

乳がん

結(ゆい)日記





幸せを呼びよせよう

結（ゆい）日記

あなたの健康・笑顔に「結」びつきますように・・・
そしてこの日記が、
あなたにとって役立つ情報となり、
癒しの存在となることを願っています。



すずらん

花言葉：幸せが戻ってくる、訪れる

乳がんの詳しい情報については
最新の「患者さんのための乳がん診療ガイドライン」
（日本乳癌学会 編）をご参照ください。
日本乳癌学会のホームページから閲覧可能です。

あなたの心の支え



このスペースは、（心に留めている言葉など）ご自由にお使い下さい。

あなたの使用する薬



乳がん術後ホルモン療法

- 抗エストロゲン薬 _____
- LH-RH アゴニスト製剤 _____
- アロマターゼ阻害薬 _____

内服開始日： 年 月

内服予定期間： 年

あなたを支えるがんチーム



かかりつけ連携医：

がん拠点病院：

電話番号：

主治医：

パスについて



パス=Path はもともと「小道」という意味で、今後の治療を示した「道」です。

当院で治療を受けたあなたを、今後お近くの連携医（かかりつけ医）と当院（がん拠点病院）の両方で連絡を取り合い、標準治療の継続とわかりやすい定期通院を行うために作られた一連の書式（パス）です。

治療経過と今後のスケジュールが表になっていますので、連携医（かかりつけ医）と当院（がん拠点病院）のどちらの通院の場合でも「結い日記」を忘れないようにしてください。

パスの利点

当院への頻回の通院は不要になりますが、当院と同様の標準治療を受けることができるだけでなく、複数の主治医によるサポートを受けることができる長所が生まれます。

がんの治療法



初期治療

全身治療

化学療法
±分子標的治療
(術前・術後)
ホルモン療法

局所治療

手術
乳房温存手術
乳房切除術
(±乳房再建術)
放射線治療

薬物療法の意義



がんの治療は、診断後に最初に行う治療（初期治療）と転移・再発後の治療に大別されます。初期治療の目的は、がんの根絶であり、局所療法、全身療法のなかから患者さんの乳癌の性質に応じて必要な治療を最適な順序で行います。一方、がんが転移・再発した場合には、病気の進行を遅らせ、症状を緩和することが治療の目標となります。

① 術前療法（がんの縮小）

進行癌に対して手術ができるよう小さくしたり、手術で切除しなくてはならない範囲を縮小することができます。

② 術後療法（転移・再発予防）

乳がんはしこりとなってみつかる前から、すでにからだのどこかに微小転移の形で存在していると考えられています。手術によってがん病巣を取り除いたとしても、目に見えないがん細胞が体内のどこかに残っている可能性があります。そのため、再発を防止する目的で薬剤を投与します。

ホルモン療法とは



乳がんのなかには、女性ホルモン（エストロゲン）の働きでがん細胞が増殖するものと、そうでないものがあります。

ホルモン療法の効果が期待できるのは、エストロゲンを取り込む「ホルモン受容体」をもった「ホルモン受容体陽性」乳がんで、乳がん患者さん全体の70～80%です。

術後初期治療として行くと、再発・転移を半分ほど減らします。

ホルモン剤の種類



ホルモン療法には(1)体内のエストロゲンの量を減らす方法と、(2)乳がん細胞内のエストロゲン受容体とエストロゲンが結びつくのを邪魔する方法があります。(1)には、LH-RH アゴニスト製剤、アロマターゼ阻害薬があり、(2)には抗エストロゲン薬があります。

閉経前と閉経後とではエストロゲンの分泌経路が異なり、適応薬剤が異なります。

それぞれの薬剤の作用・副作用と患者さんの基礎疾患を考慮して薬を選択します。

薬剤の内服期間は5～10年が一般的です。途中で薬剤を変更する方法もあり、薬剤選択と内服期間についてはがん拠点病院の主治医にお聞きください。



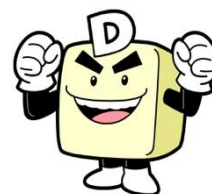
ホルモン剤の副作用



- ① 関節炎・骨痛
- ② 骨密度の低下
- ③ 倦怠感・疲労感・気分の変化・うつ症状
- ④ 脂質異常症・肝機能障害
- ⑤ 脱毛
- ⑥ 血栓症
- ⑦ ホットフラッシュ

いずれのホルモン剤でも上記の副作用が起こる可能性はありますが、アロマターゼ阻害薬で①～⑤が起こることが多く、抗エストロゲン薬で③～⑦が起こることが多いです。

それぞれの対処法を参考にして、連携医や主治医に相談してください。



- ① 関節炎・骨痛 朝のこわばり、動き始めの疼痛があることがありますが、時間とともに改善することが多く、ストレッチなどの適度な運動をしましょう。
- ② 骨密度の低下 アロマトーゼ阻害薬では骨密度低下をきたし、骨折や疼痛の原因になります。食事と運動療法で骨密度を維持するようにし、年に一回骨密度検査を受けてください。骨の維持にはカルシウムだけでなく、ビタミンDやミネラルも必要で牛乳・ヨーグルト・魚介類・海藻類・ナッツ類をバランス良く摂取しましょう。
- ③ 倦怠感・疲労感・気分の変化・うつ症状 通常は時間の経過で症状は改善しますが、日常生活の妨げとなる場合は薬剤の中止が必要となりますので主治医に相談しましょう。対処法として十分な睡眠をとり、リラックスできる環境を整えましょう。カウンセリングを受けることも有効なことがあります。
- ④ 脂質異常症・肝機能障害 定期的な血液検査を連携医で行います。脂質異常症について、食事・運動療法を行いますが、場合によっては内服治療を行うことがあります。肝機能障害が継続する場合は内服の中止をします。
- ⑤ 脱毛 髪の毛の質が変化したり、抜けやすくなることがあります。症状が強いときは主治医に相談してください。
- ⑥ 血栓症・血液凝固異常 血液が固まりやすくなるので、足の静脈に血栓（血のかたまり）ができたり、血栓が肺に流れていき「肺動脈塞栓症」をおこしたりすることが非常にまれにあります。長時間の旅行や手術の際には注意が必要です。主治医に相談してください。
- ⑦ ホットフラッシュ 服装の調節や運動で改善なく、日常生活に支障がある場合は主治医に相談しましょう。一般的な更年期障害によるホットフラッシュの治療薬であるエストロゲン補充療法は乳がんの再発を増加させる可能性もあります。症状を和らげる薬の適応については主治医に相談しましょう。

内服方法と注意点



<内服方法>

担当医の指示に従って、1日1回内服します。

もし忘れた場合、1度に2回分内服しないでください。

内服期間は患者さんごとに異なりますので、主治医の指示に従ってください。

<注意点>

以下の場合、主治医に伝えてください。

- ▲ホルモン剤による副作用と思われる症状が出現したとき
- ▲他の病気で手術を行うとき
- ▲薬剤アレルギーがある場合
- ▲心臓や血管の病気、肝臓、腎臓、血液の病気がある場合



術後の定期検査について



*年1回のマンモグラフィ

*3～6か月ごとにホルモン療法の副作用確認のための血液検査

*診察時の問診・視触診

マンモグラフィは温存乳房内再発や対側乳がんの早期発見に役立ちます。しかし腫瘍マーカー検査やその他の画像検査を症状のないときに定期的に行うことは生存期間の延長に役立ちません。

体調の変化があるときには、連携医に相談し、がん拠点病院を受診するようにしてください。

その他



その他の治療法についてや医療費の相談、がん就労支援、遺伝相談についてはがん拠点病院の主治医や相談窓口にお問い合わせください。

