

乳がんに効くおくすり



乳腺外科部長 川島 太一

はじめに

乳がんに効くおくすりは数多く存在するがんの中でもたくさんあり、それらを使って治療を組み立てています。ここでは化学療法・内分泌療法・分子標的薬の3種類についてお話ししたいと思います。

① 化学療法

いわゆる抗がん剤であり、例えて言うなら毒です。乳がん細胞に攻撃する点では効果がありますが、その反面、身体の細胞にも攻撃するため、脱毛、吐き気、抵抗力の低下などの副作用があらわれます。

② 内分泌療法(ホルモン療法)

がん細胞が増えるにあたって、女性ホルモンを必要とする乳がんに特徴的なおくすりと言えます。内分泌療法はこうした女性ホルモンを抑えることによって乳がんを攻撃します。化学療法に比べて、効果はゆるやかですが副作用のやさしい点が特徴です。

③ 分子標的薬

2001年から日本に登場してきたもので、一部の乳がんに対して副作用が少なく(※)優れた効果を持つおくすりです。

※抗がん剤とは違い、脱毛、吐き気、抵抗力の低下などのような副作用があらわれる稀です。

再発させない治療

乳がんは内臓のがんではないため、手術の負担は比較的小さいといえます。乳がんを患ったとき最も重要なポイントはそれ

が治るかどうかという点で、手術後、10年以上経過しても再発していない事が目標になります。それには、手術のあとにおくすりをしっかり使っていくことが重要なため、乳がんの進行状況や腫瘍の性質によってどんなおくすりを使うのか話し合います。化学療法は3~6ヶ月、内分泌療法は5年間、分子標的薬は1年間の治療を行うことが一般的です。3種類をすべて行うこともあれば、1種類もしくは2種類のこともあります。再発すると治すことが難しくなるため、このようにおくすりを使って再発させない治療をしっかりと行わなければなりません。

再発した時の治療

乳がんは進行状況や腫瘍の性質により再発する可能性があり、10年内に再発する可能性は3割とも言われています。再発した時の治療も先に記載した3種類です。再発した乳がんに対して、過去には治すことを目標に、無理な薬物療法が行われたこともあります。しかし、現在のところ、3種類ともにある程度の効果は期待できても、治るところまでは到達していません。3種類の治療法を選択する順番は、副作用の少ない治療ができるかぎり自分の生活を変化なく維持するか、とにかくがんに有効な治療で長く生きることを目標にすること、目的によってじっくり考えておきます。一般的には、まず副作用の少ない内分泌療法を使い、その効果が低下したところで化学療法を選択することが多いのですが、その逆の場合もあります。これらは価値観・人生觀によつても大きく変わってきますので、主治医、ご家族とじっくり話し合いをして自分に合った治療法を選択することが大事だと思います。再発した乳がんを治すことは容易ではありませんが、こちらにおくすりというカードが何枚もあります。うまくカードを切つて自分らしく過ごしていただくお手伝いができたら幸いです。

おわりに

乳がんは早期発見できれば、治る確率が高い病気です。のために、1年に1回は健診断を受けましょう。そこでもし異常があると言われたり、ご自身で違和感を感じたりするようなことがあれば、早めに医療機関を受診しましょう。

栄養科通信

しょうがを食べて冷え対策

しょうがは昔から体に良い食べ物として広く知られ、漢方にも使われています。最近テレビや本でも話題となっており、スーパーなどでしょうがを使った製品をよくみかけます。しょうがには血行を良くして体を芯から温めてくれる働きがあります。また、新陳代謝を活発にし、発汗作用を高めてくれます。しょうがを食べると体がじんわりと温まるのは、しょうがの香り成分である「ショウガオール」や、辛味成分である「ジンゲロール」のおかけなのです。そのため、風邪のひきはじめや、冷え性、生理痛緩和に有効とされています。これらの成分は、しょうがの皮部分に多く含まれるので、皮を厚くむいてしまうのではなく、皮をよく洗い、皮ごと使用するといいでしょう。すりおろしたしょうがを紅茶や味噌汁、スープに入れるだけでも十分です。生のしょうがを使うのは面倒という方は、チューブタイプのものや、パウダータイプのものがスーパーなどに売っていますので、是非毎日の食事に取り入れてみてください。

今回は、しょうがを使った簡単レシピを紹介します。

しょうが入り卵スープ レシピ(2人前)

材料	しょうが.....10g ねぎ.....10g しいたけ.....30g 溶き卵.....1個 鶏がらスープの素.....大さじ1	片栗粉.....少々 こしょう.....少々 ごま油.....少々 サラダ油.....小さじ1 水.....400ml
----	---	---

作り方

- ① しょうが、ねぎはみじん切りにし、しいたけは薄くスライスする。
- ② 鶏にサラダ油を入れ、火にかけてしょうが、ねぎを入れて炒める。
- ③ 香りが出てきたら水と鶏がらスープの素を入れ、スライスしたしいたけを入れる。沸騰したら1~2分程煮る。
- ④ 水溶き片栗粉を入れてとろみをつけ、溶き卵を回し入れてよく混ぜる。最後にごま油、こしょうを少々入れる。

【栄養成分】1人当たり

◎エネルギー:87kcal ◎たんぱく質:4.0g ◎脂質:6.2g
◎炭水化物:3.9g ◎塩分:1.8g

管理栄養士 金崎 葵

聖隸 さくら通信

聖隸

未来が変わる。日本が変える。

25

1月号

Seirei Sakura Tsushin
Jan.5.2012
vol. 90



12月20日に院内保育園で、クリスマス会が行われました。保育園の先生方によるマジシャンズや病院職員によるアシランツマン体操を披露しました。最後には、サンタさんからのプレゼントがあり、子供達も喜んでいました。

* 年頭所感 * 新任医師紹介 /
聖隸コミュニティケアセンターからお役に立つ商品情報
* 乳がんに効くおくすり
* 各科外来担当および診療内容 * ぬるま湯のすすめ
* 栄養科通信『しょうがを食べて冷え対策』

愛をテーマに、地域とともに——
聖隸佐倉市民病院
〒285-8765 佐倉市江原台2-36-2
Tel.043-486-1151 Fax.043-486-8996 http://www.seirei.or.jp/sakura/

年頭所感



聖隸佐倉市民病院院長 南 昌平

新年あけましておめでとうございます。近年は1年が加速的に過ぎて行き、月日が過ぎるのが如何に早いかが痛感されますが、穏やかな新年が迎えられますことはより存じます。

昨年は東北地方を中心に未曾有の東日本大震災、並びに福島の原発事故に見舞われ、各地に甚大な被害がもたらされました。誰もが記憶に残る1年となつたこと思います。復興・復活がキーワードとなり、被災された地域の再生が急務であります、なかなか容易ではないように思われます。医学の分野でも「再生」は永遠の夢であり、近年iPS細胞(人工多機能幹細胞)の研究により、すなわち分化万能細胞として、ヒトでも身体のどこにでも再生することが可能な細胞の樹立が夢でなくなつております。これはアンチエイジングとして経年の変化・変性、あるいは老化などへの挑戦であり、それぞれの組織を若返らせることも遠くない将来実現可能となるものと期待されます。

当院は国立病院から委譲を受けて、本年で9年目を迎えることになります。良質な医療を提供すること目標に、日々努力を積み重ねて参りましたが、再生に向けて一層進化すべく、邁進できればと思っております。皆様によりまして、良い年となりますことを祈念したいと存じます。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

各科外来担当および診療内容

各科の担当は医師などの都合により変更させて頂くことがあります。詳しくは外来の掲示案内、またはホームページをご覧下さい。

■初診・保険証の提示をお願いいたします。

■受付時間 8:00~11:00(但し、午後診療の診療科につきましては15:30まで受付いたします)

●診療に関するお問い合わせ〈直通〉043-486-8111

●予約受付・変更………〈直通〉043-486-1155

●夜間受付………〈代表〉043-486-1151

■ホームページ <http://www.seirei.or.jp/sakura/>

総合内科

月	火	水	木	金	土
初診	徳山 森本	尾作 露崎	徳山 川瀬	佐藤(悠) 森本	栗原 杉本
再診	鈴木	鈴木/藤井	藤井 田中	永嶺(午前) 柏原(午後)	永嶺
午後					

○必要に応じて専門外来へ紹介いたします。

腎臓内科

月	火	水	木	金	土
初診・再診	鈴木	鈴木/藤井	藤井		
午後					

消化器内科

月	火	水	木	金	土
初診・再診					
午後					

代謝・内分泌

月	火	水	木	金	土
初診・再診	佐々木 平	佐々木 石橋	佐々木 平	藤原	

循環器科

月	火	水	木	金	土
再診	午前	美甘 <small>(予約制)</small>	長谷川 <small>(予約制)</small>	中野 <small>(予約制)</small>	野池 <small>(予約制)</small>
午後					
午後					

ベスマーー疾患予防

不整脈外来

完全予約制

健診後外来

初診・再診

神経内科

完全予約制

呼吸器内科

初診・再診 [午後]

完全予約制

午後

午後