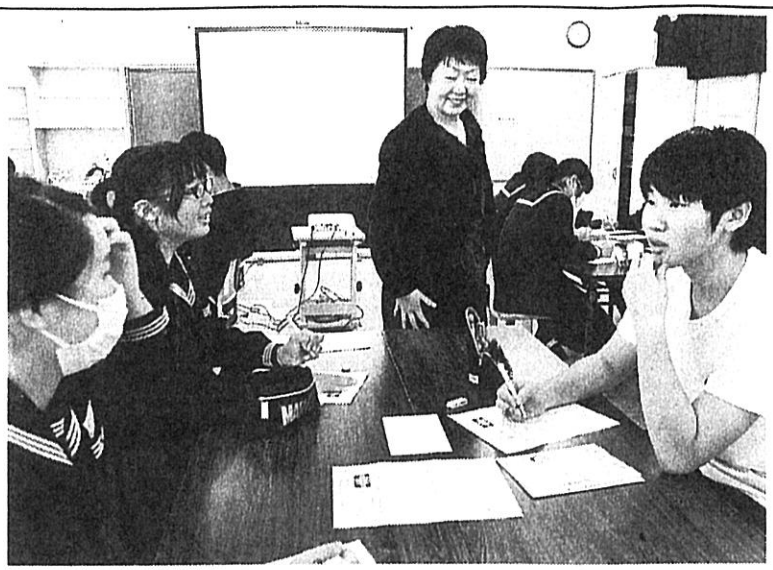
がんの正しい知識理解

霧多布中で出前授業　専門看護師招き



がんの予防について話し合う生徒と沼田さん（中央）

【浜中】町立霧多布中学校（佐藤英樹校長）は15日、市立釧路総合病院がん看護専門看護師の沼田靖子さんを講師にがん教育の出前授業を開いた。2年生21人ががんの正しい知識や予防、検診について理解を深めた。

沼田さんは釧路市出身。釧路管内では4人だけというがん看護専門看護師として2013年から、同病院に勤務し「がん看護相談外来」を担当している。

沼田さんは看護外来について「看護師を中心に、病気を抱えた人が地域で療養し、社会生活を円滑に送られるよう、診療の補助や自己管理の支援などを行う」と解説。同病院では開設以来、月平均150件ほどの相談を受け、痛みの緩和や抗がん剤治療に伴う副作用、しびれなどへの対応や助言を行っている。

沼田さんは、近年のがん治療が抗がん剤や手術、治療法の進歩で生存率が高くなっているとした上で「加齢に伴い罹患する確率が上がるが10～20代の若年層も無縁ではない」と指摘。

「自分の体は自分で守る」として普段から食生活やストレスといった変化に気を付けることや「検診は症状のない人が受けるもの。早期発見で治療法の選択や抗がん剤を最小限にして健康体に戻ることができる」と強調し、定期的な受診の大切さを訴えた。

生徒からは「バランスの良い食事と規則正しい生活が大事」「ストレスをためないようにする」といった声が上がっていた。

（河辺由記子）

2019年（令和元年）10月17日（木曜日）
釧路新聞掲載