネットワークひろしま 事務局
http://www.gan110.rgn.jp
■ お問合わせ： info@gan110.rgn.jp
TEL & FAX：082-249-1033
■ Copyright： NPO法人 がん患者支援ネットワークひろしま

このニュースレターは、当会の会員に配付しております。
当会の活動を充実させるため、入会希望者のご紹介をお願いします。