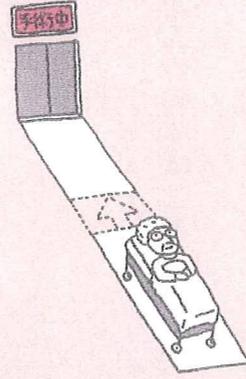


「がん治療」なんでも手術」 の時代は終わりました。



かつて日本人のがんと言えは「胃がん」でした。がん治療には「手術」「放射線治療」「化学療法（抗がん剤）」という3つの柱があります。胃がんは、例外的に「手術向き」のがんです。胃が全摘出できる数少ない内臓であることが主な理由です。このため、「がんの治療」手術」というイメージが生まれました。

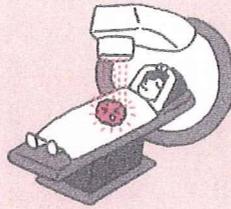
このことは、「がん」胃がん」だった時代でしたら、間違っていないかもしれません。しかし、胃がんが減っているにもかかわらず、「がんの治療」手術」のままである点が問題なのです。今増えている、前立腺がんなどの欧米型のがんには、放射線治療も有効なのです。

「がんの治療」手術」というイメージは、今でもはつきり残っています。その結果、放射線治療や抗がん剤の専門家が極端に少ないという歪みが生じました。たとえば、抗がん剤を、ほとんど外科医が投与している国は、先進国の中では、日本くらいです。



放射線治療も有効

放射線治療は 「ひとにやさしいがん治療」。



放射線治療の特徴は、がんを切らずに治し、臓器の機能や美容を保つ点にあります。よく「放射線で焼く」と言いますが、カラダの温度はおよそ2000分の1度しか上がらないので、何も感じません。乳がんは、かつて、乳房とその下の筋肉を根こそぎ切り取る手術方法が主流でした。しかし、今は、わずかに腫瘍の周辺だけ手術で取って、乳房全体に放射線をかける、「乳房温存療法」が主流となっています。

乳房温存療法では、乳房にメスを入れますが、子宮頸がんや、喉頭がんなどのクビやノドのがん、前立腺がんなどは、放射線治療だけ（入院不要）で、手術に匹敵する治療率が得られます。

先進国では、がん患者さんの半分は放射線治療を受けるといのが世界の常識ですが、日本では4人に1人程度にとどまっています（アメリカでは、66%！）。



切らずに同じ治療率

「窓から出て行った鳥」。



早期のがんの治療は、鳥かこの中の鳥を捕まえるようなもので、比較的簡単です。がんが、周囲のリンパ節にまで転移したような、ある程度進行したがんは、鳥が鳥かごから出て、部屋の中を飛び回っている状態です。鳥かごに入っているときよりは大変ですが、がんは捕まえられるでしょう。

転移したがんは、鳥が部屋の窓から外に出て行ったようなもの。鳥を捕まえることはむずかしくなります。それでも、たまたま鳥が部屋に戻ってくる可能性はゼロではありません。これが、末期がんからの「奇跡の生還」です。しかし、こうした例外はあるものの、がんが転移すると、多くの場合、命を落とす可能性が高くなります。

がんが、「鳥かこの中にいる」うちに治療することが重要です。がん検診が必要な理由でもあります。



転移前に治すことが重要

がんの痛みはとろう

がんの痛みは
ゼロにできます。



がんの痛みはとろう

「緩和ケア」という言葉があります。簡単に言えば、「がんを診断されたその時から、苦痛をやわらげること、がん患者さんとその家族の生活の質（クオリティ・オブ・ライフ）を保つ方法」です。実際、がんで亡くなる方の多くが、激痛に苦しんでいると言われます。しかし、これは治療できる症状です。「緩和ケア」で、痛みをゼロにすることが可能です。

けがや、やけどをすると、人は手や足を引つ込めたり、かばう動作をしたりします。この場合、痛みは危険信号の役割を果たしています。しかし、がんによる痛みには、そのような意味はなく、まったく無用なものです。

モルヒネなどの医療用麻薬は、適切に使えば、中毒などは起こりません。それどころか、痛み止めなどを適切に使って、痛みがとれた患者さんの方が長生きする傾向があるのです。

痛みをとった方が長生き



医療用麻薬は、適切に使えば、
麻薬中毒にはなりません。



がんの痛みはとろう

麻薬と聞くと、中毒など悪いイメージがあるようですが、医師からきちんと指導を受けて、口から飲んだり、皮膚に貼ったり、ゆつくり注射したりする分には安全です。日本では、医療用麻薬の使用量が、アメリカのなんと20分の1程度で、アジア、アフリカをふくむ世界平均以下です。

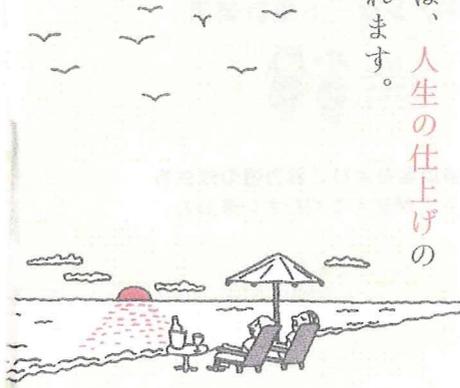
日本では、大病院ですら、末期がんの方の6割が、痛みで苦しんでいます。多くの日本人が、激痛の中で、人生の暮らきをしていることになりました。この理由には、「中毒になる、寿命が短くなる、だんだん効かなくなる」となどの誤解があるようですが、全く根拠はありません。むしろ、痛いだけでなく、寿命も短くなるおそれがあります。

最近、日本でも、国がさだめた計画にもとづいて、がん診療に携わる医師に対する「緩和ケア研修」が始まっています。これからは、日本でも、「がんで痛まない」が常識になっていくでしょう。

「中毒になる」は迷信



緩和ケアは、人生の仕上げの時間をくれます。



ある乳がんの方は外資系のキャリアウーマンで、30歳代半ばで亡くなりました。転移があり、抗がん剤を使っても、完治しないということをお話ししました。延命効果とカラダへの負担を知ったうえで、結局抗がん剤は使わないという決断をされました。

脳の転移だけは、放射線治療で治し、その後は旅行をし、好きなワインを飲み、ご自分の生活を楽しまれました。彼女はすっかり死に向き合い、死を受け入れて、まさに自分の意志で人生の仕上げの時間を過ごされたのです。

生命が永遠に続くのであれば、がんが治ることこそが大事でしょう。しかし、がんが治っても、人間の死亡率は100%です。

私たちは、「人はみな死ぬのだ」「命には限りがあり、それゆえ尊い」ということをもう一度考える必要があります。がんを知ることが、ゆたかな人生を送るためにも必要なのです。



がんもそんなに悪くない



医師の相談

市区町村によっては無料で受けられますし、高くても、せいぜい2000円程度です。住民票のある市区町村の窓口へ、お問い合わせください。役所に電話して、「がん検診を受けたいのですが」と訊いていただければよいのです。

世界トップクラスのがん大国、日本。「がんを知り、がんに向き合い、がんに向けることのない社会」をめざす必要があります。さあ、受けなきヤソン！ がん検診。



がん検診の準備



大腸がん検診



がん検診

検診を受けるには

繰り返します。禁煙などの生活習慣の改善と、定期的ながん検診、この「二股構え」こそ、がんで死なないための「特効薬」です。

がん検診は、会社などで行うものは別として、市区町村が住民の方を対象として行っています。がん検診は、全国ほぼすべての市区町村において、安価に受けられます。



肺がん検診

「がん教育推進研修会」

事前アンケート集計結果



研修会参加者およびご協力者の先生方
合計 57 人が答えてくださいました。

東大病院
中川 恵一

質問1の生徒さん達の答え



質問1

日本人の死因の第一位は？

- ①がん
- ②心筋梗塞
- ③脳卒中
- ④結核

質問1の正解

正解率

93%

生徒さん達の
正解率

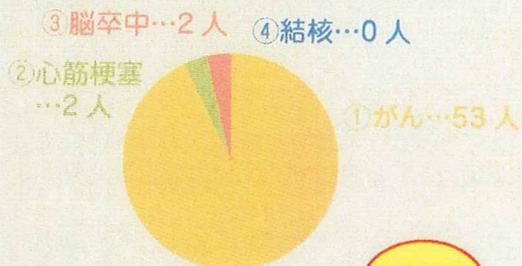
88%

212人 / 242人

正解は

①がん…53人 / 57人

質問1の先生方の答え

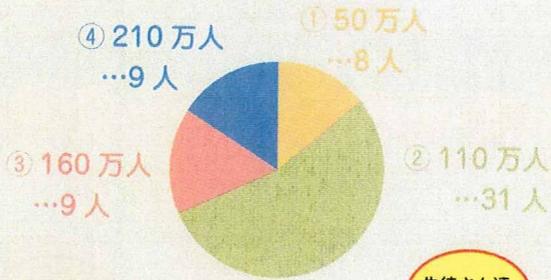


質問2

日本人の毎年の死亡数は？

- ① 50万人
- ② 110万人
- ③ 160万人
- ④ 210万人

質問2の先生方の答え



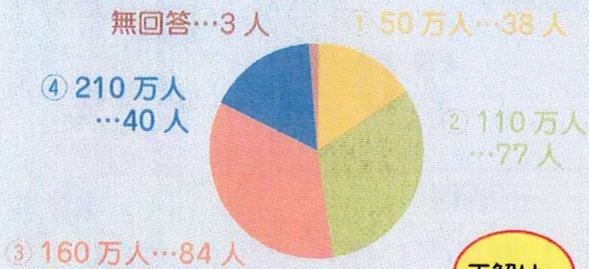
生徒さん達の答えは…?

質問3

日本における、近年のがんによる死亡数(一年間)は?

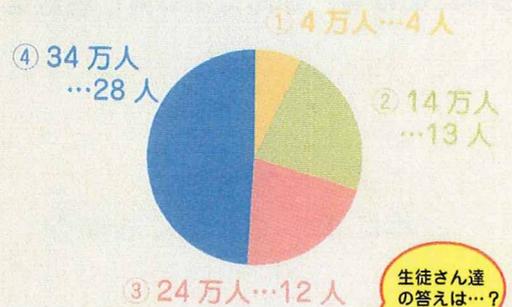
- ① 4万人
- ② 14万人
- ③ 24万人
- ④ 34万人

質問2の生徒さん達の答え



正解は…

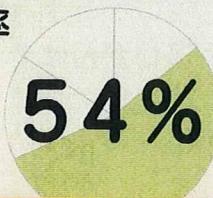
質問3の先生方の答え



生徒さん達の答えは…?

質問2の正解

正解率



生徒さん達の正解率



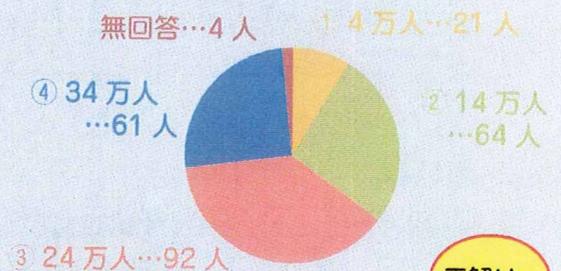
77人 / 242人

正解は

② 110万人…31人 / 57人



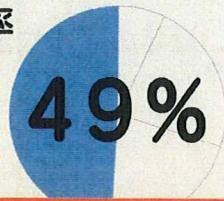
質問3の生徒さん達の答え



正解は…

質問3の正解

正解率



生徒さん達の
正解率



61人 / 242人

正解は

④ 34万人…28人 / 57人



質問4の生徒さん達の答え

無回答…2人

④年によって
ちがう…14人

③変わらない
…28人

②減っている
…35人

①増えている
…163人



正解は…

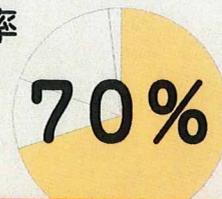
質問4

日本における、がんによる死亡者数は？

- ① 増えている
- ② 減っている
- ③ あまり変わらない
- ④ 年によって大きくちがう

質問4の正解

正解率



生徒さん達の
正解率



163人 / 242人

正解は

① 増えている…40人 / 57人



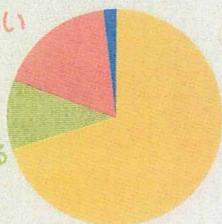
質問4の先生方の答え

④年によって
ちがう…1人

③変わらない
…10人

②減っている
…6人

①増えている
…40人



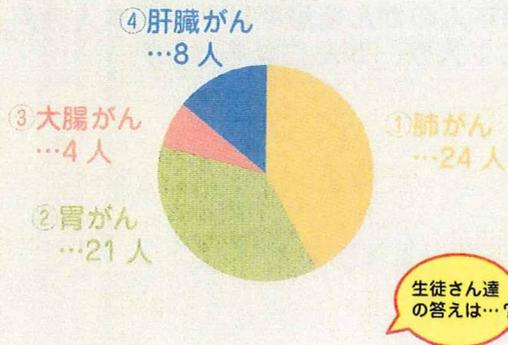
生徒さん達の
答えは…?

質問5

もっとも死亡数が多いがんは？

- ① 肺がん
- ② 胃がん
- ③ 大腸がん
- ④ 肝臓がん

質問 5 の先生方の答え

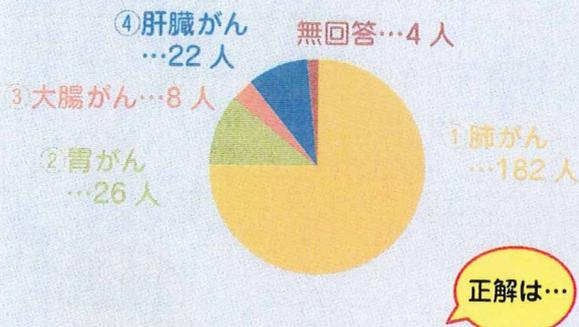


質問 6

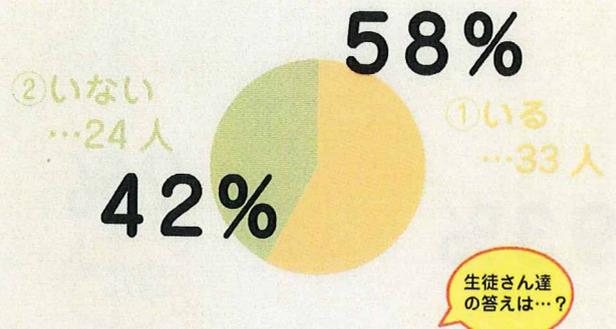
ご家族の中で、がんで亡くなった方はいらっしゃいますか？

- ①いる
- ②いない

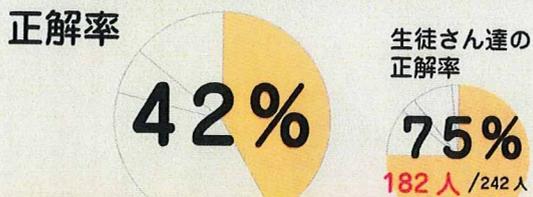
質問 5 の生徒さん達の答え



質問 6 の先生方の答え



質問 5 の正解



正解は

①肺がん…24人 / 57人

質問 6 の生徒さん達の答え



質問 7

ご家族の中で、現在がんで闘病中の方は
いらっしゃいますか？

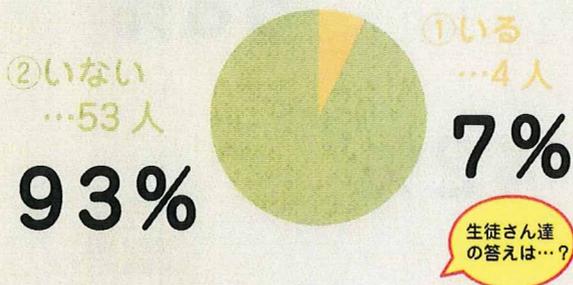
- ① いる
- ② いない

質問 8

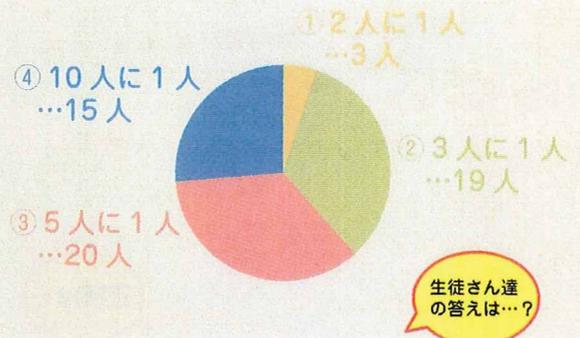
日本人のがん罹患率は？（日本人の何人
に1人が、がんになるか？）

- ① 2人に1人
- ② 3人に1人
- ③ 5人に1人
- ④ 10人に1人

質問 7 の先生方の答え



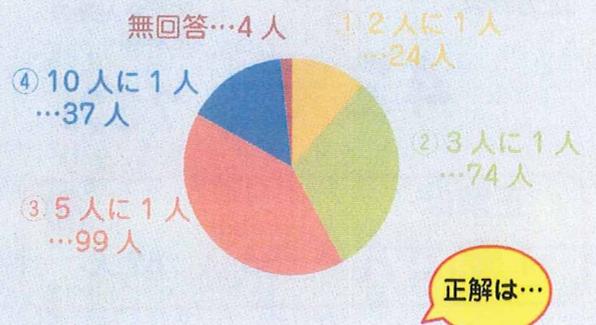
質問 8 の先生方の答え



質問 7 の生徒さん達の答え

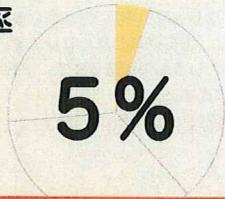


質問 8 の生徒さんの答え



質問 8 の正解

正解率



生徒さん達の
正解率



正解は

① 2人に1人…3人 / 57人



質問 9 の生徒さん達の答え



正解は…

質問 9

日本人のがん死亡率は？（日本人の何人に1人が、がんで死ぬか？）

- ① 2人に1人
- ② 3人に1人
- ③ 5人に1人
- ④ 10人に1人

質問 9 の正解

正解率



生徒さん達の
正解率

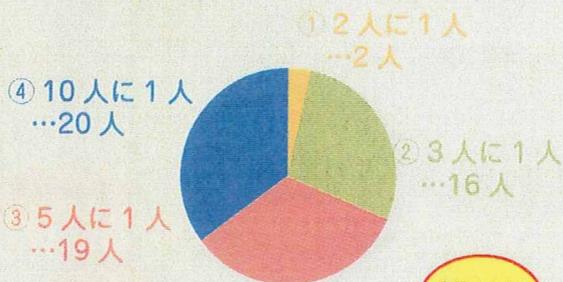


正解は

② 3人に1人…16人 / 57人



質問 9 の先生方の答え



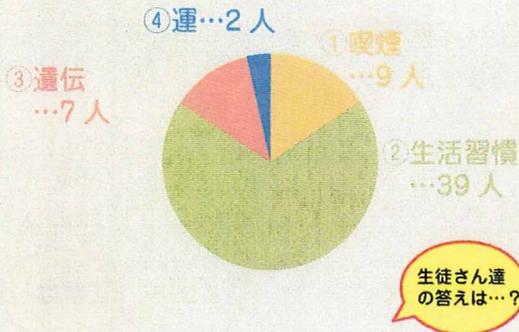
生徒さん達の
答えは…？

質問 10

がんの最大の原因は？

- ① 喫煙
- ② 食生活や運動などの生活習慣
- ③ 遺伝
- ④ 運(因果関係不詳)

質問 10 の先生方の答え



質問 11

がんはすべてが「不治の病、助からない病気」ではありません。がんを早い内に(早期に)発見できると、治る確率が高くなります。治療には「これはたしかに効く、有効だ」というものがあります。反対に、有効とは認められていない方法もあります。

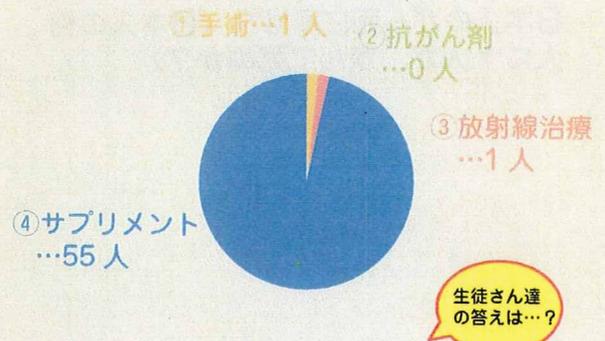
以下のどれが、治療に「有効ではない」とされているでしょうか？

- ①手術
- ②抗がん剤
- ③放射線治療
- ④サプリメント

質問 10 の生徒さん達の答え



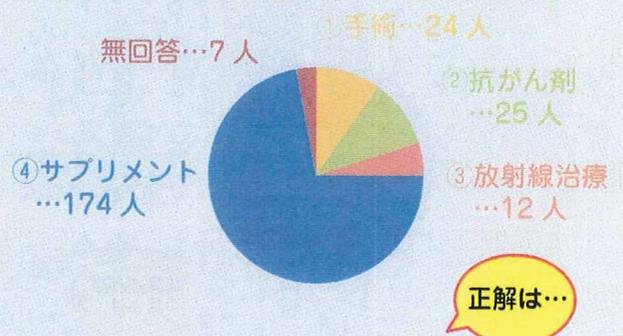
質問 11 の先生方の答え



質問 10 の正解

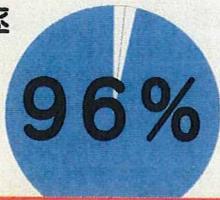


質問 11 の生徒さん達の答え



質問 11 の正解

正解率



生徒さん達の
正解率



正解は

④ サプリメント…174人 / 242人



質問 12 の生徒さん達の答え

無回答…5人

③ わからない
…69人

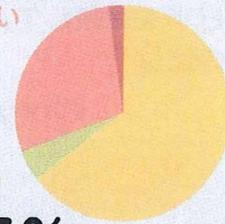
29%

② 知らせない
でほしい
…12人

5%

① 知らせてほしい
…156人

64%



※生徒さん達への質問は
ここまでで終わります。

質問 12

ご自分が将来がんになったら告知は？

- ① 望む
- ② 望まない
- ③ わからない

質問 13

緩和ケアという言葉は？

- ① 知っている
- ② 知らない
- ③ 曖昧である

質問 12 の先生方の答え

③ わからない
…15人

26%

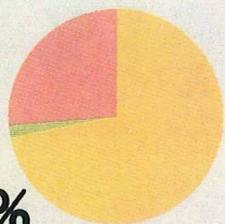
② 望まない
…1人

2%

① 望む…41人

72%

生徒さん達の
答えは…？



質問 13 の先生方の答え

③ 曖昧である
…9人

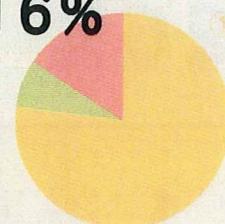
16%

② 知らない
…4人

7%

① 知っている
…44人

77%



質問 14

末期がんの痛みは激烈です。その治療にはモルヒネなどの医療用麻薬が使われます。アメリカと日本を比較して、医療用麻薬の使用量の比は？

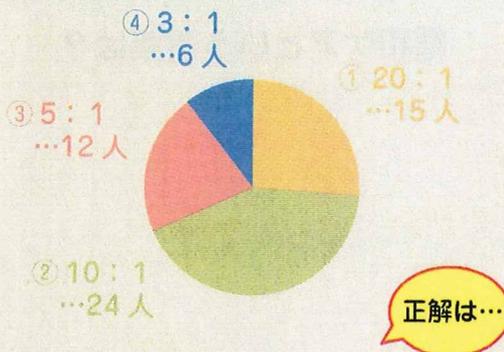
- ① 20 : 1 (アメリカ : 日本)
- ② 10 : 1
- ③ 5 : 1
- ④ 3 : 1

質問 15

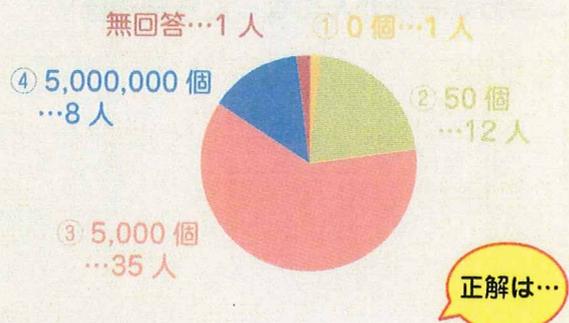
がん細胞は、細胞分裂の「複製ミス」によって、どんな健康な体にも、毎日生まれています。基本的に免疫細胞が攻撃するので、がん細胞は死滅するのですが、毎日誕生し続けるがん細胞の数は？

- ① 0 個
- ② 50 個
- ③ 5,000 個
- ④ 5,000,000 個

質問 14 の先生方の答え

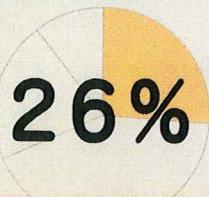


質問 15 の先生方の答え



質問 14 の正解

正解率

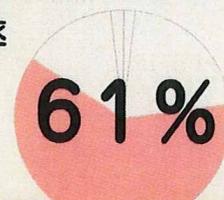


正解は

① 20 : 1 …15 人 /57 人

質問 15 の正解

正解率



正解は

③ 5,000 個 …35 人 /57 人

質問 16

40 歳以上の場合、がん検診の適切な間隔は？

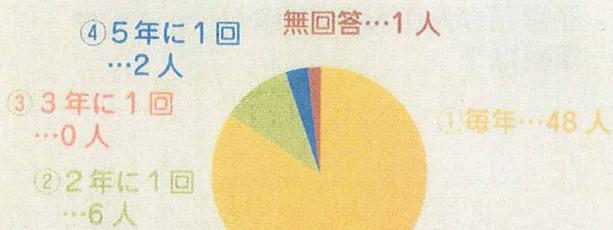
- ① 毎年
- ② 2 年に 1 回
- ③ 3 年に 1 回
- ④ 5 年に 1 回

質問 17

乳がんの場合、免疫が見逃した 1 つのがん細胞が 1cm になるのに何年かかるか？

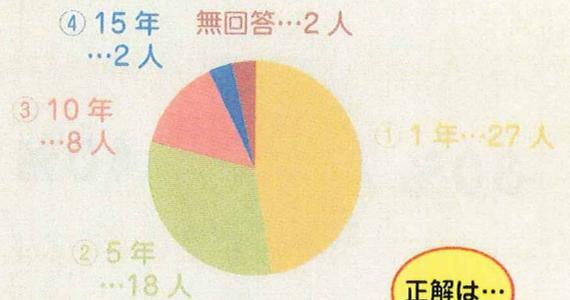
- ① 1 年
- ② 5 年
- ③ 10 年
- ④ 15 年

質問 16 の先生方の答え



正解は…

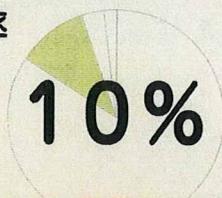
質問 17 の先生方の答え



正解は…

質問 16 の正解

正解率



正解は

② 2 年に 1 回…6 人 / 57 人

質問 17 の正解

正解率



正解は

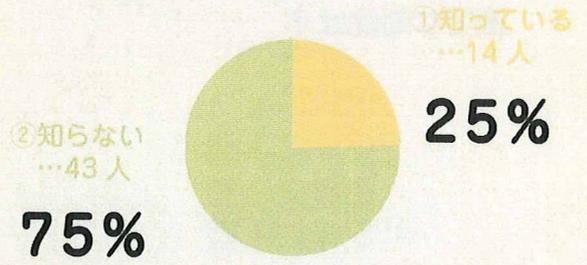
④ 15 年…2 人 / 57 人

質問 18

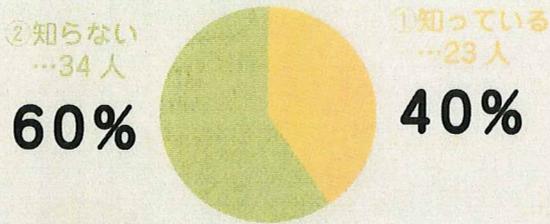
子宮頸がんの原因が、性交渉によるウイルス感染であることをご存じですか？

- ①知っている
- ②知らない

質問 19 の先生方の答え



質問 18 の先生方の答え



質問 20

子宮頸がんの検診を受け始めるべき年齢は？

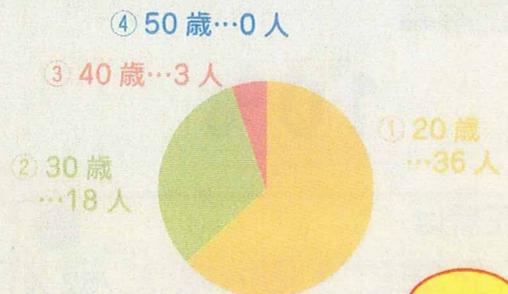
- ① 20 歳
- ② 30 歳
- ③ 40 歳
- ④ 50 歳

質問 19

パピローマウィルスのワクチンの存在をご存じですか？

- ①知っている
- ②知らない

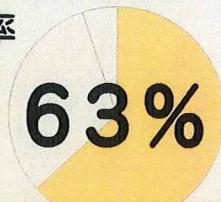
質問 20 の先生方の答え



正解は…

質問 20 の正解

正解率



正解は



① 20 歳...36 人 /57 人

ご協力ありがとうございました。

質問 21

がんに罹患した親しい人物に対して、
どんなアドバイスができるでしょうか？
ご自身ががんになった場合、何をすべき
でしょうか？
一義的な正解などありえませんが、
先生のお考えをお聞かせください。

質問 21 の先生方の答え

がんのひみつを知ろう

事前アンケート集計結果

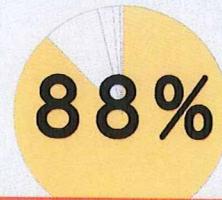


武雄北中学校の1年生・2年生 72人
山内中学校の1年生・2年生 170人
合計 242人が答えてくださいました。

東大病院
中川恵一

質問1の正解

正解率



正解は

①がん…212人 / 242人



質問1

日本人の死因(しいん)(亡(な)くなる原因)の第一位はなんでしょう？

- ①がん
- ②心筋梗塞(しんきんこうそく)
- ③脳卒中(のうそっちゅう)
- ④結核(けっかく)

質問2

現在、日本人は毎年何人くらい亡くなっていると思いますか？

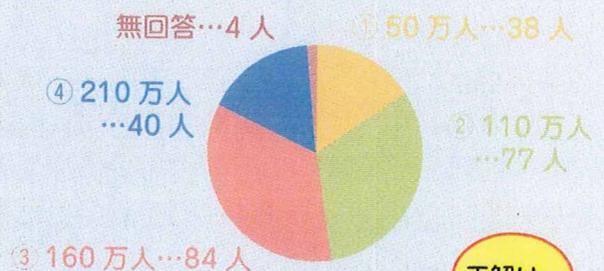
- ①50万人
- ②110万人
- ③160万人
- ④210万人

質問1のみなさんの答え



正解は…

質問2のみなさんの答え



正解は…

質問 2 の正解

正解率

32%

正解は

② 110万人…77人 / 242人



質問 3 の正解

正解率

25%

正解は

④ 34万人…61人 / 242人



質問 3

現在、日本でがんで亡くなる方は毎年何人くらいいると思いますか？

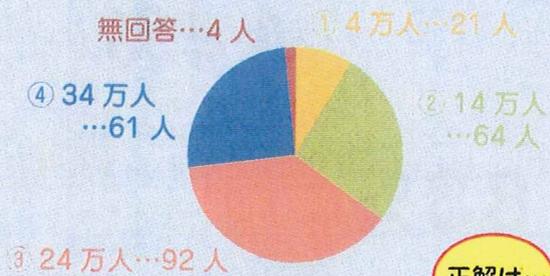
- ① 4万人
- ② 14万人
- ③ 24万人
- ④ 34万人

質問 4

日本では、がんで亡くなる方は増えているでしょうか、減っているでしょうか？

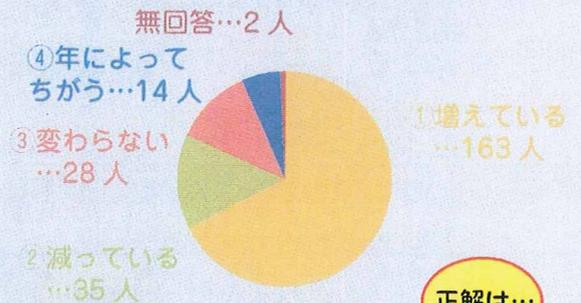
- ① 増えている
- ② 減っている
- ③ あまり変わらない
- ④ 年によって大きくちがう

質問 3 のみなさんの答え



正解は…

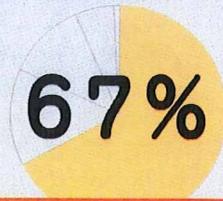
質問 4 のみなさんの答え



正解は…

質問4の正解

正解率



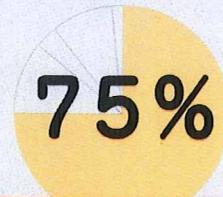
正解は



① 増えている...163人 /242人

質問5の正解

正解率



正解は



① 肺がん...182人 /242人

質問5

いちばん多いがんは、次のどれだと思いますか？

- ① 肺^{はい}がん
- ② 胃^いがん
- ③ 大腸^{だいちょう}がん
- ④ 肝臓^{かんそう}がん

質問6

ご家族の中で、がんで亡くなった方はいらっしゃいますか？

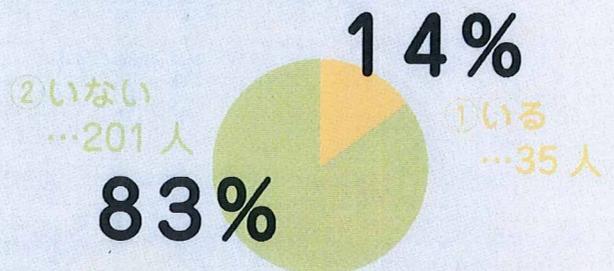
- ① いる
- ② いない

質問5のみなさんの答え



正解は...

質問6のみなさんの答え

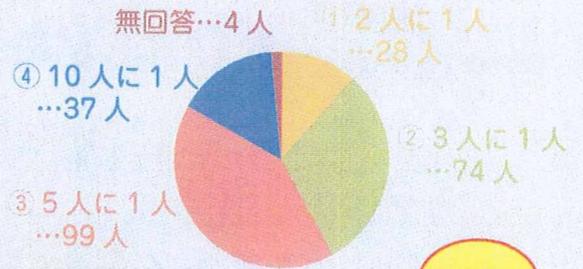


質問 7

ご家族の中で、現在がんで闘病中(とうびょうちゅう)の方はいらっしゃいますか？

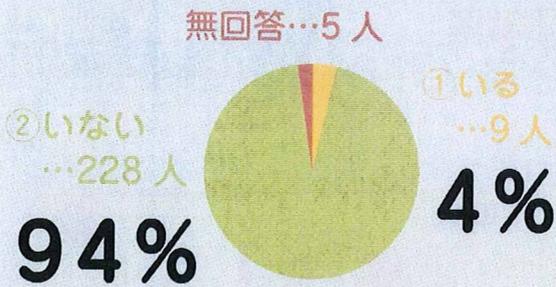
- ① いる
- ② いない

質問 8 のみなさんの答え



正解は…

質問 7 のみなさんの答え



質問 8 の正解

正解率

12%

正解は

① 2人に1人…28人 / 242人

質問 8

一生で、日本人の何人に1人ががんになるとお考えですか？

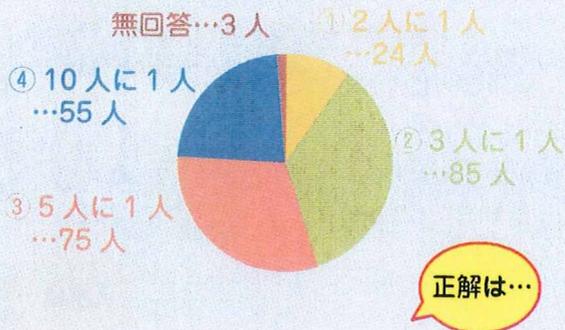
- ① 2人に1人
- ② 3人に1人
- ③ 5人に1人
- ④ 10人に1人

質問 9

日本人の何人に1人ががんで亡くなっているとお考えですか？

- ① 2人に1人
- ② 3人に1人
- ③ 5人に1人
- ④ 10人に1人

質問 9 のみなさんの答え



質問 10 のみなさんの答え



質問 9 の正解

正解率

35%

正解は

② 3人に1人…85人 /242人

質問 10 の正解

正解率

2%

正解は

④ 運…6人 /242人

質問 10

がんになる原因では、どれが一番大きいと思いますか？

- ① 喫煙(タバコ)
- ② 食生活や運動などの生活習慣
- ③ 遺伝、家系
- ④ 運(原因を決められない)

質問 11

がんはすべてが「不治(ふち)の病(やまい)、助からない病氣」ではありません。がんを早い内に(早期に)発見できると、治(なお)る確率(かくりつ)が高くなります。治療には「これはたしかに効(あく)、有効(ゆうこう)だ」というものがあります。反対に、有効とは認められていない方法もあります。以下のどれが、治療に「有効ではない」とされているでしょうか？

- ① 手術(しゅじゆつ)
- ② 抗がん剤(こうがんざい)
- ③ 放射線治療(ほうしやせんちりよう)
- ④ サプリメント