



大田洋二郎 (おおた・ようじろう) 氏
静岡県立静岡がんセンター歯科口腔外科部長

がん治療で起きる
口内炎の怖さ

現在、40歳以上の人の半数以上が歯周病になると言われています。

漏れと呼ばれていた歯周病ですが、原因はプラーク(歯垢)です。1グラム中のプラークには10億個から100億個の細菌がいます。

ラブルを引き起こします。がんの治療は、大きく分けて抗がん剤治療、放射線治療、手術の3つです。

がん治療に欠かせない口腔ケア

静岡県立静岡がんセンター
歯科口腔外科部長
大田洋二郎氏

中にカビが生えたりと、10人に4人が口にラブルが出ると言われています。また、放射線を口の周りにかけると10人中10人、放射線で粘膜が焼けてしまいま

をきれいにするとということ。は、さほど重視されていませんでした。しかし、口やのどを大きく切除する手術では、まず口腔内をきれいに

の数や入院期間の短縮につながり、経済的な効果も十分あると考えられています。さて、歯周病の人はがん

がん剤で体調が落ちるような人、放射線を口の周りに照射する人、口から食道にかけて手術をする人は、必ず歯科治療を受けてからが

んに、ご自宅近くの歯科連携の先生を紹介するというシステムができています。これに注目した国立がん

抗がん剤はがん細胞に対して有効である反面、正常な細胞も攻撃してしまうので、口の中が荒れたり、口の

いう状態になります。口内炎のおかげで食事がとれないと、栄養が不足して体力

中のクリーニングをしないまま行つた手術では、35人中21人、64%で感染が起

値ですが統計的には無視できない差であり、歯周病はがんへのリスクを見るため

て勉強会をしました。幸い先生方は非常に熱心で、今は東部地区で65%の歯医

なりやすさや、がんになるリスクが1.14倍高かったという報告があります。小さい

がんを正しく恐れよう
~最新の治療とケア~

〈企画・制作/静岡新聞社営業局〉

静岡県立静岡がんセンター公開講座第9弾「がんを正しく恐れよう~最新の治療とケア~」(静岡新聞社・静岡放送、三島市民文化会館主催、県立静岡がんセンター共催、スルガ銀行特別協賛、三島市、同市教育委員会後援)の最終回が3月23日、三島市民文化会館で開かれ、山口建総長と大田洋二郎歯科口腔外科部長が「生きるということーがん」と向き合う心構え七ヶ条ー」「がん治療に欠かせない口腔ケア」をテーマに講演しました。その概要をお伝えします。

術前の口腔ケアで
感染を予防

10年ほど前までは、抗がん剤を治療する前に口の中

がん患者を支える
歯科医療連携

静岡がんセンターでは抗がん剤を治療する前に口の中

ゆる「心の苦痛」を訴えています。また、病院の選択から始まり、医療スタッフとの信頼関係の構築、意思疎通の難しさといった「診療上の悩み」も多く見られます。がんが進行すれば、痛みや合併症、副作用や後遺症に悩まされる「身体的苦痛」を感じることも少なくありません。さらに治療

面に立ちながらも、しっかりと希望を見つけ、なすべきことをやり遂げる姿を、数多く目にしてきました。がんは患者さんの人生に大きな変化をもたらしますが、以下の七ヶ条を身につけることで、暗がりの先に光を見つけ出すことができますでしょう。

① 落ち着いて
落ち着くためには対話が有効です。一人で考え込むよりも、ご家族や、当センターの

② 学ぶ
一番正確で重要なのは自分のがん治療を担当している医療スタッフからの情報です。こうした情報と、書籍やネット上にあふれる一般論や、研究途上の断片的な情報とを同一視しないことが大切です。

③ 行動
人はストレスが避けられない環境に長期間置かれると、無力感から、その状況から逃れようとする努力すら行わなくなるといった心理状態に陥ります。

頭真っ白、
目の前真っ暗

社会が平穏な今日、がんと診断されることは患者さんにとって大きな人生の危機となります。まさに「頭が真っ白、目の前が真っ暗」の状態になる方も少なくありません。多くの患者さんは「衝撃期」「不安定期」「適応期」という心の変化をたどりながら、やがて前向き

な思考を取り戻してゆきます。2万数千件あまりのがんの患者さんやご家族の悩みは大きく4つに分かれます。

た。半数以上の方が、不安や恐怖、孤独感に加え、自らの生き方、人生の意味を見出せない苦しみなどい

④ 豊かな心
絞り込む作業が重要です。やりがちです。患者さんの頼みごとなどにはできるだけ早く対応してあげてください。

⑤ スタッフを味方に
がん治療では多職種チームの医療が主流です。自分もチームの一員という意識を持ち、積極的に治療に必要な情報をスタッフに伝えてください。

⑥ 家族を味方に
患者さんのご家族は、「同悲同苦」、患者さんと悲しみや苦しみを共にし、寄り添っていただきたいと思えます。医療スタッフの代弁者のように振る舞わないで下さい。また、終末期を迎えた患者さんの場合には、普段よりも時間の経過がとて早く、気持ちは焦りがちです。患者さんの頼みごとなどにはできるだけ早く対応してあげてください。

⑦ 社会を味方に
がん治療に対して自治体は、在宅療養の支援や医療費補助など、幅広い医療福祉サービスを提供しています。しかし、がん患者さんの再就労は容易ではありません。支援も始まったばかりなので、働いている方はがん治療による自己都合での退職は良く考えてから判断してください。

生きるということ
ーがん向き合う心構え七ヶ条ー

静岡県立静岡がんセンター
総長
山口建氏

ことになります。静岡がんセンターでは、こうした分析結果を全国のがん診療病院に提供し、患者さんやご家族の支援に役立てています。

がん向き合う
七ヶ条
40年に渡りがん患者さんと向き合い、「絶望の向こうに希望を見る」とこそ、人間の特性である」と感じています。人生の厳しい局

また、体を動かすことを心がけましょう。早足で歩けば、少しの間でも悩みを忘れ、精神的な落ち着きを取り戻すことができるかも

③ 行動
人はストレスが避けられない環境に長期間置かれると、無力感から、その状況から逃れようとする努力すら行わなくなるといった心理状態に陥ります。

④ 豊かな心
絞り込む作業が重要です。やりがちです。患者さんの頼みごとなどにはできるだけ早く対応してあげてください。

⑤ スタッフを味方に
がん治療では多職種チームの医療が主流です。自分もチームの一員という意識を持ち、積極的に治療に必要な情報をスタッフに伝えてください。



山口建 (やまぐち・けん) 氏
静岡県立静岡がんセンター総長

1974年度慶應義塾大学医学部卒。99年国立がんセンター研究所副所長。同年宮内府御用掛就任(併任)。2000年高松宮妃癌研究基金学術賞受賞。02年より現職。厚労省「がん診療連携拠点病院の指定に関する検討会」委員、(公財)日本対がん協会評議員など。研究領域は乳がん治療、腫瘍マーカー、がんの社会学。

また、体を動かすことを心がけましょう。早足で歩けば、少しの間でも悩みを忘れ、精神的な落ち着きを取り戻すことができるかも

③ 行動
人はストレスが避けられない環境に長期間置かれると、無力感から、その状況から逃れようとする努力すら行わなくなるといった心理状態に陥ります。

④ 豊かな心
絞り込む作業が重要です。やりがちです。患者さんの頼みごとなどにはできるだけ早く対応してあげてください。

⑤ スタッフを味方に
がん治療では多職種チームの医療が主流です。自分もチームの一員という意識を持ち、積極的に治療に必要な情報をスタッフに伝えてください。

質疑応答 ◆ ◆ ◆

事前や当日寄せられた質問を中心に質疑応答が行われました。紙面の都合により、本講座の内容に即した質問事項をまとめました。
Q 家族が、がんで手術を受けます。手術までの間家族ができるサポートを教えてください。
山口 患者さん本人は大きな精神的ストレスを感じ、注意力が落ちるなどの状態です。外来診察に付き添ったり、車の運転を替わったりして支えましょう。また、患者さんは「少し自己中心的」な生活を送るほうが、良い結果に結びつくようです。
Q 口の周りのがんは何科を受診すれば見つかりますか。
大田 口の中に違和感があり、口腔外科で原因がわからない場合は、頭頸部外科のある専門病院で受診してください。がんの可能性を念頭に診察、経過観察することで、早期発見につながる場合があります。