

緩和ケアチームのご紹介

緩和ケアチーム専従看護師 高山 裕子

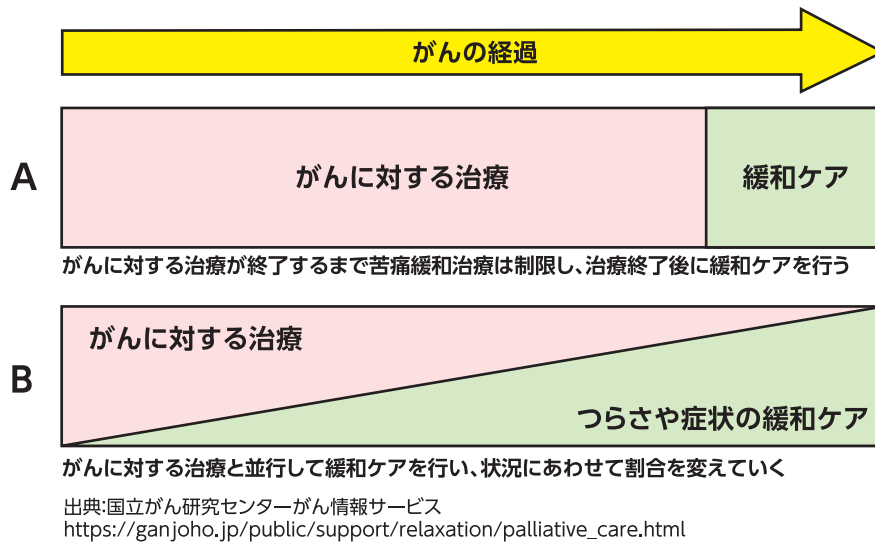
当院には、院内の医療・ケアの質向上を目指して多職種で構成された専門チームが5つ(感染・褥瘡・糖尿病・栄養サポート・緩和ケア)あります。そのひとつに緩和ケアチームがあります。

みなさまは緩和ケアという言葉からどのようなことをイメージされるでしょうか。WHO(世界保健機関)では、緩和ケアについて「生命を脅かす病に関連する問題に直面している患者とその家族のQOLを、痛みやその他の身体的・心理社会的・スピリチュアルな問題を早期に見出し的確に評価を行い対応することで、苦痛を予防し和らげることを通して向上させるアプローチである」と2002年に定義を見直し

ています。すなわち、緩和ケアとは、がんという疾患に限らずすべての疾患に対して、治療ができるできないという時期に関係なく、その人らしく生きることを支える医療・ケアなのです。苦痛があると体力も気力も奪われることが多いと思いますが、苦痛が緩和されることで、自分の生活を楽しみ、治療に向き合う力も湧いてきます。私たち緩和ケアチームは、外来・病棟問わず、身体のみならず心身のつらさも含めて、その方が自分らしく進んでいけるようなお手伝いをしたいと思っています。全人的、すなわち、人間を全体的に捉えて支えていくために、緩和ケアチームでは、医師(緩和ケア・精神科)、看護師、薬剤師、栄養士、MSW、臨床心理士が一丸となって活動しています。

入院中の方はもちろん、外来通院中の方も緩和ケアチームのお手伝いが必要な方は、医師や看護師にご希望をお伝えください。みなさまが苦痛や苦悩から解放され、自分らしく過ごせるように、緩和ケアチームは主治医や看護師などと連携して緩和ケアの提供に努めてまいります。

がんの治療と緩和ケアの関係
(A:これまでの考え方 B:新しい考え方)



がん相談のご案内

受付時間: 月～金(祝日を除く)9:00～16:00

担当: がん相談支援センター(地域連携・総合相談センター内)ソーシャルワーカー・看護師

連絡先: TEL 03-3269-8137(直通)



独立行政法人 地域医療機能推進機構
東京新宿メディカルセンター
(旧 東京厚生年金病院)

発行: JCHO東京新宿メディカルセンター がん診療委員会

〒162-8543 東京都新宿区津久戸町5-1

電話 03-3269-8111 (代表) URL: <http://shinjuku.jcho.go.jp>



独立行政法人 地域医療機能推進機構
東京新宿メディカルセンター

がん診療情報誌

いきいきかぐらざか

れんげ草には「心が和らぐ、苦しみを和らげる」という花言葉があります。
「みなさんが自分らしく過ごせるように」という意味をこめて情報誌を作成しております。

JCHO東京新宿メディカルセンター がん診療委員会



れんげ草

肺がんに対する「免疫チェックポイント阻害剤」

従来の抗がん剤には脱毛や白血球減少といった副作用がありますが、これはがん細胞を小さくしようとする作用が正常細胞まで障害してしまうためです。近年こうした抗がん剤とは全く違ったメカニズムで、今までの治療の流れを大きく変える薬剤が登場しています。その一つが今回紹介する「免疫チェックポイント阻害剤」です。

私たちの体は「免疫」という体から異物を排除する働きを持っています。がん細胞も体にとっては異物ですから、免疫のもつ攻撃力でがん細胞をやっつけようとしたのがこれまでの「がん免疫療法」で、主に免疫力を強化する(「アクセルを踏む」とも言います)ことが試みられました。ところがいくらアクセルを踏んでも思ったような効果が得られませんでした。なぜ効果がないのか、その原因のひとつに着目し、逆転の発想から見事な成果を上げたのは日本の研究者でした。

私たちのもつ「免疫」には、自らの免疫反応を自ら抑制する仕組みも備えています。免疫が強くなりすぎると自己免疫疾患やアレルギーのような病気になってしまうからです。この免疫を抑制する仕組みを利用して、がん細胞は免疫による監視から逃れていることがわかってきました。すなわちがん細胞は、免疫細胞に「免疫を抑制せよ」と偽の命令を送り、免疫細胞ががん細胞を攻撃しないようにしていた、つまりうまく「ブレーキを踏んでいた」ので

す。件の研究者は治療を進めるには余計にアクセルを踏むのではなく、ブレーキを踏まなければならない、と考えたのです。こうした命令の受け渡しに関与するのが「免疫チェックポイント」と呼ばれるタンパク質で、その命令をブロックするように開発されたものが「免疫チェックポイント阻害剤」です。これによって踏まれていたブレーキが解除され、本来の免疫細胞が働きを取り戻してがん細胞を攻撃できるようになるわけです。

はたしてこの新規薬剤にはしっかりと治療効果があり、従来の抗がん剤よりずっと有効なケースもみられます。ただ投与した全例に効果があるわけではありません。がん細胞が免疫から逃れる仕組みはこれひとつではないからです。またこの薬剤特有の副作用があることもわかってきました。頻度は高くはありませんが、この薬によって本来持っている免疫システムに狂いが生じて、言い換えればブレーキが余計なところで解除されてしまい、従来の抗がん剤ではありえないような糖尿病や甲状腺疾患、膠原病などを発症することがあるので注意が必要です。

「免疫チェックポイント阻害剤」はその後の開発も盛んに行われ、現在まで少しずつ作用



内科主任部長(呼吸器)
堀江 美正

の違う薬剤が数種類発売され、治療の選択肢は増え続けています。当院では複数の専門医により個々の患者さまに一番適した治療を選

択し提供しています。また、多方面の専門医によりあらゆる副作用にも対応が可能ですのでどうぞ安心して治療をお任せください。

がん患者サロン「いきいきかぐらざか」を開催しました!

今年度は「がんを遠ざける健康的な生活を自分でデザインしよう」をテーマに

- 6月20日 がんと免疫・生活習慣 保温体験
 - 7月18日 食事と排便習慣 からだがよるこが食事会
 - 9月11日 運動習慣 こころとからだを緩めるヨガ
 - 10月16日 こころの持ち方 修了式
- の4回シリーズで生活習慣プログラムを開催しています。

第1回目「がんと免疫・生活習慣」での大坂先生のお話の抜粋を下記に記載しました。



本プログラムは笹川記念保健協力財団の助成により実施しています。



からだがよるこが食事会のお食事です



Supported by Sasakawa Memorial Health Foundation

がんの発生メカニズムー 免疫とがんの関係ー

「ストレスが続くとがんになる!」

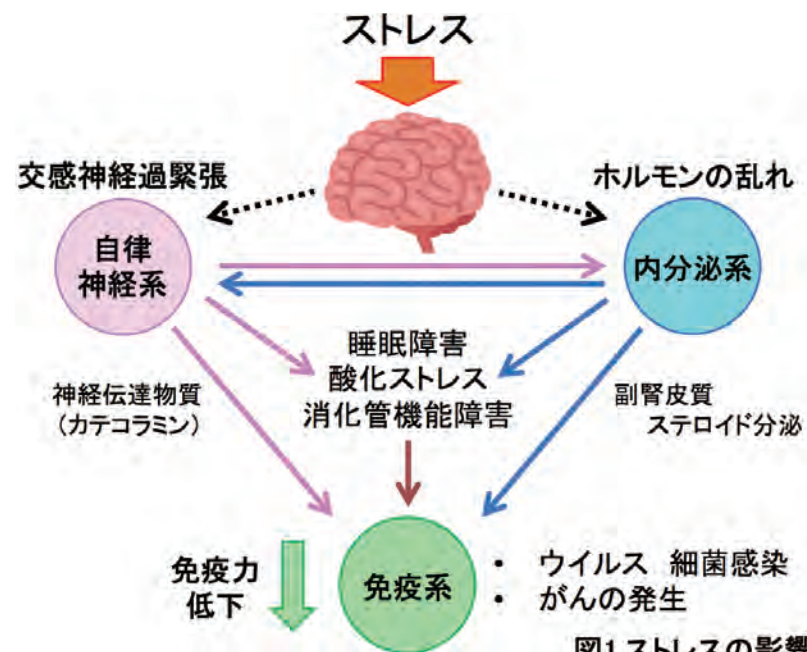
今年1月国立がん研究センターからある調査結果が報告されました。強いストレスを長期間感じている人は、ストレスが少ないと感じている人に比べて、がんの発症リスクが約10%高くなり、なんと男性では約20%も高くなるとする研究結果でした。

私達の体には、環境が変化しても体の状態を一定に保とうとする働きがありこれを恒常性と呼んでいます。恒常性を維持させるために①自律神経系②内分泌(ホルモン)系③免疫系と呼ばれるシステムが備わり、システム同士が互いに密接に関与しながら恒常性を維持しています。特にストレスが長期間加わると自律神経やホルモンを介して免疫機能が低下しウイルスや細菌に感染し易くなります。また免疫機

能が低下するとがんの発生率も上昇する事が知られており、がんの発生予防には免疫能を高く保つ事が重要であるとされています。



血液内科部長 大坂 学

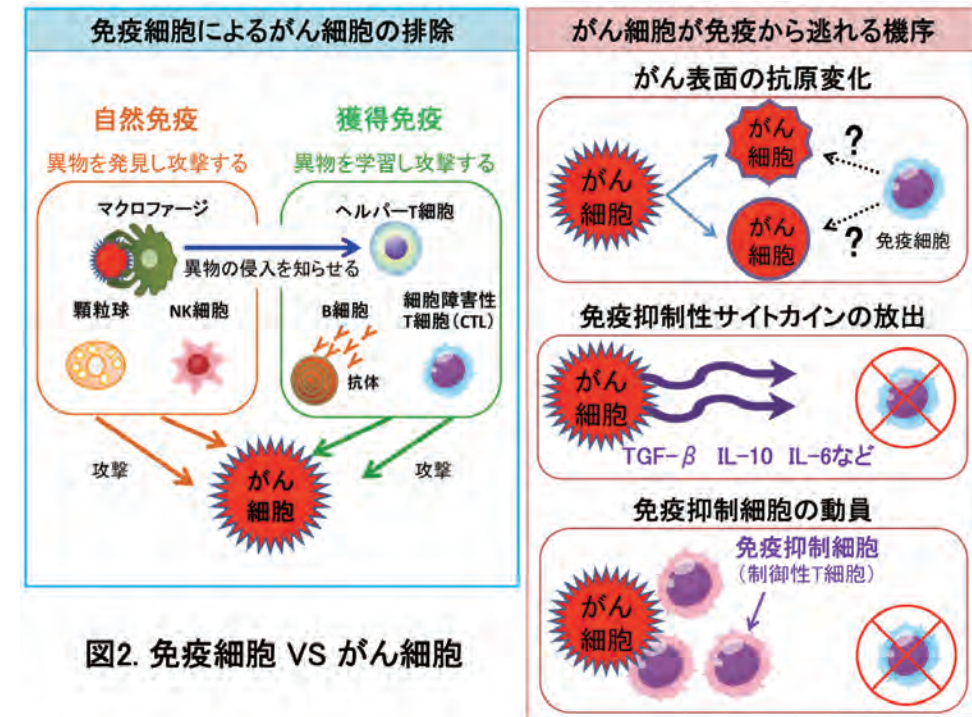


「がん細胞は毎日発生している」

そもそもがん細胞はどのようにして発生するのでしょうか。私達の体は新陳代謝によって古くなった細胞を新しい細胞に交換する事で健康と生命を維持しています。新しい細胞を作る際には、細胞増殖を促進させる遺伝子や増殖を抑制させる遺伝子等が働き、過剰に増殖しない様にコントロールされています。しかしなんらかの原因により遺伝子に変化(遺伝子変異)が起こると、細胞は異常な分裂と増殖を繰り返し「がん細胞」が発生します。更にそのまま増殖し続け、ある一定の大きさになったものが「がん」として各種検査で発見されます。こうしたがん細胞は毎日数千個程度発生していると考えられていますが、発生したがん細胞は免疫の働きにより異物として排除され、多くはがんにならな成る事はありません。

「免疫細胞VSがん細胞」

免疫は、血液細胞の一種である白血球やリンパ球の働きにより、体外から侵入した細菌やウイルスなどの病原体、遺伝子変異により発生したがん細胞を異物として認識し、攻撃・排除しています。故に免疫能が低下した状態ではがん細胞を排除出来ずにがんの発生を許してしまう恐れがあります。また免疫が正常に働いていたとしても、がん細胞は自身の性質を変化させる事で免疫細胞から逃れようとします。例えば免疫細胞はがん細胞の表面にあるタンパク質(がん抗原)を目印に攻撃していますが、がん細胞はこの抗原を次々に変化させたり隠したりする事で免疫細胞からの攻撃を逃れる事ができます。また免疫細胞の働きを抑える化学物質(サイトカイン)を放出したり、免疫の働きを抑える細胞(制御性T細胞)をがんの周囲に呼び寄せたりする事で、免疫細胞からの攻撃を逃れる事ができます。



「免疫力を高める生活習慣が大切」

免疫力を低下させる要因として(加齢 睡眠不足 栄養不足 運動不足 体温の低下 ストレスなど)が考えられています。免疫力が低下するとがん細胞を排除する力も弱まりますので、がんを発症してしまう可能性が高まりま

す。がんを予防するには免疫力を高める生活習慣(良く笑う、ストレス発散、十分な睡眠、バランスの良い食事、適度な運動、身体を温める等)が大切です。