



がん

千葉県医師会副会長
土橋正彦 医師
つちはし まさひこ



がんは、わが国の死亡原因の第1位で、一貫して年々増加の傾向にあります。これからも高齢化の進展などにより、がん患者さんの数は増加が予測されていて、誰にとっても、がんは身近な病気であり、予防から早期発見・治療そして終末期の生き方まで深い関心が持たれています。国は、がん予防と早期発見を強力に推進するとともに、がん医療の均てん化といつて、全国どこでも標準的な医療を受けられるような施策を推進してきました。

最近では、がん対策も大きく進展し、胃がん、子宮頸がんなどの死亡率は大きく減少しました。また、増加傾向にある乳がんや前立腺がんなどは除きますが、多くの部位のがん死亡率・罹患率が抑えられました。

がんの診断を受けた患者さんは、多くの不安や悩みなどの苦痛を持たれます。この痛みは身体的なものだけではなく、不安や孤独感などの精神的痛み、仕事・経済・家族の問題などの社会的痛み、スピリチュアル（霊的・宗教的）な痛みなど、様々な苦痛を抱えていると言われています。この患者さんの全人的痛みに対応するのが、がん緩和ケアといえますが、患者さんが、がんと診断された時から多職種による支援が求められています。もし、患者さんやご家族で医療や療養生活に不安がありましたら、身近な「かかりつけ医」にご相談されてはいかがでしょうか。

※スピリチュアルな痛み…死が間近に迫った患者さんが、「自分が生きる意味や価値」を見失ったり、「死後の不安や罪悪感」などで苦しむ痛みのことをいいます。

ミレニアム millennium

2014 December 第51号

21世紀を「健康の世紀」に…。その願いから「ミレニアム（新千年紀）」と名付けました。

目次

特集

生きるために、がんを知ろう! 1

スポーツコーナー

運動しないと免疫はどうなる?
～運動で免疫アップしよう～ 5

からだのソラシド♪ マナボっと
がんについて考えよう 6

こども相談室

小児がん(全体的なことについて) 9

新風—千葉県の最新医療情報紹介—
早期大腸がんの粘膜下層はく離術(ESD) 10

こころの健康

がん患者のこころのケア 12

ミレニアム通信

市川市立市川小学校が
県内初の「優秀校」を受賞!! 13

アスリートに聞く! ～スポーツとカラダづくり～
スラックラインライダー 福田恭巳さん 14

情報ファクトリー

一人で抱えないで…
がんと共に、自分らしく生きる・働く 16

千葉県インフォメーション

がんに関する相談窓口等の紹介 17

旬食野菜クッキング

サツマイモとホタテ貝のサラダ
「カンタン!!野菜たっぷり!!
ヘルシー料理コンテスト」入賞作品レシピ 18

医師会インフォメーション

間違い探しクイズ 他 20