

# つなぐ

さいちゅう  
レター2021年  
11・12月号  
vol.24放射線治療科  
日本医学放射線学会 放射線治療専門医

内田 伸恵

## がんの根治から緩和治療まで 知っておきたい放射線治療のしくみ



▲詳しくはこちら

放射線を安全かつ効果的に使ってさまざまな臓器のがん治療や症状緩和をおこなう放射線治療。専門の医師や診療放射線技師、看護師がチームとなって、患者さんに最適な治療を提供しています。



### Q1. どうして放射線でがんを治せるの？

放射線治療では、体の外から腫瘍にエックス線などの放射線ビームを照射してがん細胞のDNAに損傷を与え、ゆっくりと小さくしていきます。最近ではミリ単位で腫瘍の形に合わせた精密な照射が可能になり、正常組織への影響を最小限にして、副作用の少ない治療ができます。

### Q2. 放射線治療はどんながん有效果があるの？

放射線治療は全身の臓器にできた腫瘍を対象としており、それぞれの患者さんに最適な治療が可能です。腫瘍の広がり具合によってI期からIV期のステージに分類しますが、放射線治療はすべてに対応可能です。I期では小さな腫瘍にピンポイントで根治的照射、II期やIII期では臓器の形や機能を温存して根治を目指すことも可能です。IV期では、転移による痛みや出血を和らげる症状緩和治療として活躍します。また手術の前に放射線治療をして腫瘍を小さくすることで切除範囲を少なくできたり（術前照射）、手術後に放射線治療して再発リスクを減らすことができます（術後照射）。

当院では、強度変調放射線治療（IMRT）というコンピュータを駆使する最新技術で、できるだけ体に影響の少ない放射線治療を開始しています。現在IMRTをおこなっているのは、前立腺がん、脳腫瘍、頭頸部腫瘍、食道がん、縦隔腫瘍、肺がん、膵臓がん、乳がん（領域リンパ節照射症例）、子宮がん、

直腸がん、肛門管がんなどです。（腫瘍の広がりや状態により、IMRTが適しない場合もあります。）

放射線治療は外来通院が原則です。月曜日から金曜日まで毎日決まった時間に、15分程度の治療を受けていただきます。治療のベッドに仰向けになって安静を保つだけです。治療回数は腫瘍の種類や病状によって、1回から30数回までさまざまです。最近では以前の方法に比べて治療回数を減らす短期照射もおこなっていて、日常生活やお仕事との両立もしやすくなっています。

### Q3. 放射線治療自体の痛みや、副作用はどれくらいあるの？

毎回の外部照射治療で痛みや熱さを感じることはありません。放射線治療の副作用で多いのは、放射線が通過する部位の皮膚炎と粘膜炎です。皮膚炎は日焼けのように赤くなったりヒリヒリしたりする場合があります。粘膜炎は放射線が当たる部位によって症状が異なります。のどや食道の粘膜炎では飲み込むときの違和感や痛み、腹部の場合は下痢、排尿時の違和感、頻尿などです。これらの副作用の殆どは一時的なもので、放射線治療が終わって1カ月ほどで治ります。

放射線と聞くと恐ろしいイメージがあるかもしれませんが、安全で体への負担が少ない治療です。最近では外科手術に匹敵する治療成績も多く報告されています。経験豊富な専門スタッフが対応いたしますので、ぜひご相談ください。

## サルコペニア予防運動の紹介

サルコペニアとは、「加齢や病気によって筋肉量が減少することで、筋力や運動機能が低下する状態」をいいます。今回はサルコペニア予防運動を理学療法士の小幡加奈さんに聞きました。

### 膝関節伸展トレーニング



- 椅子に座って片膝を伸ばします。
- 膝を伸ばした状態を5秒間キープしましょう。

◎セラバンド(ゴムチューブ)を使って負荷をかける  
となお良いです。

◎5秒間かけて伸ばし、5秒間かけて戻しましょう。

◎10回おこなって「ややきついな」と感じる負荷が  
目安です。



ポイントは、  
膝がしっかり伸びきるように  
意識してください。  
1セット左右10回ずつ、  
1日3セットが目安です。



理学療法士  
小幡加奈さん

## お知らせ

### 第9回 認知症短期集中セミナーのご案内

認知症は病期によって症状や治療が異なり、周囲の関わり方もとても重要です。当院では認知症の方のご家族や介護者の皆様に向けて、認知症に関する知識を得るための2日間の短期集中セミナーを開催します。

認知症の方への接し方、栄養管理や予防等について、認知症の方々に長く関わる医師や看護師、管理栄養士などの専門家がお話します。

ご興味のある方はぜひご参加ください！

開催日時：11月6日(土)13:00～15:40

11月20日(土)13:00～15:35

開催方法：オンライン(Zoom)にて開催

対象：認知症患者さんの介護に携わっている  
医療・介護関係者、ご家族の方々

定員：20人

参加費：無料

お問い合わせ：認知症疾患医療センター  
担当：四家(シケ)  
Tel: 03-3451-7651



↑お申し込みは  
こちら



認知症疾患医療センター オリジナルキャラクター ひだまりちゃん

## ご寄付のお知らせ

「なでしこ基金」へのご寄付  
ありがとうございました。  
心よりお礼申し上げます。

2021年8月～2021年9月

1億円 …… 角田 欣一様

300万円 …… 出光 正道様

100万円 …… 由井 克巳様

50万円 …… 匿名

10万円 …… 匿名

1万円 …… 伊藤 晶子様  
匿名

