

**質問**  
3年前に肺がんの手術を受けた70代の母についてです。先日、がんの再発が見つかりました。内服薬による治療が始まりますが、担当医から完治は難しいと言われ、ショックを受けています。母のために何かできることを探しています。がんの効果があるサプリメントなどがあれば教えてください。

サプリメントは有効？



滝沢 宏光  
徳島大学病院がん  
診療連携センター  
副センター長

**回答** がん治療（手術・薬物治療・放射線治療など）を補つ、またはその代わりとなる医療を補完代替医療と呼びます。日本のがん患者の44・6%が補完代替医療を利用しているとのデータがあります。

補完代替医療にはサプリメントなどの健康食品だけでなく、気功、きゅう、はりなども含まれます。その中では健康食品を利用している人が96・



**がん何でもクイズ**  
AYA世代のがんは、主にどの世代を指すのか。  
①0～19歳②16～30歳③15～39歳  
行こうよ！がん検診

治療効果は証明されず

2%と多く、アガリクスやプロポリスがその代表格です。補完代替療法を始めたきっかけは、家族や友人の勧めが77・7%と多く、がん患者を心配する気持ちが表れたデータだと思えます。  
しかしその効果については残念ながら、がんには効くものではありません。国立がん研究センターのがん情報サービスも補完代替療法には、治療効果、つまりがんの進行を遅らせる、生存率を高める効果が証明され、治療法として勧められているものは現段階では一つもないと明記しています。  
健康維持のためにサプリメントを摂取すること、それは否定しません。しかし、それがもとで血液検査に



イラスト・伊藤 司郎

異常を来すこともありません。摂取する前に必ず担当医に相談しましょう。  
担当医の説明を「がんはもう治らない」と受け取ると希望がないように聞こえます。  
しかし、がんの薬物治療は日々進歩していて、がん治療を受けながらこれまで通りの生活を続ける人が増えています。医師が勧める治療を前向きに受け止め、生活の維持を目標にするのが良いと思います。  
体調を崩さず治療を続けられるよう、バランスの良い食事をし、ストレスをためないため、できる範囲で体を動かすのがいいです。  
長期治療に対応できるよう、高額療養費制度を利用するなど、経済的負担を軽減する工夫も大切です。

患者をサポートする方法はいろいろあります。がん拠点病院に設置されているがん相談支援センターでさまざまな情報を得ることが出来ます。訪れてみてください。

(第4土曜掲載)

相談支援センターで情報を

県内のがん相談支援センター

病院名	電話
徳島大学病院	088(633)9438
県立中央病院	088(631)7151(代表)
徳島市民病院	088(622)5121(代表)
徳島赤十字病院	0885(32)2555 (内線3167)
県立三好病院	0883(72)1131(代表)

※対応時間は各施設に問  
合せてください。