

希望を語る

2000 年 8 月発足

20 年の歴史を持つ患者会“希望を語る会”ニュースレター



希望を語る会事務局:健康増進クリニック

TEL03-3237-1777 Fax03-3237-1778

www.kenkou-zoushin.com info@kenkou-zoushin.com

癌総合知の勧め2

癌関連遺伝子の変化

院長 水上 治

前回、細胞中のミトコンドリアの変化がまず起きて、次に癌関連遺伝子が増えることをお話ししました。

1 個の細胞の核の中に、総計 60 億の塩基情報を持つ遺伝子は、あまりにも数が多いためにコピーミスが起こることがあります。これが突然変異です。これは、外界の化学物質、紫外線、放射線、ビールスなどによって容易に起こります。

もしも突然変異が起きても、二重らせん構造からなる遺伝子は、小さいミスなら一つの欠失が何かすぐわかるので、普段は DNA 修復遺伝子が直ちに完璧に修復します。

しかし、自身の修復能力を超えた障害が起こると、次に挙げるような困った事態が生じます。

1 発癌遺伝子（癌のアクセル）の暴走

細胞の中に細胞の増殖を促している遺伝子があり、この中の発癌遺伝子といわれる遺伝子に変異が起きたままになると、この細胞がコントロールを失い活性化して、正常細胞が癌細胞になります。発癌遺伝子は数十種類発見されています。

2 癌抑制遺伝子（癌のブレーキ）の故障

体には、細胞増殖を抑える遺伝子が存在しますが、その中に癌になりにくいように、抑制している遺伝子があります。これを癌抑制遺伝子といいます。これに突然変異が起きることで、癌細胞を抑制できなくなり、癌になりやすくなります。癌抑制遺伝子も数十種類見つかっています。

普通の細胞の遺伝子に突然変異が起きても、癌は起こりません。癌は基本的に、発癌遺伝子の変異だけでも発生しますが、癌抑制遺伝子の変異によってよけい癌になりやすくなるといえます。

次号は、癌抑制遺伝子をどのように増やしていけばいいのかをお伝えしましょう。

男子ってやつは…

菊地明美さま

「今日ね、N君が50センチの定規持ってきたんだよ」

学校から帰ってきた娘が、ククッと笑いながら言う。50センチなんて、ランドセルからはみ出しそうな長さだ。授業に必要だったの？と問うと、ちがうよ、ジョギセン強化係だから、と返事がかえってきた。

ジョギセンとは何ぞや？

娘の説明によれば、机の上で相手の定規を素早く押さえつけるゲームとのこと。定規が下に押さえ込まれた方が負けになる。手を使った同じような遊びがあるが、代わりに定規を使うので接触が避けられ、コロナ時代の今どきに流行りのゲームらしい。

N君は「強化係のオレが負けてどうすんだ！」と、はりきって50センチの定規を持ってきたというわけだ。

「2千円したんだって。すごい得意げだったよ」

娘がまた、ククッと笑う。わたしも笑ってしまう。ほんと、男子ってバカだよねえ。娘とわたしの合言葉がでる。

小学生男子というのは、しょうもないことを考えつく天才だと思う。いやいや、小学生だけではない。息子は中学3年生だが、学校で部活仲間といたずらし、お叱りを受けたいらしい。どんないたずらかというと…

教室に設置してあるアルコールスプレーを、ロッカーの上の高い場所に置く ⇒ ジャンプしてスプレーを押す ⇒ アルコールのシャワーをかけあってゲラゲラ笑う

いかにもバスケット部の連中が考えそうな遊びではある。まったく、何をやってるんだか…（母冷や汗）

ところで、ジョギセン強化係という係がもともとクラスにあったわけではない。今年はコロナの影響でクラブや委員会活動が休止になったので、自分で好きな係を考えていいことになった。娘は「黒板係」とごく平凡である。

でもなかには、「お世辞係」「恋愛相談係」など、いったい何をするのか？というものもあり、そういうヘンな係を考えつくのもまた、男子なのだ。

娘からクラスの男子のおバカなエピソードを聞くのが、最近のわたしのひそかな楽しみである。



五行歌

小林美智代さま

帰宅した孫の
全身に
花びらが舞う
払うのが
もったいないような

ニュースを見れば
コロナ一色
外出するな
人と接するな
人が恋しいな



カワセミ SS

みーこねーちゃんの絵手紙

佐藤美恵さま

この作品は2017年に書いていただいたものです。



佐藤様はH7年に脳梗塞で左半身麻痺となり、H24年より当院にて鍼治療を開始しました。加藤医師の勧めで始めた絵手紙。もともとは右利きですが、左の麻痺を克服するために、左手で書いています。

《院長と共に癌の勉強会》 水上医師

4/6 (火) 15:00~16:00

「ビタミンC点滴メカニズムはこんなに多彩！」

—新発見相次ぐ—

クリニックより診療についてのご案内

★日曜休診のご案内

3/28・4/25

★第5水曜日休診のご案内

3/31・6/30・9/29

※12/29 (水) は通常どおり診察いたします

★4月より水曜日の診療時間に変更となります

治療時間 9:00~13:30

診察時間 10:00~13:00 (担当:加藤医師)

電話受付 8:45~13:00

引き続き除菌作業を行いながら診療させていただきます
患者さまにも、マスク着用と手指の消毒のご協力をお願いいたします
ご不便をおかけいたしますがどうぞよろしくお願いいたします

加藤医師「こもれびの診療所」連絡先

TEL 03 (6806) 5457 FAX 03 (6806) 5758

info@komorebi-shinryojo.com

☆今月のお花☆ 水仙



春ですね。新しいことが始まる春です。今年は希望に溢れたいいつもの春になることを願ってやみません。

今月のお花は水仙。春を告げるお花のひとつです。細長い茎に小さくて上品な純白の花。凛とした姿に気持ちが引き締まります。香りをお届けできないのが本当に残念ですが、水仙のほんのりとした優しい香りに包まれると幸せな気持ちになります。

日本水仙の花言葉は「自己愛」

M.I

★「希望を語る」は患者さまの体験談や、また特技を生かしたメッセージ、いま語りたい事、その他何でも、情報交換の場を提供させていただく冊子です。写真や原稿などございましたら是非、事務所またはスタッフまでお知らせください。お待ちしております