

陽だまり

今年は天候のおかげで、山ではキノコや栗、ドングリなどが豊作だとのこと。紅葉もたくさん楽しめたのではないのでしょうか。

そろそろ初冠雪の便りもきかれ、こたつの温もりが恋しい季節になってきました。

インフルエンザの流行にも注意してください。寒くなり始めると体調を崩しやすいですので、充分に気をつけてお過ごしください。



「がん相談支援センター」へどうぞ

当センターでは、患者さんやご家族が“がん”とうまく付き合いながら心身ともに落ち着いた生活を送ることができるようお手伝いしています。

がんのことについて知りたい、治療に伴う副作用の対処法やいろいろな情報が欲しい、今後の療養や生活のことが心配・・・など、がん医療に関係したご相談やご質問に専門の看護師や医療ソーシャル・ワーカー、社会保険労務士が、分かりやすくお答えします。例えば、「がんと言われて、頭が真っ白になり不安で一杯」「医師に言われたことがよく分からなかった」「抗がん剤治療中で体も気持ちも辛い」「家族ががんになりどう接していいか困っている」といったご相談に対応しています。すぐに解決ができなくても、話すことは気持ちの整理につながります。お話をききながら一緒に考えていきたいと思えます。

また、毎週木曜日の11:00から15:00は「すまいるサロン」を開催しています。「同じ体験を持つ方々と話をしたい」との思いから発足した、がん患者さんやご家族が笑顔になれるおしゃべり場です。サロンのボランティア・スタッフは、がんの体験者やご家族です。不安や悩みを共有しあうこと

で気持ちが軽くなることもあります。不安・悲しみ・辛さ・喜び・楽しみ・希望・・・なんでもサロンで話してみませんか。辛さは半分に喜びは倍になります。今できることをサロンで一緒に探してみましょ。

どなたでもどうぞお立ち寄りください。お待ちしております。

予約不要。秘密厳守。電話相談も承っています。



第2回
(連載)

がん放射線治療



みなさん、こんにちは！
今回は、“放射線治療最前線！”ということで、いろいろな放射線治療の装置についてご紹介していきます。

放射線治療装置には様々な種類があり、病気の悪性度や放射線に対する感受性、病気の進み具合、さらには患者さんの全身状態や合併症の有無、既往歴などを考慮して検討されます。

それぞれの特徴などを表にまとめましたので、ご覧ください。なお、この中で現在当院にある治療機は「ライナック」のみです。

装置名		特徴
ライナック		LINAC (リニアック・ライナック)とは直線加速器のことで、放射線治療用のX線や電子線を発生させる装置です。最も一般的・基本的な放射線治療装置であり、脳から四肢まで、全身のあらゆる領域の病変の治療が可能です。当院では、IMRT と呼ばれる高精度な治療も前立腺がんを対象に行っています。
サイバーナイフ		サイバーナイフは、がんなどの病巣に向けて多方向から放射線を集中照射して治療を行う、定位放射線治療装置です。身体を嚴重に固定しなくても多少の身体の動きはロボットアームが自動的に病巣を追尾して治療を行うことができます。多方向から照射を行うため、正常組織に当たる放射線量はわずかなため、放射線の影響を最小限に抑える治療ができます。全身の病変の治療が可能です。
ノバリス		ノバリスは、定位放射線治療装置です。多方向から集中して照射を行うだけでなく、IMRT も行うことができます。ノバリスも、全身の病変の治療が可能です。 * IMRT とは、強度変調放射線治療のことをいいます。専用のコンピュータを用いて照射野の形状を変化させたビームを複数用いて、腫瘍の形に適した放射線治療を行う方法です。腫瘍に放射線を集中し、周囲の正常組織への照射を減らすことができるため、副作用を増加させることなく、より強い放射線を腫瘍に照射することができます。



装置名		特徴
トモセラピー		トモセラピーは IMRT 専用治療装置です。CT とリニアックを一体化させた装置で、正確に病巣部の照射部位と形を把握し、腫瘍に対して集中的に放射線を照射することができます。適応疾患は、頭頸部領域、胸部、腹部などほぼ全身です。
BNCT		BNCT(ホウ素中性子補促療法)とは、今注目されている治療装置です。がん細胞に取り込まれやすいホウ素-10 を含んだ化合物を点滴注射し、加速器から得られる「中性子」を照射します。するとホウ素化合物と中性子が衝突し、核分裂によって生じる粒子線の一種「α線」によって、がん細胞を内部から死滅させます。よって、正常細胞に非常に優しい治療法です。適応疾患は悪性脳腫瘍、悪性黒色腫などがあります。
重粒子線		重粒子線治療は、重粒子線(炭素イオン)を光の 70%のスピードに加速して照射し、停止する直前にエネルギーを放出して病巣に非常に強いダメージを与えることができます。よって、周りの正常部位にはダメージが少なく、かつ治療効果はエックス線に比べ生物効果が高いことが知られています。適応疾患は、前立腺がん、肺癌、肝細胞がん、骨軟部腫瘍などがあります。
陽子線		陽子線は重粒子と同様に、水素の原子核を加速したものです。陽子線も停止する直前にエネルギーを放出して病巣にダメージを与えることができますので副作用を少なくできる治療です。治療の効果はライナックとさほど違いはありません。

いかがでしたでしょうか。

放射線治療装置には、当院で活躍している「ライナック」以外にも、夢のような機械がたくさんあります。しかし、装置によって適応疾患が決まっていたり、粒子線治療は先進医療のため治療費が 300 万円もかかってしまうなどの制約もあり、メリットばかりではありません。

どの治療装置での治療が患者さんに合っているかは、主治医や放射線治療医にご相談ください。

放射線治療科 萩原 美千代 看護師



がんの治療・療養に関して、普段の生活では聞き慣れない様々な言葉を耳にすると思います。「聞いたことがあるけど、いったいどういう意味なの？」といった医学用語について、いくつか解説したいと思います。



● **根治手術** こんちしゅじゅつ

病気を完全に治すことを期待して行う手術のことです。根治手術では、がんを全て取り除くことを目標としており、がんそのものの切除に加えて、がんの再発や転移が起こらないように、がんが広がっている可能性がある臓器や組織なども含めて切除することがあります。

● **局所療法** きょくしょりょうほう

がん（腫瘍）のできている部位とその周辺に対して行われる治療のことです。外科療法（手術治療）、放射線治療などがあります。これに対して病変の部分だけでなく、抗がん剤による薬物療法など、全身に対して行われる治療を全身療法といいます。

● **対症療法** たいしょうりょうほう

病気に伴う症状を和らげる、あるいは消すための治療です。がんによる痛みや治療による副作用の症状が強い場合などに、それぞれの症状に応じた治療が行われます。がんを取り除くといった、根治を目指す治療ではありませんが、つらい症状に対応して痛みや不快な症状を取り除くことで、クオリティ・オブ・ライフ（QOL：生活の質）を維持することを目指していきます。

● **支持療法** しじりょうほう

がんそのものに伴う症状や治療による副作用に対するの予防策、症状を軽減させるための治療のことです。例えば、感染症に対する積極的な抗生剤の投与や、抗がん剤の副作用である貧血や血小板減少に対する適切な輸血療法、吐き気・嘔吐に対する制吐剤（吐き気止め）の使用などがあります。

● **術後補助療法** じゅつごほじりょうほう

手術後に、がんの再発や転移の危険性を減らす目的で行われる治療のことです。抗がん剤治療や放射線治療などが行われます。術後補助療法を行うかどうかは、がんの種類や広がり具合、患者さんの状態などによって異なります。

● **原発巣** げんぱつそう

最初ががん（腫瘍）が発生した病変のことです。例えば、最初に胃にがんができて、その細胞が血液やリンパの流れに乗って肺に転移すると原発巣は胃がんです。この場合、転移した部位にできたのは肺がんではなく、胃がんの細胞からできているため、胃がんの治療法を参考に治療が進められます。このように、原発巣が何かを知ることは治療方針を決める上で重要です。しかし、原発巣が小さい、あるいは発見しにくい場所にある場合には、特定できないこともあります。

（出典：『がんになったら手にとるガイド』 国立がん研究センター がん対策情報センター）



リレー・フォー・ライフ 信州長野 2015年も無事閉幕！

2015年
9/12(土)～9/13(日)
in
篠ノ井中央公園

がん患者支援チャリティイベント「リレー・フォー・ライフ信州長野」も今年で4回目。今年会場を「篠ノ井中央公園」に移して開催されました。当院は実行委員としてイベントの企画・運営にも携わり、「長野市民病院チーム」として24時間のリレーウォークにも毎年チャレンジしています。

2日間（24時間）のイベントには、約3500人の来場があり、イベント全体での寄付金収入は400万円を超えるものとなりました。会場にご来場いただいた皆さま、寄付等にご協力いただいた皆さま、誠にありがとうございました。がん制圧活動の一助となることを祈ります。



<<トピックス>>

がん登録 ってなあに？！

診療情報管理士 荒井ゆかり

がん登録ってなんですか？



「がん登録」という言葉を、今初めて目にした方が多いと思います。
今回は「がん登録」の概要、情報の活用方法などについて説明していきます。

「がん登録」は、がんの診断、治療、経過などに関する情報を集め、保管、整理、分析する仕組みのことです。

毎年新たにどのくらいの数のがんが診断されているか(罹患数)

がんと診断された人がその後どのくらいの割合で生存しているか(生存率)

毎年どのくらいの人のがんで亡くなっているか(死亡数)

といったがんの統計情報は、国や地域のがん対策を立てたり評価したりするのにとても重要です。その他にも、がんの発生した部位や、がんの細胞の種類(組織型)によって、最適な治療方法が異なるため、治療方法の研究にも活用されていたりと、がん登録の情報は幅広く活用されています。

? がん登録の目的は？

「がん登録」で集められた情報は、がん対策の立案や評価に使われます。がん対策の目的は

- 1.がんになる人を減らす(一次予防)
- 2.がんから治る人を増やす(二次予防)
- 3.元気に過ごせる期間を延ばし苦痛を軽減する(三次予防)

であり、最終的には、がん死亡率の低下を目指しています。

(国立がん研究センター がん情報サービスホームページより)

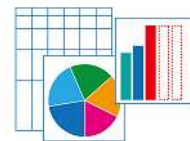


? いつ / 誰が / どこで、どんな情報を集めているの？

がん登録は、病院ごとに行われています。長野市民病院が指定されている「がん診療連携拠点病院」では、がんの情報を収集し、国へ提出することが必須になっています。長野県内では、当院を含めたがん診療連携拠点病院8病院と、県推薦病院4病院から、がんに関する情報が提供されています。

当院では、診療情報管理室という部署で、国立がん研究センターの実施する「がん登録実務者研修」の講習・試験を受け、認定された診療情報管理士が「がん登録」を行っています。

がん登録で集められる情報は、がんの診断日、がん発見のきっかけ、臓器や組織型、進行度、治療内容、生存確認情報などです。



? どうやって使われているの？

集められた情報は、都道府県、国立がん研究センター、各学会などで集められ、保管、整理、分析されています。集計された情報の一部は、インターネットのホームページなどで一般公開もされています。



? 個人情報を守られているの？

がん登録の情報収集においては、その目的から個人が特定される可能性のある情報も含まれています。収集された情報について当院では、「院内がん登録における個人情報保護ガイドライン」および院内の「個人情報保護方針」に基づき、個人情報に十分配慮し管理しています。また、外部への情報提供については、定められた収集者（都道府県、国立がん研究センター）については、それぞれの情報管理に関する規約に基づき、個人情報が一部入った形で、それ以外については、個人の特定できる情報は除いた状態で情報提供を行っています。

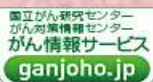
? 聞いたことありますか？「全国がん登録」

2016年からは全国規模での情報収集が始まります。現在は、がん診療連携拠点病院や、一部の協力病院から集められている「がん登録」の情報ですが、現在の仕組みでは一部の施設からの情報しか集まっていないため、数の少ないがん（希少がん）や、治療をする病院が限られているがん（小児がんなど）は、特に正確な分析が難しく、わが国の大きな課題となっています。

そこで、正確な集計・分析を目的に「がん登録等の推進に関する法律」が制定され、この法律に基づいて全国の医療機関において情報の提供が義務づけられます。これを「全国がん登録」と呼びます。


国単位でのがん登録制度が実現しているのは、世界でもまだ数カ国しかなく「全国がん登録」が始まれば、日本は世界でも最大規模の全国がん登録の実施国となります。

がん患者さんの情報が未来のがん治療の発展に役立てられる、それが「がん登録」です。



がん情報サービス をご存じですか？

独立行政法人国立がん研究センターがん対策情報センターの「がん情報サービス」では、科学的根拠に基づく信頼性の高い最新のがん関連情報が提供されています。

国立がん研究センターのホームページから  のロゴをクリックするか、「がん情報サービス」のサイトに直接アクセスしてください。 (<http://ganjoho.jp/>)

医療者からの説明や、今後の方向性について頭の中を整理するのに役立つものと思います。情報収集のひとつとしてご活用ください。

「がん相談支援センター」でも、閲覧や検索のお手伝いをしています。どうぞお越しください。

利用者数



がん相談支援センター 相談件数

2015年	5月	211件
2015年	6月	265件
2015年	7月	217件
2015年	8月	175件
2015年	9月	195件



すまいるサロン（毎週木曜日） 来室者数

2015年	5月	5回/延べ77人
2015年	6月	4回/延べ55人
2015年	7月	5回/延べ76人
2015年	8月	4回/延べ40人
2015年	9月	4回/延べ62人





●がん治療と仕事の両立に関するご相談●

がん相談支援センターでは、がん患者さまの治療と仕事の両立に関するご相談を承っております。おひとりで悩むことはありません。専従看護師・がん専門看護師・医療ソーシャルワーカーとともに、就労や社会保険の専門家である社会保険労務士(社労士)も一緒にお話を伺うことができます。

お悩みの際は、どうぞご相談ください。いつでも当院の社労士資格を持った職員(特定社会保険労務士・北原啓祐)による相談対応が可能です。

また、今年度から長野県の支援を受け、県社労士会から2名の開業社労士が定期的に派遣されており、毎月1回の個別相談会を開催しています。是非この機会をご利用ください。

【 派遣社労士による個別相談会 開催予定 】

12月3日(木)13:00~16:00

2月4日(木)13:00~16:00

3月3日(木)13:00~16:00

お問合せ・ご相談・ご予約は、
「がん相談支援センター」まで。
直通 tel 026-295-1292



今後の
予定

オアシスの会(ストーマ造設患者の会) 定例会

お楽しみ・クリスマス会

12月12日(土) 12:00~16:00「第4・5・6会議室」にて

定例会

平成28年3月12日(土) 14:00~16:00「第4・5・6会議室」にて(予定)

ひまわりの会(乳がん患者家族の会)

例会 11月27日(金) 14:00~16:00「市民健康ホール」にて

- ・講演「今どきのガンとの付き合い方」
- ・分科会(交流の場、自由なおしゃべりの場)

すまいるサロン 毎週木曜日 11:00~15:00

「がん相談支援センター」にて

がん教室『がん治療中の食事について』(事前申込制、参加無料)

11月12日(木) 13:30~15:00

12月10日(木) 13:30~15:00

1月14日(木) 13:30~15:00

2月25日(木) 13:30~15:00

3月10日(木) 13:30~15:00

※4月以降も定期的に開催予定です。

※各イベントの詳細につきましては、「がん相談支援センター」までお問合せ願います。

桜、新緑、紅葉、雪景色....。

山や木々は、四季それぞれに素敵な風景がありますよね。長野っていいなあ~としみじみ感動する毎日。皆さまは、どんな季節のどんな風景がお好きですか??

すまいるサロン便り『陽だまり』第21号 2015年11月発行

発行：長野市民病院

がん相談支援センター

専用ダイヤル：026-295-1292

編集担当(拓)

