

コラム● 抗がん剤治療や放射線治療で食べられない人の料理ブック



「がん患者さんと家族のための
抗がん剤・放射線治療と食事のくふう」
本体2000円(税別) 女子栄養大学出版部

患者さんが悩む抗がん剤や放射線の副作用の第一は、吐き気と口内炎でしょう。吐き気止めもい

つしよに処方されますが、心理的な状況もからんでいて、完全になくすことはなかなかできませんし、口のなかが荒れて痛む口内炎も、とてもつらいものです。そのほか味覚や嗅覚が以前と変わったり、便秘や下痢なども、患者さんを悩ませます。

その結果、患者さんから食事の楽しみと栄養を奪ってしまい、がん治療で落ちている体力がさらに落ちると、クスリなどを、充分な量、使うことができなくなってしまう。食べられないという苦痛は、患者さんにとって、二重三重の苦しみなのです。胃がんなど手術後の食事については、本も出ていますが、抗がん剤治療や放射線治療後に起こる、いろいろな食事の悩みを解決するような本は、これまでほとんどありませんでした。

そんな患者さんのために
に県立静岡がんセンター
が、管理栄養士さんを総
動員してつくったのが、
「がんよろず相談Q&A
第3集」という本です。
そこには、管理栄養
士さんたちが、過去の経
験からしぼり出し、症状
による適不適も加味した
80以上のメニューと、そ
のうち42のレシピが、写
真入りで掲載されている
とともに、少量の食事を

つくるための気の利いた「便利メモ」や工夫のポイント、アレンジのヒントなども、随所に紹介され、実際に口にした患者さんたちからは、久しぶりにおいしいもののがいただけだと大好評です。

この本は厚生労働省の援助をうけた研究の報告書というかたちで発行されましたから、無料ですが、静岡以外にはあまり出回っていません。しかも、なくなれば重版の予定はないのです。

吐き気や口内炎などで満足に食事ができない人すべてに読んでもらいたい。そして、ちゃんと食事をして、治療に取り組むだけでなく、仕事や趣味など、やりたいことを楽しんでほしい……これが本の製作にあたった全員の総意でした。

さて、日本には数多くの製薬会社があります。その一つ、チオピタドリンクやソルマックで知られる大鵬薬品は、四十年來、経口抗がん剤の開発に熱心に取り組み、ユイーエフティーやティーエスワンなどの抗がん剤をつぎつぎに開発・発表してきました。なかでもティーエスワンは、胃がん手術後の患者さんが飲むことで生存期間をのばすことが証明され、一躍脚光を浴びています。今後、ほかのがんでも効果が確認されれば、需要はますますのびるでしょう。しかも、このティーエスワンは経口剤ですから、患者さんは、ご家庭で抗がん剤治療ができるのです。

ただ、抗がん剤ですから、一日に飲む量も、時間も決められています。医師の指示どおりのまないと効果がありません。その意味で、治療後の副作用で食事ができない

患者さんの存在は、メーカーとしても心配でした。

そんなとき、たまたま担当者が静岡がんセンターに行き、この本の存在と事情を知ったのです。そして、静岡がんセンターと共同でホームページを通じ、この本の内容を広く世間に公表したいと申し入れをしたのは、ごく自然な流れでした。

ホームページ開設にあたり、日本大学短期大学食物栄養学科の協力も得て、レシピを新たにふやし、アレンジもふくめて178品目のメニューを実際につくり、写真を撮りなおしました。そして、ホームページだけでなく、静岡がんセンター山口建総長の監督による単行本(上の写真)として、この秋、女子栄養大学出版部から刊行されます。

基本的なルールは、あまり気にせず、気分のよいときに食べられるもの、好きなものをたべること……これまでどこにもなかった、ユニークで役に立つ本です。お困りの方はぜひ、お手にとってください。

ちなみに、このレシピがみられるホームページの名称は「サバイバーシップ」。「がんと向き合っている人を応援したい」という、静岡がんセンターと大鵬薬品の願いがこもった、すばらしいサイトです。http://survivorship.jp/

「註」この本、ならびに静岡がんセンターが出している冊子にかけられている内容は、すべてが一人ひとりの患者さんに完全に一致するものではありません。食事や栄養のことで困ったり悩んだりしたときは、まず、かかっている医療機関の担当医や看護師、栄養士に状況を伝え、相談してみるのが基本です。念のため。