

演題 「がんの話」

～医師として、Cancer Survivor として～

講師 医師 行田 泰明 氏

講師紹介

長野県岡谷市生まれ

諏訪清陵高校卒業

日本大学医学部卒業・日本大学大学院医学研究科麻酔科専攻卒業

日本大学板橋病院麻酔科、三井記念病院麻酔科、癌研究会付属病院麻酔科

要町病院緩和ケア部 勤務

医療法人社団元気会久保田げんきクリニック 副院長

2014 年進行食道がん発覚により退職し闘病

2015 年医療法人社団淳友会わたクリニック船堀 院長

2018 年 日本緩和医療学会暫定指導医

日本麻酔科学会専門医・指導医

行田医師は岸同窓会長の実の弟さん、武藤副会長のご主人と同級生

守屋校長とは同窓生…

(要旨)

1981 年から“がん”が日本人の新しいトップとなり、右肩上がりが増えている。

平成 29 年に約 130 万人が死亡しているが、そのうち約 37 万人が“がん”で死亡している。

統計的に日本は 2 人に 1 人ががんで亡くなると推定される。

“がん”増加の原因のひとつは長寿。

がん大国である日本人の平均寿命は男性 81 歳、女性 87 歳。衛生環境や医療が発展したことにより「世界一の長寿国」でもある。みんなががんになるまで長生きするようになったということ。

人間の体は 60 兆個の細胞からできており、細胞の真ん中の核内の遺伝子 (DNA) が傷ついて起こる。遺伝子が重要な働きをするが、一部を除いて遺伝の病気ではない。

年齢を重ねるにつれて DNA の傷が積み重なり、がん細胞の発生が増える一方で、免疫細胞の機能 (免疫力) が落ち、がんが発生する。

長生きするとがんが増えるということ

がん細胞は 100 万個まで増殖すると 1mm の大きさになる。検査によって発見されるまで、通常 10～20 年の時間が必要。がんは一部の例外 (家族性腫瘍) を除き遺伝しない。

がんになる、ならないは、“運”の要素が大きい。

DNA に傷がつく原因は (突然変異を起こしやすい環境)

喫煙→肺がん、喉頭がん、咽頭がん、食道がん

塩分の多い食事→胃がん

脂肪の多い食事→大腸がん

細菌感染やウイルス感染→胃がん、子宮頸がん、肝臓がん

アルコール→肝臓がん、咽頭がん、食道がん

未婚→乳がん、子宮がん

がんは生活習慣に密接に関連している。

生活習慣が発がんのリスクを高めることはあっても、癌になるかどうかは運・確率である。

しかし、日常生活に気を付ければある程度、がんを予防できる可能性がある。

がんの診断・がんと診断されたら

がんは早期発見、早期治療が原則！！

同じ臓器からできるがんでも、タチの悪さがちがうので、できる臓器とがんのタイプによって治療方針が決まる。病期、年齢、がんのタイプにより治療法が異なる。経過観察もひとつの治療である。

検診は万能ではないが、大腸がん、子宮頸がん、乳がんは検診の有効性が国際的にも証明されている。腫瘍マーカーなどの「血液検査」、エックス線、CT、PETなどの「画像検査」、腫瘍の一部をとり、顕微鏡で調べる「病理検査」で最終的に診断される。

「自分で自分のがんを知ることが必要」

インターネットでも調べられるが、情報収集では情報の質が大切である。

セカンドオピニオンも必要

セカンドオピニオンとは別の医師の意見を求めること。紹介状、検査資料をそろえておくことは医師の常識。

「おまかせします」ではなく、自分のがんを知ることが大切。

がんの治療には

- ・標準治療…手術、放射線、化学療法（世界中の専門家が妥当と認めた治療法）
- ・集学的治療…手術、放射線、化学療法を組み合わせる
- ・免疫学的治療…免疫チェックポイント阻害剤
- ・代替療法…標準治療以外の治療法

（十分な効果が立証されていない。免疫療法、温熱療法、サプリメントなど。誇大広告に注意が必要）

固形がんの治療は手術療法、化学療法、放射線療法に加え、近年では分子標的薬により免疫学的治療が目覚ましい成果をあげている。

進行固形がん（局所または領域にとどまる）では

手術療法から化学療法、放射線療法→治療を目指すためには確実な診断と外科的治療が大切。

がんの治療には「がんを知ること」が重要である。

「治療病院の選択」にあたり

手術数は病院の質を反映するという米国の解析結果がある。

日本の外科領域のガイドラインにもハイボリュームセンターを推奨している。

余命はあてにしなくてよい。在宅看護ケア等については死亡場所別、死亡者数の年次推移と将来設計のグラフから、2030年までに約40万人死亡者が増加すると見込まれるが、看取り先の確保が難しい。

私のがん体験…

がんの闘病中の心の震度計…闘病意欲と悲嘆・不安が大きく揺れ動く。震度計のグラフのように…

わらをもつかむ思いとなる…

がんは

際限なく細胞分裂を繰り返し、誕生した臓器から他の臓器へ転移し、体が必要とする栄養を奪い取り死に至らしめる。

がん治療は転移が出る前の最初の治療が極めて重要である。一発勝負、敗者復活戦なしの闘いである。

がんは、命に限りがあることを思い起させてくれる。

- ・ 検診ではなく「受診」
- ・ 質を見極めた「情報」
- ・ がんについて「知る」

ことが大切。

皆さま、ご自愛ください。