

Q:術後の補助療法とはどういうことですか？なぜ必要なのでしょう？またどう治療がありますか？

A1:手術の時点で、検査では発見できない小さな癌は血流やリンパ流によって体の他の臓器に到着し、そこで増殖する可能性があるため(転移)、術後再発を予防するために行う治療が術後補助療法です。忘れていけないのはこれはあくまでも予防の治療です。

A2:全身的なものとして化学療法、内分泌療法、局所的なものとして放射線療法があります。

\*化学療法…抗がん剤による治療。癌そのものを攻撃して消す「全身療法」

\*内分泌療法…抗ホルモン剤を使う治療。卵巣ホルモン(エストロゲン)によってがん細胞が増殖するタイプの癌に対しておこなう治療

\*放射線療法…再発予防のために局所に照射する治療で「局所療法」

Q:術後補助療法はどのようにして決められるのですか？

A:乳癌は他の癌に比べ治る見込みが非常に高い病気で、有効な治療法が幾もあり、今も新しい治療法が開発されています。どの治療法を選び組み合わせるかは、しりりの大きさやリンパ節転移の有無、進行度、細胞核の悪性度、年齢、閉経状態、ホルモン受容体や Her2 遺伝子の状況、健康状態などを見ながら最も有効な方法を決めていきます。

Q:化学療法(抗がん剤)はどのような人が受けるのでしょうか？

A:2年毎にスイスのザンクト・ガレンで開催される乳癌国際会議で推奨基準が提唱されているそうです。基本的には内分泌療法が無効の人(ホルモン受容体が陰性の人)やリンパ節転移のあった人です。

他にリンパ節転移はなくても以下に示すように再発、転移の可能性が高いと判断される人も可能性はあります。

- ① 乳癌のサイズ2cm以上
- ② ホルモン受容体が陰性でホルモン療法の予防効果が期待できない場合
- ③ 乳癌細胞の異型度が強い場合(グレード2以上)
- ④ 年齢が34歳以下の場合

でも、ひとりひとりが癌の性質が違うので、その人にあった治療法が選択されます。納得いくまで主治医と相談しましょう。

Q:抗がん剤にはどんな種類があるのでしょうか？

A:点滴(注射)とのみ薬(経口薬)です。単独投与とか、いくつかの種類を組み合わせることでがんに対する攻撃のパリエーションをふやし治療効果が高くなるようです



### 現在、抗がん剤治療中の Hさん

髪は抜けるし、吐き気はするし、何？あのイヤな毒々しい赤い色！

私は抗がん剤がキライでした。だけど、抗がん剤が体のどこかにいるかもしれないガンをやっつけてくれるんだと理解する事ができ、スキになりました。そして再発の不安に駆られた時、助けてくれたのが『今の治療を信じて前向きに』という先生の言葉と、抗がん剤をやっているから大丈夫！という強い思い込みでした。その強い思い込みから、私はますます抗がん剤をスキになりました。《抗癌剤をやっているから、全てはうまくいく》そう思う事で、恐怖、不安を消していたのかも知れません。かくして、私は自分で命名しちゃった《抗癌剤依存症》となったのです。それをひたすら信じて、治療の毎日は楽しく、点滴仲間と情報交換、ゆんたくしながら、患者会ノート書きながら、時には先輩風を吹かして不安そうな新人ちゃんを励ましたりして☆点滴室は憩いの場です！副作用を楽しむ余裕だって出てきました。髪は抜けても坊主にしたから平気だし、こんな時でもなきや体験できない瀬戸内寂聴を楽しみにしてるし、眉は抜けても消えない眉にしたし、黒い爪はピンクのマニキュアあるし〜♪

そこへある宣告が…『肝臓の数値が上がっているから、もう抗がん剤はできない』『ガ〜ン・ドドロ〜・ヒューヒュー…抗癌剤ができない…イコール、全てうまくいかない…あと2クールなのに…』抗がん剤依存症の私は、奈落の底でした…しかし4日後、あぁ一勘違い判明！今は、できないでした。数値が正常に戻り次第再開する、でした。タリタリラ〜 明るい未来の音楽が聞こえてきました♪

今回学んだ事は、自分の望まぬ現実と直面した時どうするかです。その現実を自分の中で受け止め、どう前向きに考えて次に進むか。そういった事態になる事は、多く想定されます。頭を柔軟にする為のストレッチもやっておかなかっちゃんね！今、抗がん剤治療をされてる皆さ〜ん！抗がん剤を愛してますか〜？抗がん剤が受けられる事に感謝してますか〜？

悪さもする、チョイ悪なヤツですが、実は頼れるヤツなんですよ〜 (^o^)/

Q:抗がん剤をするとなぜ吐き気がしたり、髪の毛が抜けたりするのですか？

A:がん細胞には正常細胞に比べて「細胞分裂が速い」という特徴があります。その特徴を利用して、抗がん剤はがん細胞を攻撃しますが、正常な細胞の中にも細胞分裂の速い組織があり、それらはダメージを受けやすい。そのダメージが副作用です。

- 消化器の粘膜：吐き気、口内炎、下痢、便秘、味覚異常
- 毛根：脱毛、毛が細くなる ・爪：爪の変化
- 骨髓：血液中の白血球、血小板の減少  
白血球減少→感染しやすい  
血小板減少→出血しやすい  
赤血球減少→貧血をおこす

抗がん剤の種類によっては眉毛、まつげなど、全身の毛が抜けることもありますが、一時的なもので投与が終われば3〜6ヶ月で必ず生えてきます。抗がん剤の効果と副作用は表裏一体、副作用は適切な対処で必ず軽減できるので、恐れず上手にコントロールしながら治療を続けることが重要です。

Q:化学療法の副作用で思うように食事ができません

A:無理しなくて大丈夫です。その時によって食べたい物が変わってきますので、食べられそうな物を選んで食べるといいです。それでも無理なときは、我慢せず点滴を受けるのも方法です。

Q:化学療法を受ける際の注意点はありますか？

A:できるだけ良い状態で治療が受けられるよう、日常生活で疲れないように十分な休息を心がけましょう。また、免疫力が低下する時期がありますので、風邪に注意しましょう。そんな時は、できるだけ人ごみは避けたり、外出時はマスクを着用したり、帰ったら“うがい”や“手洗い”をする習慣を身に付けるといいでしょう。

肝機能障害がでる場合があります。医師の治療の他、水分を多めに補給したり、食後すぐ横になって十数分ゆっくり休むことで、肝臓に十分な栄養が運ばれるので、治療効果を高めるそうです。

脱毛があると説明を受けた方の多くは、ショックを和らげるため、前もって髪の毛を、短くしているようです。



Q:放射線治療とはどのような治療ですか？

A:放射線にはがん細胞の遺伝子(DNA)を攻撃する作用があります。がん細胞に一定量の放射線をかけて、DNAに障害を与えて、がん細胞の分裂や増殖を抑え、死滅させます。

Q:放射線治療を必要とするのはどのような場合ですか？

A:乳房温存術後に、乳房内再発率を低くする目的です。切除した端っこのところにがん細胞が極少量残存している可能性がある場合です。

Q:放射線の量と治療期間はどのくらいですか？

A:外来で月曜日から金曜日まで週5回、計25回放射線照射を受けます。但し一部ガン細胞が残存している可能性のあるところには、さらに5回照射が追加されます。X線で通常1回2グレイ(放射線単位)を25〜30照射、計50〜60グレイ。1回照射時間2〜3分で痛みもありません。

Q:放射線療法の副作用にはどのようなものがありますか？

A:治療中や治療直後、皮膚の変化が現れることがあります、たとえば

- 皮膚が赤くなる
- 皮膚がヒリヒリしたりカサカサしたりする
- 皮膚がジクジクしたり水ぶくれが出来たりする

日焼けした状態と似ています。ひどいようなら医師にみてもらいましょう。最も大事な点は「間質性肺炎」に注意しなければいけません。治療を誤ると、時には重大な事態を引き起こすこともあります。風邪が長引いて咳がなかなか治らない場合は、市販の風邪薬を飲んだり近くの内科に受診するよりも、自分の状態をよく知っている主治医のもとを受診すると安心です。

Q:放射線治療中はどのようなことに注意したらいいのでしょうか？

A:印(マーク)が薄くなっても自分で書き足さず、申し出ましょう。照射部位は皮膚が弱っているので、かいたり、こすったりで、刺激しないことが大切です。勝手にクリームを付けたり、照射部位を締め付ける衣服も避け、肌にやさしい素材を選びましょう。入浴はできますが、手でやさしく洗う程度がいいでしょう。印(マーク)を消さないよう気をつけましょう。なお、治療を始めた頃は疲れやすくなるので十分睡眠をとって体を休めましょう。