

第 67 回 フリートークの会 2011 年 10 月 11 日 出席者 5 名

A さん 私は再発して 1 年ちょっと過ぎました。抗がん剤治療を受けました。CT で肝臓と鎖骨に転移が見つかり、TSI を 6 クールやって、がんが消えていると言われ 3 か月経つんですが、1 週間くらい前から胸元がピリピリ痛むんですね。ちょっとそれが気になって。今月末に検査をする予定でいます。

B さん 私は、体重が増えてしまって…（一同笑）膝が痛くなって、寝ていられないくらいになっちゃったんです。それでヒアルロン酸治療を受けたら劇的に治ったんです。でもヒアルロン酸の注射って頻繁にはできないんですってね。1 週間は空けなくちゃいけないって、5 回以上はできないそうなんですけど、乳がんの治療中の人はよくないですかね。あまりヒアルロン酸を注射しない方がいいのでしょうか？

院長 ヒアルロン酸でしょ？ 問題ないですよ。

C さん 今度の 11 月で 7 年目になります。5 年間アリミデックスを飲んでるんですが、術後 6 年ちょっとしたところで、関節、膝、指先、背中がここにきて痛くなってきたんです。骨密度の検査の結果が近日中に出るんですが、その結果によってはアリミデックスをやめてもいいのでしょうか？

院長 75 歳くらいの方が今飲んでるホルモン剤を永遠に飲み続ける必要はないですよ。卵巣機能が低下してくるんだから。副腎から出ている E2 が少なかったらホルモン剤（アリミデックス）を飲みますけど、70 歳過ぎたら自然と E2 は出なくなりますから。骨密度を測って、5 以下になったらアリミデックス（ホルモン剤）の処方はずめます。
身体の細かい変化は書き留めておくといいですよ。病気とは直接関係ないかもしれないけど、後で振り返ることができますからね。いつごろからどういう症状が出てきたかなど、気になることは書き留めておいた方がいいですね。

D さん 私は、4 月に手術したばかりで、右胸と右リンパを取ったんですけど、なんかいろいろ考えちゃって夜眠れないことが多いのでデパスを飲んでるんですけど、9 月の中ごろから日中すごく眠くなっちゃうので飲むのをやめたんですね。それでレンドルミンを半分ぐらい飲むようにしたんです。日中何にもやる気がなくて、日中自分の思っていることの半分もできないのがまた落ち込む原因だと思うんですけど… 先月、戸出先生に診察していただいてその時に「何か自分の芯になるもの核になるものを持ちなさい」って言われて、考え方とか信条とかそういうことだと思うんですけど、まだよく自分ではわからなくて考えているんですけど…

B さん 私も手術して 2 か月位したころが一番おかしかった。今振返って思うことなんですけど。常に興奮状態、ドーパミンが出まくりって感じでした。私も今、眠剤使ってますよ。

E さん 睡眠薬はどうしても使うよね。睡眠薬じゃなくて睡眠導入剤ね。私も飲まない時もあるけど持っていないと不安。持っていれば飲まなくても眠れるけど、持っていないとねむれなかつたりする。精神的なものだっかわかっているんですけど。

B さん 私、手術して3年になるんですけど、今、総コレステロールが261で急に高くなって、月、水、金と週3回コレステロールを下げる薬を飲んでいるんですけど、善玉コレステロールも悪玉コレステロールも両方多いんです。生理が終わってからコレステロール値が上がるよって言われたんですけど。

A さん 私はもう閉経してるんで女性ホルモンは関係ないと思うんですけど、主治医からは太っているから痩せるように言われてて。皮下脂肪と女性ホルモンで関係あるんですか？

院長 皮下脂肪からもホルモンが出るんですよ。ステロイドというのは皮下脂肪に親和性があるんです。乳癌の原因となるエストロゲンは、卵巣からばかりでなく皮下脂肪がアロマターゼによって変化してもできるんです。なので閉経後でも作られてしまうので肥満の人は痩せた方がいいんです。

E さん 先生、睡眠導入剤を飲み続けると心臓肥大とか認知症になりやすいつて本当ですか？

院長 そんなことはありません。

認知症にならないためには動けるうちは動いて、歩く習慣と頭を使う習慣を持つことがとても大事です。一人でいることが一番だめですね。50歳過ぎると、動かないと筋肉はやせ細ってきます。変成というのが起こってきます。