

内科医 つれづれ草

高山浩一

④

「がんサポーターケア学会」という学会が2015年に設立されました。「サポーターケア」とは、さまざまな症状を和らげ、副作用を抑えて治療を円滑に進める支持医療のことで、医師をはじめ、がん医療に従事する幅広い職種の方たちが参加しています。

がんに関わるさまざまな症状の中に「悪液質」と呼ばれるものがあります。多くの方にとっ

がんの「悪液質」症状

がんになると、どうして痩せてしまうのでしょうか。実は、その原因はまだよく分かっていません。この悪液質の進行を何とか食い止めたいと思い、数年前からこの問題に取り組んでいるのですが、なかなか手ごわい相手です。

特に問題となっているのは、痩せる際に筋肉の量が減ってしまつてことです。筋肉量が減って

筋肉減少運動で防ぐ

て聞きなれない言葉でしょうか。悪液質とは簡単に言えば、がん患者さんが痩せる現象のことです。実際にがん患者さんが痩せることは昔からよく知られています。

しまったため、当然筋力が低下し、体を動かすのがつらくなりま



イラスト・山本重也

足を骨折してギプスを着け、それを取った時、左右のふくらはぎの太さがあまりに違って

いて、少しでも筋力や体力の維持に努めることが大事だと考えています。

そこではがん患者さんには、できるだけ体を動かすよう勧められています。骨に転移があつて折れやすいなどの事情があれば別ですが、特に支障がなければ、積極的に脚を使うよう勧め

ただ、先に述べました通り、安静にしている良いことはあまりないのです。散歩やゲートボールが日課であったのなら、無理のない範囲でできるだけ続けていただきたい。そのことがひ