

第22～23回 さくらの会の質問に対する Q&A

第22回と第23回のさくらの会で質問された内容を岡村副院長に答えていただきました。
何かの参考になれば幸いです。

がん推進委員会 看護局企画委員会

Q①: 他院を受診していますが緊急照射が必要になった時に連携していただけますか？

A: 平成26年10月現在、当院では、放射線治療棟を建設中です。来年度には、最新放射線機器『True beam』を稼働させる予定です。万一、緊急照射が必要な事態が生じた際には、当院放射線治療専門医が適切に治療いたします。

Q②: 以前の様に、また、マッサージ(エステ)に行きたいのですが、胸部、腕、背中など、大丈夫でしょうか？ リンパ郭清した腕はあまりかばわず、どんどん動かしても良いですか？

A: 乳がんの術後のマッサージは、骨転移などない限り、手術前のようにしてもらって構いません。ただし、骨転移と診断された方は、マッサージをされる担当者に、事前に説明し、大きな負荷をかけないようにお願いしてください。
また手術でリンパ節郭清を受けられた方は、可能な範囲で、大きく肩関節を動かしてください。入院中はしっかり手が挙がっていた患者さんが、「手が挙がらない」と外来に来られるのは残念で仕方がありません。手が挙がらなくなっているのは、リハビリが不十分だからです。肩関節のリハビリには、水泳やテニスなどのスポーツも行うと良いでしょう。一方、コンピューター仕事など肩が凝るような仕事は、長時間は続けなくてください。時々休んで、リハビリ体操をしてください。

Q③: 手術して5年たちました。これから気をつけることがありますか？ 術後5年が経過し、抗がん剤、ノルバデックスが終わりました。その後、何の変化もありませんが、気を付けることがあれば教えてください。

A: 乳がんでは、以前からホルモン治療は5年間続けることが一般的でした。最近では、再発の危険性の高い患者さんは、さらに5年間ホルモン治療を続ける方が良いというデータが出てきました。当院では、再発の危険性が特に高くない患者さんは、従来通り、5年間でホルモン治療を終了しています。

さて術後5年を過ぎて大事なことは、三つあります。一つ目は、あまり乳がんのことを考えすぎないことです。折角手術後の経過が良いのですから、もっと楽しんでください。いろいろなことに興味を持ってチャレンジしましょう！二つ目は、体を動かしてください。ホルモン治療で低下した骨密度を取り戻しましょう！リハビリ体操も続けてください。スポーツをなさると、さらに良いと思います。そして、三つ目は、先程と全く反対の話になりますが、体調の悪い時は病院に来てください。残念ながら手術後 10 年過ぎても再発することがあります。そんな時も、怖がらずに外来に来てください。いっしょに前向きに取り組みましょう！

Q④: 術後5年になります、2年ぐらい前より腰の痛みがあるのですが、手術の影響でしょうか？ 起床時は比較的腰は伸び動きやすいが夕方になると腰の伸びが悪く、高い所に手が届きにくい、最近1ヶ月位の間に急速に悪化したのですが何か治療法はありますか？ 術後9年目です、時々、脇とか痛みを感じ 又、消えて、ちょこちょこあるのが気になる。触るが自分ではしこりを感じない。術後10年目になります、リンパを取っているせいでしょうか、未だに脇がつっぱり、違和感がなかなか取れません。

A: 手術後に体のいろいろな所が痛むことがあります。原因は様々です。当然、骨への転移が原因のこともあります、実はそれ程多くはありません。どちらかと言うと、リハビリ不足や運動不足あるいは加齢が原因であることの方がずっと多いようです。特にホルモン治療しながら、じっとしていると、骨のカルシウムがどんどん抜け落ち、骨粗しょう症になる恐れがあります。「痛い痛い」とうずくまっていなくて、大きく伸びをしてください。さくらの会のリハビリ体操を思い出しましょう！ただし痛みの強い時は、外来に相談に来てください。

Q⑤: 再発、転移した場合に、タイプ(ルミナールなど)が変わる事があると聞いた事があるが、本当ですか？

A: 当院では、乳がんのタイプに合わせた個別化治療を徹底しています。本当に効果のある治療を行うために、きちんと切除した組織の検査を行って、治療方針を決めています。ところが、再発部位が、元の乳がんタイプと異なる組織であることは実際にあります。私たちは、乳がんが再発した場合は、可能であれば、再発部位の組織を採取し、再度検査してタイプ分類を行い、治療方針を再検討するようにしています。

Q⑥: 閉経前から治療していた場合、閉経後の薬の切り替えはどのように判断するのでしょうか？採血などでホルモンの数値をはかる事でわかりますか？

A: ホルモン治療を閉経前の治療から閉経後の治療に切り替えるのは、意外と難しいです。治療を切り替えるには、先ず閉経を確認する必要がありますが、特にリュープリン注射をしていると、血液中の女性ホルモンであるエストロゲン値が低下し、月経がありません。そのため、閉経を確認するために、先ずリュープリンを中止し、1年間月経のないことを確認した上で、血液のエストロゲン値と卵胞刺激ホルモン(FSH)値を調べます。両方の値が低い場合、閉経となっている可能性が高いので、ここでやっと内服のタモキシフェンを閉経後によく用いるアロマターゼ阻害剤に切り替えるのですが、しばしばアロマターゼ阻害剤を飲み始めてすぐに月経が戻ることがあります。ホルモン治療は、閉経後の方が閉経前よりも有効で薬剤も種類が多いのですが、閉経前の薬剤からの変更は、このように苦労することが多い印象です。

Q⑦: ホルモン療法による更年期症状を漢方薬でおさえる方法はありませんか？

A: 更年期様症状には、ほてり、熱感、のぼせ、肩こり、頭痛、不眠、めまいなどの様々な症状があります。漢方薬は、それらの症状に応じて用いられます。もし、このような症状でお困りの際はご相談下さい。