

順天堂大学医学部附属練馬病院がん治療センターと練馬区健康推進課の合同開催

9月がん征圧月間 パネル展と写真展

令和2年9月1日(火)から9月11日(金)

区は昨年から、がん診療連携拠点病院である順天堂大学医学部附属練馬病院と協力し、がんに関する普及啓発を行っています。

今回展示する写真は、順天堂大学医学部附属練馬病院が毎月実施している緩和ケア交流会(今年度は中止中)で、展示されているものの一部です。

写真は、患者さんやご家族、医療関係者の方からご提供いただいたものです。様々な想いが詰まった写真やコメントをぜひご覧ください。

パネルでは、がん相談支援センターや緩和ケアの紹介もしています。この機会にぜひ知っていただければと思います。

練馬区健康部健康推進課

がんって、どんな病気？

いま、日本人の2人に1人はがんになると言われています。

1. がんってなに？

正常な細胞の遺伝子に傷がついてできる異常な細胞の塊の中で悪性のものを「がん」といいます。遺伝子に傷ができる理由は、生活習慣の影響など様々あります。

3. 最初のうちは症状はない

発生した1個のがん細胞は、目立った症状がないまま増え続け、10～20年程かけて、一般的にがん検診で見える1cm程度の塊になります。

その後、2cm程度の大きさになるのは、1～2年程度。それ以降は進行がんとなり、症状が現れてきます。

2. 免疫の働きが低下すると…？

健康な人の体でも毎日、多数のがん細胞が発生していますが、免疫が働いてがん細胞を死滅させています。しかし、年を取ることなどにより免疫が低下すると、死滅させることが難しくなります。

4. がんが決まった症状はない

がんは、がんが出来た身体の間所によって症状が異なります。例えば、大腸がんなら便秘や下痢、子宮がんなら不正出血など。全てのがんに共通するがん特有の症状がないことが、がんの特徴ともいえます。

がんは「誰でもなる可能性がある病気」であり、早く見つけて治療をすれば、治る病気と言われています。がん検診の対象年齢に達した方は、ぜひ定期的に受けてください。

がん全般に関して
国立がん研究センター
「がん情報サービス」
はこちらから



がん検診など区の情報
に関して練馬区公式HP
「がんについて」
はこちらから



がんのこと、 どこに相談できるの？

「がん」についての様々な相談は、
全国にある「がん相談支援センター」という施設で相談
を受付けています。

練馬区では、順天堂大学医学部附属練馬病院内にありま
す。一定の研修を受けたがん相談員（看護師、医療ソー
シヤルワーカー・臨床心理士等）が相談に応じています。

どんなことでも相談OK！

④ がんについて、
もっと知りたい。
がんかもしれないけど、
怖くて病院に行けない、
情報収集先、など

④ 治療のことを知りたい。

セカンドオピニオン、治療方針、緩和ケア、
副作用、など

④ 誰かに話したい。
気持ちを聞いて欲しい。

不安、誰にも相談できない、
ただ聞いて欲しい など

④ 仕事のこと、治療費のこと、
相談したい。

治療費の目安、職場への説明、
在宅医療・療養のこと、など

だれでも相談OK！

- ④ 本人でも、家族でも、
友人でも。
- ④ おとなも子どもも。
- ④ 区民でも、
区民以外でも。
- ④ 支援センターがある病院
に通院していなくても。

電話でも来所でも！

- ④ 電話は予約なし！
- ④ 来所は予約で！
- ④ 電話も来所も
相談無料！

まずはお電話を。
「順天練馬のがん相談室」
月～金 9時から15時まで
TEL03-5923-3247

知ってほしい。

いまの「緩和ケア」のこと①

がんと診断されたときから、
治療と並行して行われる
がん治療のひとつです。

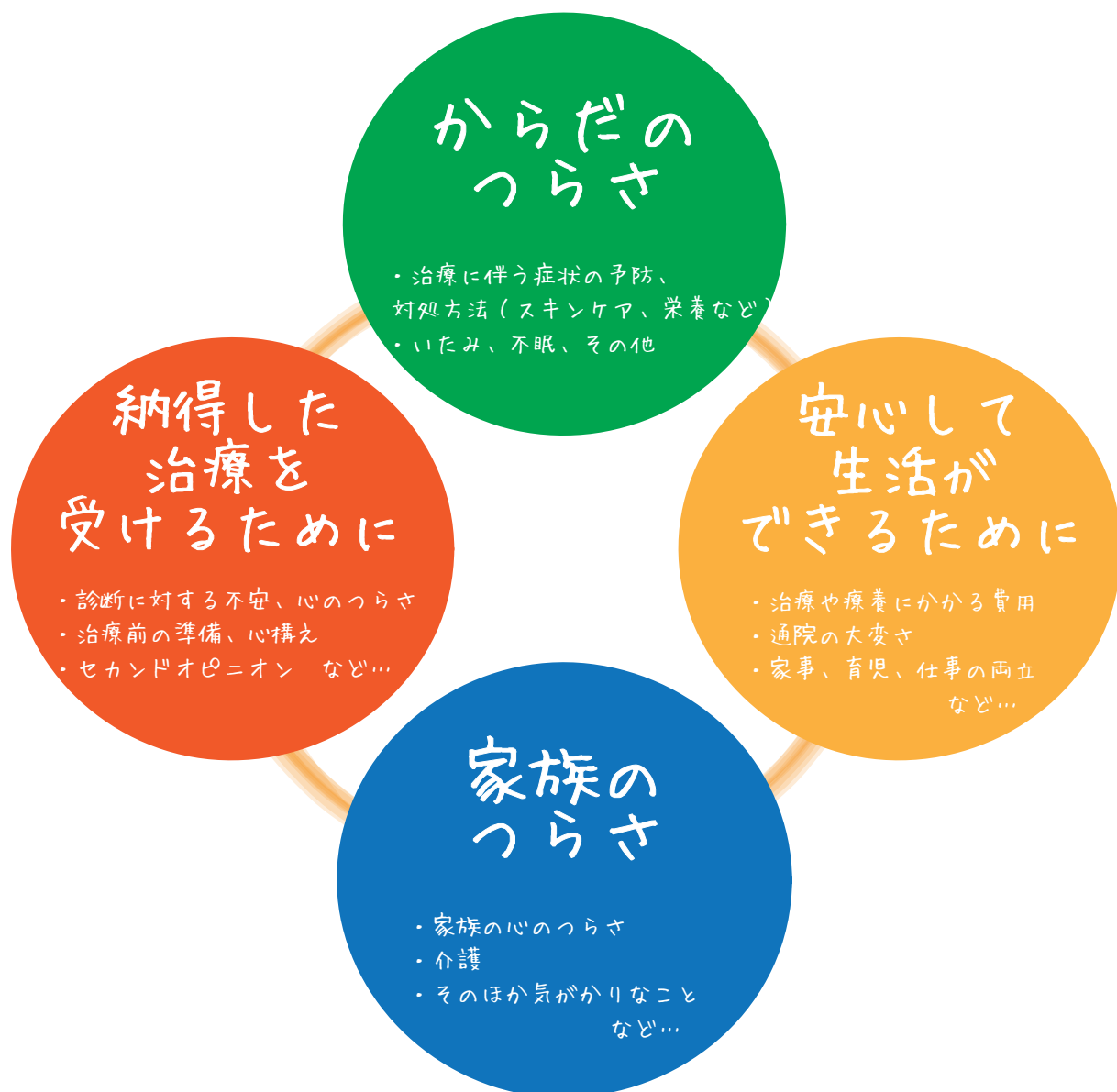
ご本人や家族、周囲の方も対象です。

様々なつらさを和らげ、
治療中も自分らしく
過ごすことができる
よう、相談に応じます。

※ 終末期にだけ行う治療ではありません。

緩和ケアでアプローチする、4つの視点

視点の基本！ 「今、困っていること、つらいことは？」



知ってほしい。

いまの「緩和ケア」のこと②

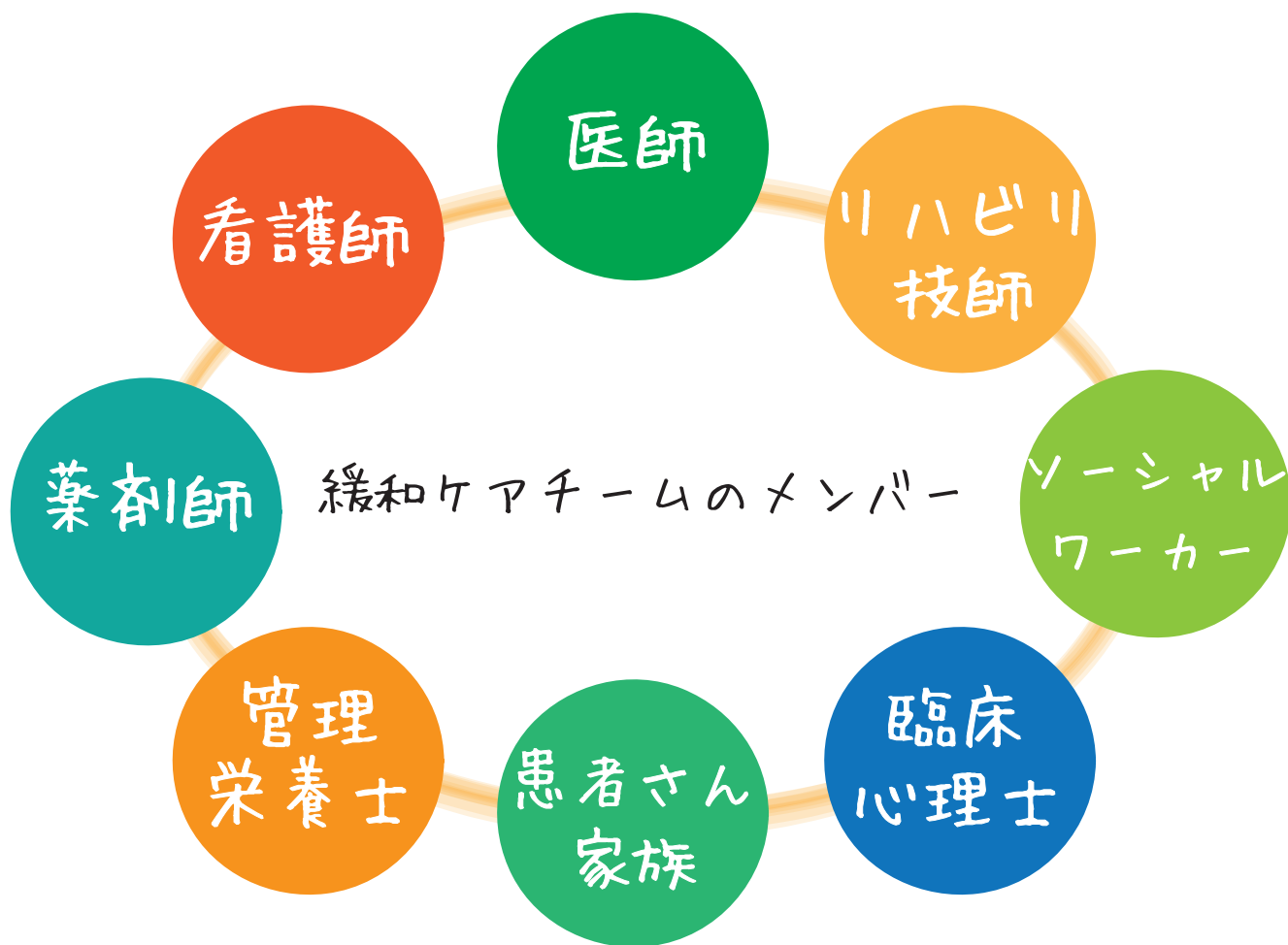
緩和ケアは、

通院中でも入院中でも
自宅でも受けられます。

緩和ケアは、

患者さんやご家族とともに
チームを組んで取り組ま
します。

緩和ケアチームについて



※緩和ケアチームメンバーの職種は、病院によって異なります。

緩和ケアは、

からだやこころのつらさを和らげ、

あなたらしい生活を大切にする考え方です。

知ってほしい。

いまの「緩和ケア」のこと③

緩和ケアには、様々なメリット
があると考えられています。

緩和ケアを受けることによるメリット！

治療中のつらさが和らぎ、
がん治療に**取り組む意欲**が増す

不安や気持ちの落ち込みなど、心のつらさが和らぎ、
がんの検査・治療を**自身で選択**できるようになる

仕事・育児・介護・療養生活など社会的問題をスタッフと一緒に考え、**解決策**を探すことができる

治療に大切な**栄養・体力・薬の上手な活用方法**・人との付き合い方など、**生活のコツ**を得ることができる

まずは、がん相談支援センターに

お問い合わせください。