



「がん」のつらい症状を和らげる

放射線治療

放射線治療科部長兼

放射線治療センター長

大嶋 佐知子

日本人の2人に1人が一生のうち
に何らかの「がん」にかかるといわ
れています。「がん」は誰にとつて
も身近な病気と言えるでしょう。

放射線治療は、「がん」を治すた
めの治療法ですが、同時に「がん」
によって引き起こされるつらい症状
を和らげる目的でも良く行われます。
最も代表的なのは骨転移の痛みに対
する治療です。「がん」が骨に転移
すると、しばしばひどい痛みを悩ま
されます。放射線治療はこの痛みに
有効で、6〜9割の方で痛みを和ら
げることができます。

血痰や下血などの出血も「がん」
による困った症状の一つです。出血
のもとになっている「がん」に放射
線を当てると、高い確率で出血を止
める効果が期待できます。

また今起きている症状だけでなく、
いったん起きると生活に大きく影響
してしまうような症状を予防する目
的でも放射線が使われます。「がん」

によつてもろくなつた骨が折れたり、
大事な神経を傷めて麻痺を起こした
りすると、食事やトイレにも不自由
することになりかねません。放射線
治療でこういった状況を避けられる
可能性があります。ただ、このよう
な症状は起きてしまつてからでは効
果がかなり低下しますので、タイミ
ングよく治療を行うことがとても重
要です。症状の変化に気づいたら、
すぐに主治医へご相談ください。

症状を和らげる目的の放射線治療
は、普段通りの生活を続けていくた
めの治療です。副作用をなるべく起
こさないことや少ない回数で通院の
負担を減らすことなどを重視して
行っています。



心身のウェルビーイングを求めて

静岡産業大学

スポーツ科学部長

高橋 和子



コロナ禍での生活が心身に与えた
影響は、特に若年層や高齢者には著
しいものでした。疲弊感や睡眠障害
運動の減少による体力低下、生活
の悪化、コミュニケーション不足な
どです。そんな中、運動習慣が身に
ついていてる方々は、体力を維持し
快復する術を持っていました。やら
されるのではなく、自身の「からだ
の主人公」として、運動を楽しんで
いる方々です。コロナの位置付けが
5類に移行した今こそ、免疫力を高
める運動や食生活、他者との交流を
大事にしたいものです。

西部地区企業のトップの方々にお
話を伺う機会が多くありますが、こ
の頃、皆さんは口をそろえて「ウェ
ルビーイング」を唱えます。ウェ
ルビーイング (well-being) とは、
肉体的、精神的、社会的に満たされ
て、それを持続している状態を指し
ます。企業の在り方や個人のワーク
ライフバランスが見直される中、

働く一人一人の心身の良い状態が創
造性や自主性を発揮できる源になり
それが会社経営にも反映するのだと
思います。

静岡産業大学(磐田キャンパス)
でも「スポーツ」を通してウェルビー
イングを支援する取り組みが行われ
ています。今年度の新企画として、
10月から「ヨガ教室」、11月26日
に「シン・スポーツフェスティバル
2023 in いわた」、12月9日に
「静岡産業大学ダンスの夕べ」
を磐田市民文化会館
「かたりあ」で無料
開催します。その他
にもさまざまな
企画を用意して
いますので、
ぜひご参加
ください。

