

漢方の医学的・科学的情報を
分かりやすく解説

QLife漢方

[http://www.qlife-kampo.jp/](http://www qlife-kampo.jp/)



QLife漢方は、漢方薬にまつわる本格的な医学情報をごくわかりやすく解説しています。



わたしのがんnet

<http://www.my-cancer.net/>

がんと生きる"わたし"にとって
暮らしやすい社会とは何か？
声を集め、つながり合い、語り合い
そして社会へ問いかけていきます。



届けよう！ がん 一万人の声



がんになって生活スタイルを変えなくてはいけない人がたくさんいると思いますが、何とか生活スタイルを変えなくても良いよう、世の中の理解や治療法が出る事を期待したい。今はがんになった事で何が出来るか模索中です。(50代 女性 子宮頸がん)

入院中は看護師さん達のケアを受けても、退院後の「自分のケア」は、患者同士の相互扶助と自助努力でやるべきものだと思っています。入院当時を振り返る度に、いつも家族がよく支えてくれたことを思い出します。そうした家族を持てたことに「幸せ」を感じています。そして、病院の方々に対する感謝の気持ちも忘れたことはありません。(70代 男性 舌がん)



7年前に大腸がんと診断され、手術をうけ10日間程で退院でき現在元気にしております。2～3年に一度定期検診をうけております。毎日の生活において、食事等に留意するとともに運動等により“ストレス”をためないよう生活しております。この世に“がん”患者が一人でも少なくなるよう祈っております。(70代 男性 大腸がん)

がんになって思うこと、感じること

「医師に言っても、とりあってもらえないのではないかな」
「家族に言えば、かえって心配をかけることになる」

そういった誰にも言えないずっしりとした思い。

声の背後には何万人もの同じ境遇のがん当事者がいます。

わたしががんnetは、これまで誰にも言えなかった声に応えます。

2017年はがん対策基本法の施行から10年。

一万人のがんと生きる人の声は、

やがて望ましい医療や介護、

そして“がんとともに生きる”社会へつながるはずです。

是非“わたし”の声をお寄せください！

投稿はこちらから

<http://www.my-cancer.net/>

わたしががんnet

検索



そういえば、ずっといろんなことを我慢し続けてきたように思いました。けれど、我慢をやめたことで気持ちが楽になり、思い切っていたことを少しずつではあるけれどしています。(40代 女性 乳がん)

がんを契機に、闘病記的なホームページを開設し、Facebookも始めてみました。癌になって人とのつながりを大事だと感じるようになり、このようにインターネット時代の恩恵を受けています。そして多くの友達に囲まれていることに改めて気づきました。(50代 男性 前立腺がん)



抗がん剤治療費の軽減、低所得者への支援をお願いしたい。私の友人は現在8年間ほど、がん治療を行っていますが、抗がん剤治療で治療費の負担に悩んでいました。“命が先か、金が尽きるのが先か”と話していたことを思い出します。(60代 女性 がん当事者の友人)



<http://www.my-cancer.net/blog/ejiri-blog/>

江尻直さんに“がん”が見つかったのは38歳の時。

大手企業のエンジニアとして、再発・再々発という現実に向かいながら、多くのハードルを越え生きる直さんと、彼を支える妻のまなさんの闘病記です。

＊はじめまして

夫は、2008年9月に中枢神経原発悪性リンパ腫という珍しい種類の悪性脳腫瘍であることが分かり、38歳で闘病生活が始まりました。

当時、小学4年と6年の子どもを抱え、突然夫がいつまで生きられるか分からない状況に陥り、混乱の中にあった私は、病気のことを載っているサイトを調べたり、闘病記を検索したりする毎日でした。

ところが、病気の説明は絶望的なことばかりで、数少ない闘病記は途中で患者さんが亡くなって終わってしまっているものがほとんど。日々医師から治療方針などの決定を求められても、情報が少なすぎて判断できず、また、希望を持つこともできない状態でした。

それから6年半が過ぎ、再発を繰り返しながらも奇跡的に寛解を保ち、生かされ続けている今、夫が高次脳機能障害など様々な後遺症を持ちながらも元気に会社に行き続けている現実が、もしかしたら同じ病気の方々に励ますことになるのでは、また、患者会などでもほとんど出会うことのない同じ病気の方々と情報交換ができるきっかけになるのでは、という思いから、ブログを書き始めることにしました。

夫は記憶障害、注意障害、遂行機能障害、地誌の障害などなど色々な高次脳機能障害の症状があるため、6年も前のことを正確に思い出すことは難しいと思います。でも、患者本人の言葉に勝るものはないと思うので、夫の文章に私も少しずつ書き加える形ですすめていこうと思います。

江尻まな



国内で販売されている約2万冊の闘病記。そのほとんどを読破し、専門の古本屋を営む星野さんと店員の山田さんが、毎週おすすめの闘病記を紹介します。

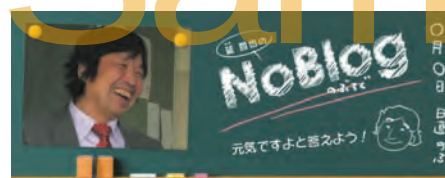
<http://www.my-cancer.net/cafe/book/>



星野史雄・著
産経新聞出版
1365円

メッセージ
From
星野史雄
さん

四年ほど前のことです。某新聞にパラメディカの記事が載ると、闘病記に関する問い合わせのメールが続々と届きました。病名は様々で、例えば進行性化骨性筋炎、神経線維腫症Ⅰ型、キャスルマン病、がんでは急性混合性白血病等々。初めて聞く病名も多く、残念ながら闘病記は未見と答えるしかないものもありました。でも、「せめて同じ病気の患者さんの体験を聞きたい」という患者さんたちの必死な気持ちを知ると、いつかは探してやろうと、闘病記探しに熱が入ります。コレクターをその気にさせると止まらなくなるといふ、いい見本です。



延 哲也の
NoBlog
＜のぶる＞

<http://www.my-cancer.net/noblog/>

13歳の時に急性骨髄性白血病を発症し、約2年半の化学治療で寛解。その後、高校教師として働いていた38歳の時に、今度は大腸にがんが見つかります。再発、再再発を繰り返すものの、治療を続けながら今も教壇に立ち続けています。今年2014年に結婚し人生の伴侶を得た。公私ともに、忙しくも楽しく前向きな日々生きる43歳。治療、暮らし、そして人生をビデオブログとして発信しています。



暮らしの中に **希望** がある
がんと生きる日々

<http://www.my-cancer.net/talk>

※コンテンツはNHKエンタープライズの協力で、独自に取材・撮影したものです。

がんを抱える人の暮らしをみつめたドキュメンタリー動画をご覧になれます。生きる希望を見出したそれぞれの人生に触れ、あなたの中に眠る「希望の種」を見つけてみませんか。

がん語らいの交差点 わたしががんカフェ

がんに関する難しい話題を気軽に語り合う「わたしががんカフェ」。オープンスペースを使った出前カフェや、「闘病記カフェ」など、様々に語り合います。

がんカフェ in 静岡

医療に求めること 社会に望むこと

7月25日(土) 午後1:30~3:30
静岡県総合社会福祉会館 シズウェル

<アクセス>
JR 静岡駅から徒歩15分、静岡鉄道新静岡駅から徒歩 7 分

◆がんに関する話題を皆さんで気軽に語り合しましょう◆
ぜひ、お気軽にご参加ください！

<参加ご希望の方は>

NPO法人わたしががんnet 03-3466-1558 (平日11~16時)

開催レポート
がんカフェ
分科会

「緩和ケアが必要な時 ~わたしの選択~」

4月19日に熊本で開催されたがんカフェ。50名を超える方にご参加いただきました。子宮がん肉腫で亡くなられた宮崎記代子さんの絵手紙やドキュメンタリー映画の上映があり、緩和ケアの本質に迫り着きそうな良い語り合いになりました。



ふたりにひとり

町永俊雄 (福祉ジャーナリスト)
フォーラムがんと生きる・コーディネーター



日本人の二人に一人ががんになり、三人に一人ががんで死する。

だから、がんは誰もの課題なのです、と講演会では医療者がまずそう語り、啓発記事は決まってここから書き起こす。何を隠そう(隠さなくてもいいのだが)私も番組やフォーラムなどで、そのように語り始めることがある。

全くその通りなのだ。二人に一人ががんになる。そのことに異論はない。異論を唱えれば改善されるものでもない。

でもね、と私はフォーラムが始まる前の舞台袖でうすくまるようにして思うことがある。がんを語ることは、二人に一人ががんになるというカタマリの問題なのだろうか。私がフォーラムで向き合うのはその圧倒的な数値ではない。膨大な数値の中に埋没している一人ひとりなのだ。「二人に一人」の「がん患者」という匿名的な記号から解き放ち、一人ひとりの暮らしの中のつらさや困難を浮き上がらせ、そこに向き合う医療や社会を描くことを目指したい、と思っている。

できるだろうか。大それたことだろうか。フォーラムを企画した仲間たちとそうに悩みつつ、歩みだした。

私の考え違いだった。発症率、死亡率、生存率という無機の数値の向こうに、がんになった人々の声が幾重にもひしめくようにしてあったのである。そのことに耳を傾けようとしなかっただけではないか。私も、医療者も。

抗がん剤治療で髪の毛を失った女性は、医療者から「すぐまた生えますから」と言われて「髪の毛を失うことは女にとって死にたいほどの思いだった」その声を飲み込むしかなかったと語る。再発の不安にうつに落ち込んだ女性は周囲から「早期に発見されてよかったね」と言われ、自分でも軽い症状だったと思うからこそ、その不安は誰にも言えなかったと語る。「妻

には心配かけたくない」と重い症状の中でも自分だけで闘病する働き盛りの夫に、妻はただ遠くから見守るしかなく「一番身近な妻が何もできない」と深く悩む。互いの思いやりが深いほど、二人は遠ざかる。

沈黙と涙をいかくぐって、幾つもの声が行き交う。フォーラム会場の誰もがりんカチを握りしめ聞き入るのである。

「これまではともすれば外科手術の成功だけを目指し、こうした患者の声を聞くことは少なかった」壇上の医療者もそうした声に応えるように語り始める。「何の権利があってひとさまの身体にメスを入れるのか、その重さを改めて思う」「再発という事態は、医療者にとっても自らを問われる痛みだ」

今、がん医療は大きく転換している。がんになったひとの暮らしにしっかりと目を向けようとしている。医療が変わる。がんになった人々の声の集積が、医療を変えるのだ。小さな声の大きな力だ。

各地でがんカフェの取り組みがある。私たちも始めている。ここでの主人公はがんになった人、そしてその家族。そこに医療者、看護師、支援の人々などが加わる。香り高いコーヒーと、なぜか甘いお菓子の数々。がんの心配もさることながら、糖尿の心配もしなければならぬのが難点なのだが、ついいつまんでそのせいで語り合いも弾み、深刻なテーマでありながら時には笑い声も混じって時間が過ぎる。何を語ってもいい。家族の思い、家計のこと、就労のこと。

私もそこに加わりながら、ふと窓の外の街の光景を見るとそこにはベビーカーを押す母親、忙しく行き交うサラリーマン。私は思う。やがてこのがんカフェの扉を大きく開けて、「ちょっと寄って行きませんか。この人の話を一緒に聞きましょう」そんな風になるといい。

それが本当の、がんの「二人に一人」を考えるということだ。「わたしががんnet」はきっとこの社会へ、世間へ大きく開かれる扉になるはずだ。そうしたい。声を寄せたい。声を出したい。

特定非営利活動法人 わたしががんnet

所在地：東京都渋谷区宮ヶ谷2-12-19 ターク池田1F
設立：2014年9月3日 代表理事：山本ゆき

NPO法人わたしががんnetでは、私たちが主催するイベントやプロジェクトをはじめ、映像コンテンツやがんカフェなどの活動が、NPO法人として適正・公正に行なわれているか、外部第三者より検証・評価・助言を与える「わたしががんnet外部評価委員会」を設置し、以下の方々に外部評価委員を委託しています。

上園 保仁 氏
大西 秀樹 氏
緒方 真子 氏
高橋 美佐子 氏
田村 恵子 氏

橋本 久美子 氏
堀田 力 氏
矢津 剛 氏
若尾 文彦 氏

国立がん研究センター 研究所 がん患者病態生理研究分野 分野長
日本サイコオンコロジー学会 理事・精神腫瘍医
神奈川県立がんセンター患者会「コスモス」世話人代表
週刊朝日 副編集長
京都大学大学院医学研究科 臨床看護学講座緩和ケア・老年看護学分野教授・がん看護専門看護師
聖路加国際病院 がん相談支援室 看護師
さわやか福祉財団 弁護士
矢津内科消化器科クリニック院長・ひとの村 村長
国立がん研究センター がん対策情報センター センター長

静岡県立総合病院

住所	受付時間	休診日
静岡県静岡市葵区北安東4-27-1	8:00~11:00	土、日、祝
電話	ホームページ	
054-247-6111	http://www.shizuoka-pho.jp/sogo/	

静岡市立清水病院

住所	受付時間	休診日
静岡県静岡市清水区宮加三1231	8:00~11:30(外来受付)	土、日、祝
電話	ホームページ	
054-336-1111	http://www.shimizuhospital.com/	

菊川市立総合病院

住所	受付時間	休診日
静岡県菊川市東横地1632	8:00~11:00	土、日、祝
電話	ホームページ	
0537-35-2135	http://www.kikugawa-hosp.jp/	

漢方の医学的・科学的情報を
分かりやすく解説

QLife漢方

漢方薬の医学的・科学的情報を
わかりやすく伝えるためのサイト。
漢方で評判のお医者さんも多数紹介しています。

QLife 漢方 と検索してください。

<http://www.qlife-kampo.jp/>



焼津市立総合病院

「地域の信頼に応えるより良い医療の提供」を理念に、地域医療との連携を重視しており、市民に寄り添った医療を目指しています。

住所	受付時間
静岡県焼津市道原1000	8:00~11:00
電話	休診日
054-623-3111	土、日、祝
アクセス	
JR東海道線焼津駅または西焼津駅からタクシーで約10分	
ホームページ	
http://www.hospital.yaizu.shizuoka.jp/	

QLife漢方トピックス

がん診療の現場で漢方薬を使用する 医師、病院が増加している

国立がん研究センター研究所がん患者病態生理分野長の土園保仁先生らのグループが行った調査によると、過半数を超える6割以上の医師が副作用などのがん関連症状に漢方薬を利用していることが分かりました。漢方薬を使用する症状として最も多かったのが、しびれ／感覚鈍麻でした。次いで便秘、食欲不振／体重減少、筋けいれん、倦怠感／疲労となりました。これらの症状はいずれも抗がん剤の使用に伴って起こることが知られている代表的な副作用です。使用されている漢方薬については、最も多かったのはだいけんちゅうとう、ごしゃじんきがん、りっくんしとう、しゃくやくかんぞうとう、ほちゅうえつきとう、大建中湯、次いで牛車腎気丸、六君子湯、芍薬甘草湯、補中益気湯の順となりました。

QLife漢方「がん診療の現場で漢方薬を使用する医師、病院が増加している」
(<http://www.qlife-kampo.jp/news/story3859.html>) より抜粋

「漢方キャラバンセミナー」ならびにQLife独自で収集した情報をもとに、掲載の同意をいただいた施設を掲載しております。医療機関によっては、紹介状や予約が必要な場合があります。事前に医療機関にお問い合わせください。

富士宮市立病院

富士宮駅南口の向かいにあり、アクセスが非常に良い。2次救急には365日24時間対応。最新放射線治療装置トモセラピーを導入し、小さな病巣から複数の病変などピンポイント照射・広範囲照射どちらも対応。

住所

静岡県富士宮市錦町3-1

電話

0544-27-3151

受付時間

8:00~11:00

休診日

土、日、祝

アクセス

JR身延線富士宮駅南口より徒歩1分

ホームページ

<http://fujinomiya-hp.jp/>



QLife漢方トピックス

がん治療の現場において、効果が期待できる漢方薬

六君子湯^{りっくんしとう}は、グレリンという食欲を増進させる働きを持つホルモンの受容体シグナルを増やすことがわかり、上部消化管手術後、および抗がん剤治療などに伴う上腹部症状への効果が期待されています。

また、十全大補湯^{じゅうぜんたい ほうとう}ががん細胞やウイルス感染細胞など攻撃するリンパ球・NK細胞を増加させることや、半夏厚朴湯^{はんげこうぼくとう}が誤嚥性肺炎の予防、牛車腎気丸^{ごしゃじんき}が神経障害を軽減する、半夏瀉心湯^{はんげしゃしんとう}が口内炎の疼痛を軽減、その他にも大建中湯^{だいくんちゅうとう}が消化管運動の亢進、五苓散^{ごれいさん}が浮腫を改善することなどもわかってきており、がん治療の現場において効果が期待できる漢方薬が増えてきています。

QLife漢方「もっと知ってほしい『がんと漢方薬』のこと」レポート
(<http://www qlife-kampo.jp/news/story4574.html>)より抜粋

QLife漢方

がん治療で漢方が相談できる ＜静岡＞の病院一覧

月間600万人が利用する総合医療サイトQLifeによる、漢方専門の情報サイト「QLife漢方」では、漢方に関する医学的・科学的情報を紹介しています。同時に、全国の「がん治療で漢方について相談できる病院一覧」を掲載。ここでは、静岡県内でがん治療と漢方が相談できる施設をご紹介します。実際に受診を希望される場合、予約等が必要な場合があります。必ず事前に電話でお問い合わせください。

静岡県立静岡がんセンター

「患者さんの視点の重視」を基本理念に掲げ、患者さんに寄り添う姿勢を大切にしています。手術支援ロボットや陽子線治療などの最先端の治療機器や50床の緩和ケア病棟を整備し、相談支援センター・よろず相談では年間1万1千件を超える相談に応じています。特定機能病院、都道府県がん診療連携拠点病院、認定看護師教育機関。

住所

静岡県駿東郡長泉町下長窪
1007番地

電話

055-989-5222

受付時間

8:30~15:00

休診日

土、日、祝、年末年始

アクセス

JR東海道線三島駅または御殿場線長泉なめり駅からバス

ホームページ

<http://www.scchr.jp/>

