

医療ルネサンス No.8004



がん患者の栄養支援

2/5

早期回復へ術前リハビリ

「肩に軽く手を当て、円を描くように肘を回しましょう」。軽快な音楽が流れるなか、女性インストラクターの声が響いた。

3月中旬、横浜市港北区にある「メディカルフィットネスにこっと」。鏡張りのスタジオには、8種類のトレーニングマシンを備え

る。普通のフィットネスクラブのようだが、体を動かしていたのは、1か月後に手術を控えた食道がんの患者だった。手術前に体力を高め、早期回復を目指す術前リハビリテーションという試みだ。

近くに住む荻野国美さん（67）はこの日、ストレッチ

や筋トレ、呼吸訓練などを1時間かけてこなし、手術前の抗がん剤治療の影響で下痢が続き、食事を取らず、横になることが多かった。

「運動中は病気のことを忘れられるし、体を動かすと、食欲が増して気持ちも前向きになる」と語る。

この施設に荻

野さんを紹介したのは、済生会横浜市東部病院（鶴見区）で患者支援センター長を務める谷口英喜さん。麻酔科医として、手術前後の患者の体調管理を担当している。

胃や腸など消化器のがんでは、がんの影響で食欲が落ち、体力を奪われる。告知による精神的なショックも悪化に拍車をかける。こうして全身の筋肉量が減った「サルコペニア」の状態になると、がん手術後の死亡リスクが1・63倍、3・19倍高まるという海外の報告もある。

そこで、谷口さんは、欧米で推奨されている術前リハビリという取り組みに着目し、2019年に導入した。「にこっと」など連携する2か所のメディカルフィットネスは患者の状態に合わせた運動プログラムを月5〜10回提供している。

消費した分のエネルギー補給に栄養補助食品の摂取も勧める。利用料は1回3000円。体調がすぐれないときは、医療スタッフの支援も受けられる。

体力の低下で手術が難しいと判断された患者に、術前リハビリが有効なケースもあるという。

昨年夏に進行胃がんと診断された横浜市鶴見区の伊東史郎さん（84）は、食事が取れなくなり、ほぼ寝たきりになった。提携するリハビリ病院に1か月間入院。鼻から入れたチューブで栄養を補給しつつ、筋トレに取り組んだ結果、体力が回復し、昨年11月、ロボット手術で胃を全摘した。経過は順調だ。

入院日数の短縮など、術前リハビリによる回復効果を示すデータはまだ十分にそろっていないが、谷口さんは「手術前に心身の準備が整う効果は間違いなくあると思う。有効性を示すデータを積み上げ、手法を確立したい」と話している。



インストラクターの指導で筋トレに取り組む荻野さん（右）（横浜市港北区）