

## 第5回 【保健】 現代社会と健康

## がんの治療と回復

## 今回の学習内容

講師  
武市 可奈子  
(学習メモ執筆)

壇 蜜 先生

がんは一次予防と二次予防が大切です。しっかり学習をしてがんを理解することが予防につながります。しかし、予防をしていたにも関わらずがんに罹患してしまうこともあります。そんなときにどうすればよいのでしょうか。罹患したあとにどんな治療法があるのか、また、社会的にはどんな対策が行われているのかを学びます。健康と命の大切さについて主体的に考えることができるようにしていきましょう。

## がんの治療

がん治療の三つの柱は手術療法、化学療法、放射線療法であり、がんの種類と進行度に応じて、三つの治療法を単独や、組み合わせて行う標準治療という方法が推奨されています。標準治療というのは大規模な臨床試験によって科学的に治療効果が示され、かつ安全性が許容された治療のことです。

普通の治療法ということではなく現時点で最も推奨される、最良の治療法ということです。それらを医師などと相談しながら理解して患者本人が主体的に選択することが重要です。

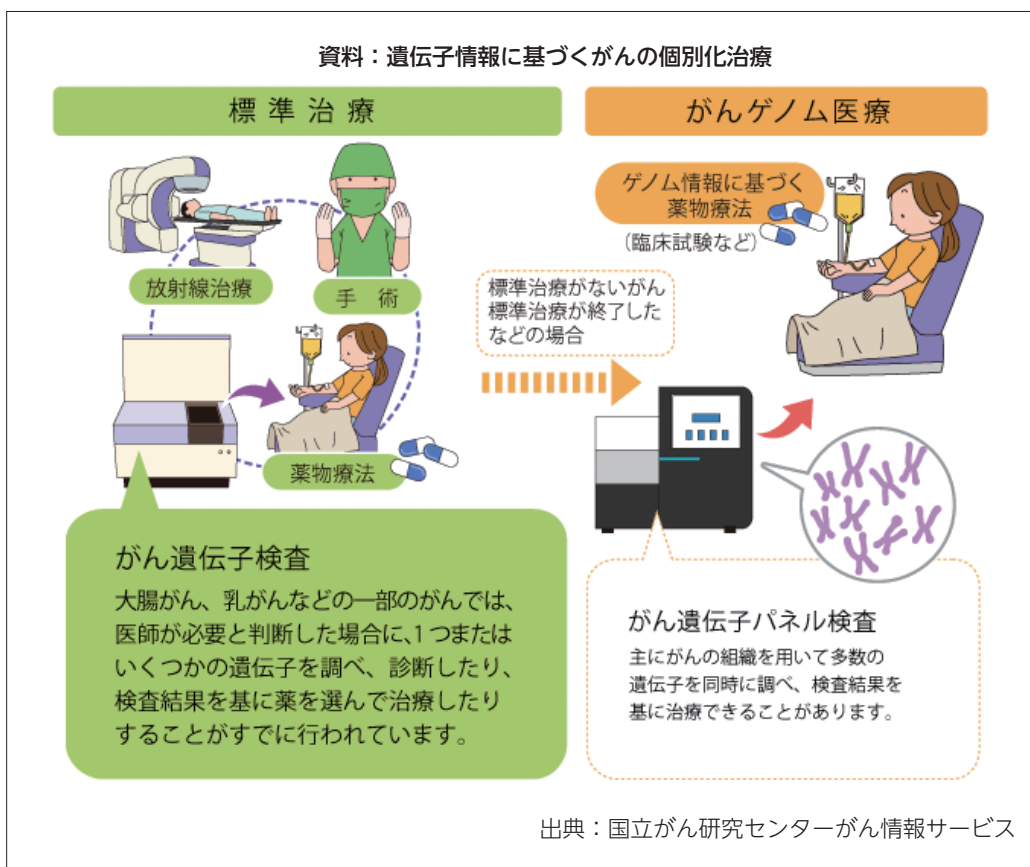
## 緩和ケアとは

がんと診断されると落ち込むこともありますし、診断を受けたときにはすでに痛みや息苦しさなどの症状がある場合もあります。そんなときには緩和ケアというシステムがあります。緩和ケアは落ち込みや症状に対して、つらさを和らげてより豊かな人生を送れるように支えることです。緩和ケアはがんの治療とともに、つらさを感じるときにはいつでも受けることができ、担当の医師や看護師だけでなく、公認心理士や管理栄養士やソーシャルワーカーなど必要に応じてさまざまな職種の人がチーム(緩和ケアチーム)となって支えてくれます。患者だけでなく、その家族も支えます。どのような状況であってもできる限り自分らしい生活を続けていくための大切なシステムです。

## がんとともに生きる社会づくり

がんの社会的対策として、日本には「がん対策基本法」に基づく「がん対策推進基本計画」というものがあります。具体的には、「がん患者を含めた国民が、がんを知り、がんと向き

合い、「がんに負けることのない社会」の実現を目指しています。国や自治体など社会全体でがんと向き合って治療していきましょうということです。もちろんがん予防方法の普及啓発や、病院の整備を始め、遺伝子情報を活用したゲノム医療の推進などもしています。ゲノム医療はそれぞれの人の遺伝子を解析してその人の特性に合った最適な治療法を見つけ出せます。副作用の少ない薬を選べたり、一人ひとりに寄り添った治療と言えます。



●がんに対する情報の活用

「がん情報サービス」(<https://ganjoho.jp>) は、国立がん研究センターが運営していて、難しい内容も分かりやすく発信しています。また、全国にある拠点病院にはがん相談支援センターが整備されていて、だれでも利用できます。このように日本にはさまざまな取り組みやサポートが存在します。私たちはそういうシステムがあるということを知り、利用するということも大切です。

また、がんの治療の際に、単に病気を治すだけでなく、治療後の“生活の質(QOL)”を大切にする考え方が広まってきています。治療による影響について十分知ったうえで、がんに罹患しても、その人らしく、充実した生き方ができるよう、治療法を選択したり支援を活用したりすることが重要なのです。

## 【参考資料】

## ● WHO（世界保健機関） 緩和ケアの定義

- 痛みやその他のつらい症状を和らげる
- 生命を肯定し、死にゆくことを自然な過程と捉える
- 死を早めようとしたり遅らせようとしたりするものではない
- 心理的およびスピリチュアルなケアを含む
- 患者が最期までできる限り能動的に生きられるように支援する体制を提供する
- 患者の病の間も死別後も、家族が対処していけるように支援する体制を提供する
- 患者と家族のニーズに応えるためにチームアプローチを活用し、必要に応じて死別後のカウンセリングも行う
- QOLを高める。さらに、病の経過にも良い影響を及ぼす可能性がある
- 病の早い時期から化学療法や放射線療法などの生存期間の延長を意図して行われる治療と組み合わせで適応でき、つらい合併症をよりよく理解し対処するための精査も含む

[日本語定訳：2018年6月 緩和ケア関連団体会議作成]

