

第12回 さくらの会の報告

- 1、 2009年4月11日(土) 10時～12時
大和高田市立看護専門学校 講堂にて
- 2、参加者・・・102名
- 3、スタッフ・・・岡村先生、福村先生、コーラスの方々、治田副局長、谷河師長、長嶺副師長、3B スタッフ、企画委員会（さくらの会担当者）
- 4、内容・・・
 - ①10時より岡村先生の講義。
乳癌の骨転移の治療について。
笑いをまじえながらの講義でした。



- ②ティンカーベルのみなさんによるコーラス。
さくらの会に因んだ「さくら」という曲を歌って下さるなど楽しいコーラスでした。



③治田副局長のお話（NSの紹介など）。



④福村先生、スタッフとともにリハビリ体操。



5、アンケート結果・・・102名中82名回収

(1) さくらの会に参加されて、いかがでしたか？

①とても良い→76名 ②まあまあ良い→6名

③あまり良くない→0名 ④とても良くない→0名

(2) (1) で良い・良くないと思われたところはどこですか？

・コーラス大変よかったです。楽しかったです。→5名

・自分の病気のこと、骨転移のことが分かってよかったです。→4名

・普段の診察では聞くことができない話を聞くことができよかったです。
→4名

・同じ病気の人と話をすることができ、元気がでました。→5名

- ・岡村先生のお話がとても分かりやすくよかったです。→11名
 - ・転移に対して不安がありましたが、今回のお話を聞き、いろんな治療法があることを知り、勇気ができました。勉強になりました。→7名
 - ・ガンに対して現実を受け止め、向き合わなければと思うことができました。→4名
 - ・さくらの会に出席できてよかったです。次回も楽しみにしています。→4名
- (3) 今後、さくらの会に期待される内容・活動を教えてください。
- ・医師の話→78名
 - ・薬剤師の話→19名
 - ・栄養士の話→23名
 - ・茶話会→15名
 - ・ボランティア活動→8名
 - ・コーラス→15名
 - ・その他→1名
 - ・看護師の話→45名
 - ・リハビリの話→36名
 - ・補整下着など商品の紹介→8名
 - ・患者さんの体験談→41名
 - ・趣味の会→9名
 - ・ヨガ→27名

- (4) ご意見・ご感想を自由に記入して下さい。
- ・コーラスとてもきれいで良かったです。楽しかったです。次回は知っている曲を歌いたいです。→7名
 - ・先生のお話わかりやすくよかったです。前向きになれました。→4名
 - ・いつも丁寧に対応して下さい、人数も多く準備大変だったと思います。スタッフの皆様ありがとうございました。→9名
 - ・同じ病気の人に会い、話すことで元気ができました。→2名
 - ・転移についてとても不安ですが、今回治療のお話を聞き、心が和らぎました。勇気ができました。→4名
 - ・毎回、元気をもらっています。いろいろな人に支えられており、嬉しいです。次回も楽しみにしています。→6名

第12回さくらの会 質問回答集

① 質問：大豆食品は乳がんの予防に有効との事ですが、サプリメントもがん治療に有効でしょうか？

回答：乳がんに対し、女性ホルモンであるエストロゲンはがんを増殖する働きがあります。一方、大豆食品に多く含まれているイソフラボン植物エストロゲンの一種で、乳がんの予防に有効であるとの話と矛盾します。実はイソフラボンには、エストロゲンとしての働き以外に、抗エストロゲン作用や抗腫瘍効果のあることがわかっており、その摂取量により効果が異なる可能

性があるのです。最近の調査では、少なくともイソフラボンのサプリメントは、乳がん患者さんに使用することは避けた方が良いと結論されています。

- ② 質問：乳房温存手術を受けて10年になりますが、手の腫れなどが良くなりません。異常ではないでしょうか？

回答：乳がん手術後の上肢（腕や手）の腫れは、「リンパ浮腫」と呼ばれ、わきの転移の疑われるリンパ節を取り除いたために起こったものです。一度リンパ浮腫が起きると、簡単には治りませんが、特に再発が疑われるわけではありません。リンパマッサージ法や弾性ストッキングの使い方を、みんなで勉強しましょう。なお最近では、センチネルリンパ節生検を行うことにより、不必要なリンパ節郭清は行わないようになっています。

- ③ 質問：乳がん手術後の再発チェックの検査に、PET検査はどの位の間隔で行うのが良いでしょうか？

回答：当院では、再発チェックの検査は、胸部CT、乳腺エコー、腹部エコー、骨シンチを中心に、5年目までは半年毎に1回、以後は年に1回行っています。しかし、患者さんによっては、PET検査が有効なことがあります。所定の施設に御紹介することがあります。PET検査の間隔としては、通常は年に1回程度が良いでしょう。再発の可能性の高い時は、半年に1回程度が望ましいと思われれます。ただし、PET検査は万能ではありませんので、過信しないことが大切です。

- ④ 質問：会の時の説明で、がん細胞は死なないと言う話がありましたが、抗がん剤でも死なないのですか？

回答：説明が不十分でした。通常の細胞には寿命があり、死滅して新しい細胞と入れ替わりますが、がん細胞はなかなか死なないで、増えるばかりです。これを「がんの増殖」と呼びます。がんの増殖により、がんが全身に広がり、遂には命を落とすことになるわけです。抗がん剤は、がん細胞を殺す働きがあります。最近の抗がん剤は有効性が高く、乳がんの術前化学療法では、抗がん剤だけでがん細胞が全部死んでしまうこともあります。

- ⑤ 質問：ホルモン治療剤のリュープリンで、強いうつ症状が出るということがあると聞きました。何か気を付けることはありますか？

回答：リュープリンは閉経前の患者さんに対するホルモン治療剤です。脳に指令を出して、卵巣からのエストロゲン分泌を止めてしまいます。非常に有効な薬剤ですが、閉経前の患者さんに、突然、更年期症状が訪れるのですか

ら、様々な副作用が出現します。うつ症状も重大な副作用のひとつです。私たちもできる限り事前に副作用の説明をしたいと考えていますが、しばしば不十分になっているようです。リュープリンは通常2年間投与することが多いのですが、長い時には5年以上も投与することがあります。その間、できるだけ楽しいことを考えて過ごしましょう。私たちや「さくらの会」の仲間に相談してもらおうと安心できるかもしれません。必要な場合は、抗うつ剤を処方することもできます。また御家族の皆様にも理解してもらおうことも大切でしょう。乳がんの治療にとっても有効な薬剤ですので、そのような副作用で中止しないで良いように注意させていただきます。

⑥ 質問：抗がん剤治療中ですが、食欲不振などの副作用で困っています。漢方薬と服用しても良いですか？

回答：抗がん剤治療が長期にわたる時には、食欲不振などは辛いですね。漢方薬の中には、このような症状に有効な薬剤があります。代表的な薬に、「補中益気湯」などが挙げられます。ご希望の方には、処方させていただきますので、申し出てください。

今回も様々な質問を頂きまして、ありがとうございました。私たちも、もっと患者さんのことを理解しないといけないと反省しています。これからも、「さくらの会」を通して、医療従事者と患者さんが協力し合える、チーム医療の充実を目指しましょう。