

## 第 18 回旭川市医師会女性医師部会市民講演会（WEB 開催） 『乳がん』

旭川市医師会女性医師部会

副部会長 宮 本 晶 恵



め、がん検診をうけられる方が減少しているという現実があります。乳がんは、ご自身でも触って気づくことができる疾患です。今回の講演が、早期発見につながっていただければと思っております。例年のように、会場で質問をうけたり、アンケートをいただくことができなかつたのが、残念です。コロナ禍が収束したときには、また、会場での市民講演会を開催したいと考えております。

旭川市医師会女性医師部会市民講演会は、2003年から毎年、市民の方に向けての講演会を企画して開催してまいりました。毎回、会場には100人から多いときは370人の市民の方がいらして下さっておりました。けれども、2020年2月にはじまったコロナ禍により、2020年度の講演会はやむなく中止いたしました。2021年度は、なんとか開催したいと考え、医師会事務局の協力をえて、第18回旭川市医師会女性医師部会市民講演会、テーマ「乳がん」をWEBで開くことができました。公開期間は、2021年12月20日から2022年3月31日まで、旭川市医師会のホームページ上からアクセスしていただき、最終閲覧数は337回でした。はじめてのWEB開催でしたが、多くの市民の方にご覧していただけて本当によかったと思っております。

今年のテーマは、女性のがんの中で一番多い「乳がん」をとりあげました。市民講演会では、第5回（2007年）に「乳がん」をとりあげています。それから、はや14年経過し、治療法の進歩やサポート体制も変化してきております。今回は、講演1として旭川赤十字病院副院長、第1外科部長 真名瀬博人先生から「乳がんの現状と治療の進歩」、講演2として旭川厚生病院 がん相談支援センター 保健師 高橋佳枝様から「乳がん患者さんへのサポート」をご講演いただきました。真名瀬先生からは、早期発見・早期治療の重要性、治療の選択肢などをご講演いただきました。高橋様からは、様々な患者サポートについてご講演いただきました。市民の方にとって、とてもよい内容のご講演でした。コロナ禍のた

## 乳がんの現状と治療の進歩

旭川赤十字病院

副院長 真名瀬 博 人



昨年12月9日、第18回旭川医師会女性医師部会市民講演会『乳がん』がWEB収録されました。私には当初40分間の講演時間が与えられていました。ゆっくり、はっきり、カメラに向かって話しかける積りで始めましたが途中で完全にペースを失いました。徐々に話すスピードが増してしまい、最後は猛スピードでゴールしてしまいました。そのため、収録時間は予定の半分くらいでした。視聴する方に分かりやすい内容になっている自信は全くありませんが、今回の講演が乳がん患者を少しでも救済する手助けになることを望んでおります。

最後に講演会の機会を与えていただいた医師会役員の方々に心からお礼申し上げます。

## 乳がん患者さんへのサポート

J A 北海道厚生連旭川厚生病院 がん相談支援センター  
認定がん専門相談員

高橋 佳枝



### はじめに

乳がんは日本人女性の9人に1人が罹患する女性にとってはとても身近な病気です。仕事や子育て、親の介護など、社会的な役割の大きい年代での発症が多いことや、治療方針がサブタイプにより異なることなどから、意思決定の場面で悩む患者さんは少なくありません。がん相談支援センターで行う乳がんの患者さんへのサポートについてご紹介します。

### がん診療連携拠点病院について

がんは2人に1人が罹患する国民病とも言われます。2006年に「がん対策基本法」が制定され、全国どこでも質の高いがん医療が受けられるよう整備が進められてきました。令和3年4月時点では、全国で405カ所が「がん診療連携拠点病院」の指定を受けています。北海道では21病院、旭川では3病院(旭川医科大学病院 市立旭川病院 旭川厚生病院)です。北海道がん診療指定病院として2病院(旭川赤十字病院 旭川医療センター)が指定をうけており、旭川市内ではこの5病院にがんの相談窓口となる「がん相談支援センター」が設置されています。

### がん相談支援センターについて

がんに関することであれば、どなたでも無料で相談ができる窓口です。他の病院に通院されていても相談は可能です。国立がん研究センターの相談員研修を修了した看護師やソーシャルワーカー、心理士などが相談員として対応しています。対面や電話、

匿名でも相談をお受けしています。ご本人の了解なしに他の人に相談内容を伝えることのない中立的な相談窓口です。旭川厚生病院では、看護職と心理職の2名が相談に対応しています。全国的な調査ではがん相談支援センターの認知率は未だ低い現状です。

### サポートの実際 診断時

医師からの診断を聞く場面では、平静を保っているようでも頭の中はパニックだったと話される方が少なくありません。その中で治療や仕事など決めなくてはならないことが重なるため、声をかけられても何を相談していいのかわからない、という方もいます。特に、診断直後は死を意識する大きなショックになるため、一般に2週間ほどは正常な判断が難しく、悪い情報ばかりに囚われて心が揺れ動く時期とされています。診断間もない患者さんには、気持ちを少しずつ整理できるようお話を伺い、重要な決断は少し待つこと（仕事を辞めるなど）、病気を正しく理解できるように医師の説明の補足など理解を助ける支援を行っています。患者さんの「大丈夫です」を安易に信じてはいけません。医療者側のコミュニケーション力が問われる場面と捉える必要があります。

### サポートの実際 治療・療養期

自分にとっての最善の治療は何か、決めかねる方のセカンドオピニオンのご相談に対応しています。ファーストオピニオンが理解できるよう情報整理を行い、不安の中身を整理するお手伝いをしています。治療に伴う副作用に悩まれる方へは院内の専門職種（認定看護師など）への橋渡しを行います。仕事に関しては、治療と仕事の両立支援やハローワークと共同で行う相談会を行っています。経済面や療養に関するご相談には、入退院支援を担当するスタッフと共同で制度活用や在宅サービスの調整を行っています。医師とのコミュニケーションに悩む方へは、難解な医学用語や遠慮が壁となっていることがあるため、診察に同席し通訳の役割を担うこともあります。報道で芸能人のがんのニュースが取り上げられた際に「がんが心配」と電話相談が増えることもあります。偏った情報に惑わされないためにも「あなたの病気を一番よく知る主治医からの説明」をよく聞き理解することが大切なことをお伝えしています。

最近では、インターネットで簡単に情報にアクセスできるようになった一方で、「がんが治る」といった記事から民間療法に走ってしまうケースもあるようです。信頼できるサイトのご紹介（国立がん研究センター がん情報サービス、各学会ガイドラインなど）や正しい情報の見極めポイントをお伝えしています。公営・組織的な運営であること、全国規模

であること、半年以内に更新されていること、営利目的の宣伝がないこと、等です。また、検索ページの上位にあるものが「良い」情報とは限らないこと、上位に掲載される広告ページに惑わされないよう注意を促しています。

### サポートの実際 終末期

積極的治療が難しくなってきた時期には、それまでの道のりを一緒に振り返りこれからどのように過ごしたいかご本人やご家族の思いを引き出すお手伝いをします。それまで積み重ねてきたACP（アドバンス・ケア・プランニング）を多職種間で共有しサポートの役割分担を確認するようにしています。時には、ご遺族の方のグリーフケアを行うこともあります。

### おわりに

乳がんはサブタイプによって治療方針が異なり、かつ10年間という長い経過観察を要する病気でもあります。「すぐ手術しなければ」とご本人だけでなく周囲の方からもそう声を掛けられ病院に来られる方がいらっしゃると思いますが、乳がんは手術先行一択ではありません。

手術だと思い込んで新しい情報が入らない方、がんかもしれないという段階で退職を決めてしまう方がいます。医療者からの「がん相談支援センターで話をきいてもらえますよ」という一声で、確定診断までの不安が少しでも軽減し、早まった離職を防ぐことができるかもしれません。

正しい診断とそれに基づく治療方針を患者さんと一緒に考えて決めていくためには、患者さんの「からだ」「こころ」「くらし」にしっかりと目を向けて、正しい情報支援を行いながら多職種でサポートしていくことが重要です。妊よう性温存や遺伝子検査、がんゲノム医療などの専門的な内容を患者さんに伝えていく場面も増えています。患者さんが少しでも安心して治療と向き合えるよう、今後も様々な相談に対応していきたいと考えています。