

# すこやか碧南

## ますます進むがんの個別化治療ー最近の話題

碧南市民病院 病院長 亀岡伸樹



### プレシジョンメディシン

2015年、アメリカのオバマ大統領は一般教書演説の中で「プレシジョンメディシン」を促進することを宣言しました。この言葉は直訳すれば「精緻な医療」という意味で、個々の患者の持つ病態や元々の体質に応じた治療を行うということから「個別化治療」と訳されることもあります。

通常は「この病気に、この薬を使えば〇〇%の患者さんに効果がある。だからこの薬を使おう」という考え方で薬が選択されます。大部分の患者さんには効果がありませんが、一部には全く効果がなかったり、強い副作用が出ることもあります。この人のこの病気には、この薬が効くのだろうか、副作用が強くなることはないだろうか、ということをお客に調べることができれば安全で確かな治療ができます。それがプレシジョンメディシンということになります。ここで最近話題になったがんの個別化治療について二つ紹介したいと思います。

### 遺伝性乳がん

今年の春、乳がんの治療に新しい抗がん剤「パルボシクリブ」が承認されました。この薬はBRCA遺伝子に変異がある患者さんに使う事ができます。BRCA遺伝子は遺伝性乳がん卵巣癌症候群の原因遺伝子であり、乳がん患者の5%前後にこの変異があると言われています。これまではホルモン受容体や細胞増殖マーカーで乳がんを「サブタイプ」に分類して治療方針を決定していましたが、さらにBRCA遺伝子の変異という別の切り口から個別化治療が一層進むこととなります。

### がんの部位によらない薬剤使用

非常に高額な薬価ということで話題になった免疫チェックポイント阻害剤という薬があります。このうちの「ペムブロリズマブ」という薬について、昨年アメリカでは一定の条件のもとに原発部位（がんの最初にできた部位）がどこであっても使う事が認められました。その条件とは、MSIという検

### 網羅的な遺伝子検査

がんのゲノム診療拠点が全国各地にでき、個々のがんの遺伝子解析を網羅的に行いがんの性質に応じた治療法を見つけてよという試みがなされています。多くのデータが集まり分析されることで、それぞれのがんに応じた治療法を選択する個別化治療が今後益々進む事が期待されています。

査で遺伝子を修復する能力が落ちていることが証明されればよい、という内容です。遺伝子の損傷を治す力が落ちている場合にはいろいろな臓器でがんができる可能性があります。通常の抗がん剤は、がんのできた部位によって例えば「この薬は胃癌に使えるが大腸癌には使えない」と決まっていますが、この薬ではその人のがんのできる原因に応じて使える、がんの部位にかかわらず使える、と言った点で画期的な出来事でした。今後日本でもこのような考え方で使えるようになることが望まれます。

# 口腔乾燥症とは

「お口は乾いていませんか？」

碧南歯科医師会

杉浦宏樹



近年、口の渇きを訴える患者さんが増えていきます。口の中がばさばさする、いつも口の中が渇いて不快だ、このような症状があったら口腔乾燥症かもしれません。

口腔乾燥症は、唾液の分泌量の低下などにより生じる病態のことです。

## 口腔乾燥症の症状

口腔乾燥症の主な自覚症状は、唾液の分泌低下による口の中のばさつきや、口の粘膜の湿度の低下による飲み込みにくさ、唾液の粘性が増すなどです。口の中が乾燥することによって、虫歯や歯周病などの口腔の疾患だけでなく、入れ歯の不適合、嚥下機能にも関連し、さらには誤嚥性肺炎との大きな関連も認められるようになりました。

この口腔乾燥と呼ばれる症状は、原因や誘因によって治療方法も異なります。

## 口腔乾燥症の原因

唾液の分泌量低下は、シエーグレン症候群や、慢性関節リウマチ、糖尿病などの全身疾患や、唾液腺（唾を作る工場）自体の疾患で見られます。シエーグレン症候群などの自己免疫疾患では口腔乾燥だけでなく、目の乾燥感や異物感を訴えることが多く、30〜60歳の女性の割合が多いと言われています。

脱水症状によっても体液が減少して唾液腺から分泌される唾液の量が減少することがあります。脱水症状というと熱中症によるものと思われがちですが、寝たきりの状態で飲水ができなくなることや、急激な下痢や嘔吐により脱水状態になることがあるので注意が必要です。

機能低下によるものとして、咀嚼機能の低下があります。咀嚼機能が低下すると周囲の筋肉に対する適度な刺激

がなくなることで唾液の分泌が低下します。また近年は噛む回数が減少しており、食事のときに唾液の分泌が少ないために飲み込むことができず、水やお茶などで流し込んでしまうことが問題になっていきます。口呼吸や開口状態の場合には、唾液の分泌量が正常であるにもかかわらず、外気により常に口の粘膜が乾燥しているために、自覚症状が強くなる場合があります。

薬剤により引き起こされるものもあります。降圧薬や精神安定薬、抗アレルギー薬などの服用が短期間の場合には唾液の分泌に影響が出ることはほとんどありません。長期間服用することで口腔乾燥症が生じやすくなります。

ストレスも原因となります。唾液腺は交感神経と副交感神経という二つの神経で調整されています。交感神経が緊張すると水分の少ない粘り気のある唾液が分泌されるために口腔乾燥感を引き起こします。逆に副交感神経

## 唾液の役割

が興奮している場合には、水分の多いさらっとした唾液が多く分泌されます。人が緊張したときに口の中が乾くのは、この神経のバランスが崩れるのが原因です。

唾液は健康な人で一日1000〜1500ml分泌されます。唾液にはたくさんの作用があります。

- ・潤滑・洗浄・保護作用
- ・唾液はその流れにより口の中を洗い流し、粘膜に潤いを与えて保護する作用があります。
- ・咀嚼補助作用
- ・食物を湿潤させて、噛み砕き易くします。
- ・緩衝・希釈作用
- ・食物中の酸を緩衝する作用で、虫歯の予防をしてくれます。
- ・再石灰化作用

唾液中のリンやカルシウムにより歯の修復（再石灰化）が行われます。

・消化作用

デンプンを分解するアミラーゼという酵素が含まれており、食物の消化における第一段階を担っています。

・味覚補助作用

味覚を感じる神経を敏感にする酵素が含まれており、食物中の亜鉛と結合することで味を感じやすくなります。

・殺菌・抗菌作用

いろいろな抗菌物質が含まれており、口腔内の細菌をコントロールすると共に、免疫力を高めて歯周病や様々な疾患の発生を抑える働きがあります。

## 思い当たることはありますか？

- ・いつも口や喉が渴いている感じがする。
- ・カステラやパンなどが食べにくい。
- ・たくさんの水分を摂取する。
- ・夜間に喉が渴いて目が覚めることがある。
- ・舌がびりびりして焼けるような感じがする。
- ・舌の表面が白くなる。
- ・味覚が変わった。
- ・口臭が気になる。

・耳の下が痛み、繰り返し腫れることがある。

・食事の時に飲み物が必要である。

このような症状のうち、三つ以上当てはまる場合には、口腔乾燥症の疑いがあります。

## 口腔乾燥症の治療

口腔乾燥症の治療はそれぞれの原因に対処することが重要です。

薬剤による口腔乾燥症が疑われる場合には、主治医と相談した上で副作用の少ない薬剤への変更や量の減量などにより改善することがあります。

シエーグレン症候群などの特定の疾患による口腔乾燥症には唾液分泌改善薬が有効です。ただし一般的な口腔乾燥症では適応外のため、漢方薬が有効とされています。唾液分泌改善効果のある漢方薬としては、六君子湯、白虎加入参湯、麦門冬湯、十全大補湯、五苓散などがあります。体質や漢方薬の特徴を考慮した服用が効果的です。唾液腺マッサージも効果があります。唾液腺をやさしくマッサージすることで、唾液の分泌が促進されます。(図1)



耳下腺マッサージ

頬に親指以外の4本の指を当て、上顎臼歯部あたりを後ろから前へ向かってゆっくりと10回まわします。



顎下腺マッサージ

耳の下から顎の下まで5カ所に分けて親指を順番に当てて10回ずつ押します。



舌下腺マッサージ

両手の親指を揃えて、顎の下から舌を押し上げるようにゆっくりと10回押します。

図1

引用：日本摂食・嚥下リハビリテーション学会医療検討委員会：訓練法のまとめ(2014版)、日摂食嚥下リハ会誌・18：55-89、2014

口腔の保湿には、人工唾液や保湿剤を応用することで乾燥を予防することができます。保湿剤にはジェルや、スプレーによる噴霧するタイプなどがあります。またガムを噛むことにより、唾液の分泌が促進されます。ですが、一般的なガムには糖分が含まれているため、キシリトールやシユガールスガムにするなど虫歯に対する考慮が必要が必要です。

## 最後に

唾液は健康のバロメータであり、胃腸の機能や全身の水分代謝機能と大きく関連しています。また、ストレスなどによる体の不調にも密接に関連しています。口を潤すことが体を潤すことになり、心が潤えば、体の水分の巡りがよくなり、唾液の分泌量が増えます。体と心は密接に結びついています。

自分の体と心の声を聞いて、健康な生活ができるように心がけてください。



# 家族のために ～タバコをやめたくなった理由～

小林 育江

子どもが大きくなるにつれ、「タバコは身体に悪いのに、お金を払ってまでどうして吸うの?」と何回も聞かれ、納得する返事ができずにいます。

年齢を重ねるにつれ、疲れやすく体力のなさを実感するようになりました。

健康に影響があるのは百も承知ですが、強いて言うのであればタバコを吸い始めてしまったことを後悔しているくらいで、今まで禁煙しようと思ったことなど一度もありませんでした。

次に何かやる前に、1日の中で一区切りのたびにタバコに手が伸びてしまいます。気持ちを切り替えたり休息したりするには、タバコが欠かせない状態になっています。

出かける際は大変です。まずどこでタバコが吸えるか調べなければなりません。駅でも街中でもなかなか喫煙場所はありません。公共施設や宿泊施設でも全館禁煙のところが多くなってきています。喫煙場所を探して回らなければなりません。

そんなことを続けるうちに、ふと、タバコに費やす時間ももったいないのかもと思えてきました。1本で3分と考えても、1日20本、時間にして60分以上がタバコを吸うだけの時間として失われています。1週間で7時間以上、1年で365時間以上、ぼけーっとタバコを吸う時間で終わります。

夫と私で定年までこのままタバコを吸ったとしたらと思い計算してみました。値上がりを考えないとしても1000万円以上のお金がタバコ代として消えていくことになります。

毎日数百円ずつの出費で、気にしない様にしていたのかもしれませんが、改めて数字にしてみたら愕然としました。1000万円を捻出しようと思っても簡単にできる事ではありません。

子どもの学費にしたり旅行にも行ける、貯金もできる、親のタバコ代で終わるのではなく、子どものため家族のためになることに使いたいと思えてきました。喫煙していることで健康を害すれば、治療費や入院費など必要なお金はそれ以上かもしれません。

自分の健康というよりは、守るべき家族のため、家族に余計な迷惑をかけないために、禁煙してみたいと思うようになりました。



## 平成30年度市民健康教育講座

あなたの健康づくりにお役立てください。どなたでも聴講できます。ぜひお越しください。

日時・場所	演題	講師
10月30日(火) PM 1:30 ~ 市役所会議室4・5	セルフメディケーションと かかりつけ薬剤師	碧南市薬剤師会 池岡 正康 先生
11月27日(火) PM 1:30 ~ 市役所会議室4・5	「口の中のがん」とは	碧南歯科医師会 山路 歩 先生
12月18日(火) PM 1:30 ~ 市役所会議室4・5	地域包括ケア病棟について	碧南市民病院 金澤 英俊 先生
1月29日(火) PM 1:30 ~ 市役所会議室4・5	B型肝炎ワクチンのプレゼント	碧南市医師会 杉浦 時雄 先生