

「ひまわりの会」だより

第2号
2018年6月

2018年5月26日（土）に、平成30年度第1回市民公開講座「みんなで考えるがんと遺伝～ゲノム情報を用いたがん予防と効率的ながん治療～」が岩国医療センター研修センターにて開催されました。

大阪母子医療センターの松田圭子先生とFMC東京クリニックの田村智英子先生をお招きし、特別講演を行っていただきました。

松田圭子先生には、「遺伝カウンセリングって何?」、田村智英子先生には、「遺伝性のがんとともに生きる～難しい病気に直面した方々のからだと心の健康を考えるためのヒント～」と題してお話いただきました。

市民公開講座には、一般市民に加え、ひまわりの会会員、他の遺伝性疾患を持つ患者さんも来られ、計183名が参加されました。

この市民公開講座は、公益財団法人正力厚生会の助成をいただき、開催しました。

演題	演者	時間
1. はじめに 「遺伝子」と「がん」と「遺伝」	NHO岩国医療センター 統括診療部長 田中屋 宏爾	13:30~13:35
2. 肺がんに対する治療戦略 バイオマーカーに基づいた 個別化医療の現状	 NHO岩国医療センター 呼吸器内科 医長 久山 彰一	13:35~13:55
3. 遺伝性疾患に対する 発がんリスク低減手術や薬物療法	NHO岩国医療センター 産科・婦人科 医師 岡崎 倫子	13:55~14:05
4. 遺伝するがんの診療	 NHO岩国医療センター 統括診療部長 田中屋 宏爾	14:05~14:20
5. 遺伝カウンセリングって何?	大阪府立病院機構大阪母子医療センター 認定遺伝カウンセラー 松田 圭子	14:20~14:45
休憩		
6. 遺伝性のがんとともに生きる からだと心の健康を考えるためのヒント	FMC東京クリニック 認定遺伝カウンセラー 田村 智英子	15:00~15:30
7. パネルディスカッション 「皆様からの疑問にお答えします」	NHO岩国医療センター 統括診療部長 田中屋 宏爾	15:30~15:45

田村智英子先生のご講演でご紹介いただいた、「からだと心の健康を考えるために役立つ12のヒント」です。

- ① 適切な情報を得ることは、心理的にとても重要
- ② 他の患者・家族の気持ちや状況を知ることも有用
- ③ 不安やいらだち、悲しみ、怒り、罪悪感などの様々な感情は、当然のことであり、なくす必要はない
- ④ どんな人も、その人なりの形で、自分自身で大きな困難を受け止め気持ちを整理していく力を持っている
- ⑤ 気持ちの整理には時間がかかる。また状況によって気持ちは変化するし、行ったり来たりもする
- ⑥ 自分にあったコーピング方法を探してみましよう
- ⑦ 心理支援の専門家を利用することも有用
- ⑧ うつ状態に注意
- ⑨ ときには「良いこと探し」も役立つ
- ⑩ できる範囲で、身体を動かしてみましよう
- ⑪ 話をしてみましよう、話を聞いてみましよう
- ⑫ 自分の気持ちを振り返ってみましよう



田村智英子先生（上）、松田圭子先生（右）
ご講演の様子

☆市民公開講座を聞いて、ひまわりの会のある会員さんから感想をいただきましたので、記します。

市民公開講座は、医師による各治療法の説明は少し難しい部分もありましたが、医学はとても進歩していて、「ゲノム情報を用いてがんの特効薬を探す」という個別化治療も今後は可能という話も聞けてうれしかったです。

そして、「遺伝子の検査（ゲノム情報）で、病気の体質を知り（遺伝性のがん）、検診などの対策を行うことでがんを克服できます。」という田中屋先生の言葉に、私達リンチ症候群の患者は、とても救われた思いでした。

前回の患者会で、遺伝カウンセラーの松田圭子先生のお話を聞き、今回も講演していただきましたが、遺伝性のがんか？否か？を事前に知っておくことは、自分と家族を守る為にとっても大切なことだと改めて学び、自分の体質を知って自分に合った検診や健康管理を主治医と共に相談できている今を本当に幸せだと思いました。

一番心に残ったのは、遺伝カウンセラー田村智英子先生のお話です。

「遺伝性のがんとともに生きる 難しい病気に直面した方々のからだと心の健康を考えるためのヒント」と題してお話していただきました。

自分ががんになった時のことを思い出し、1つ1つ乗り越えていけた事をこの「12のヒント」に重なる部分に納得しました。そしてこれからも起こりうる困難にもこのヒントを忘れず、乗り越えていけたらと願います。

遺伝性のがんとともにこれからも生きていかなければなりません。今回のお話は、私達患者にとってとても勇気をもらい、張りつめていた心が少し軽くなった気がします。



左より、松田圭子先生、田中屋医師、田村智英子先生