

### 第31回患者会

「正しいがん情報の見分け方」

国立がん研究センターがん対策情報センター センター長 若尾 文彦先生

本日の講演のポイント

#### ☆情報をどのように読み取るか

およそ100万人ががんにかかる。そのうち37万人ががんで亡くなる。

5年生存率は、50%を超えている。(62.1%)

2人にひとりのがんにかかるということを国民の3分の1しか認識していない。

自分には関係ない、他人事と思っている人が多い。そのためがんと診断されたら、頭が真っ白になり、標準治療を受けないで最新の自由診療を選択してしまったりする。

**自分事として考えることが大事！**

世の中には、フェイクニュースであふれている。

- ・このサプリメントの効果は、日本癌治療学会に報告した優れたものである。
- ・この治療法は最先端のものであり、まだ保険が効かないが非常に効果があり、まず選ぶべきである。
- ・免疫細胞療法は自分自身の免疫細胞を使っているので、体に優しく、副作用の少ない優れた治療で効果抜群である。
- ・ネズミの実験で抗がん作用が確認されたから、ヒトのがんを治すことができる。
- ・金の延べ棒で体を擦るとがんが消える。(ごしんじょう療法)

など、このほかたくさんこのようなウソの情報があり、追いつめられるとこんな情報を信じてしまう。

#### ☆信じられる情報の見分け方のポイント

・いつの情報か⇒それまで信じられていたことでも医学の進歩で間違いが判明することがあるので、だいたい3年前くらいまでのものを信じること

・誰が発信している情報か⇒国や国立の研究機関、医療機関は、国民への情報提供、公的サービスの周知。患者・家族向け情報提供

もしかしたら受診患者を増やす目的？

企業、非営利な組織(患者会など)、個人⇒薬の正しい使用のための情報提供、病気の説明、他人に自分の経験を共有してもらいたい、共感してもらいたい

活動資金獲得のための広告？有名になりたい？

医学・医療は不確実であり、限界がある。世の中には間違った情報が溢れている。

医療情報を読み解くために持つべき4つのポイント

- ① 医療・用語に関する正しい知識
- ② 因果関係に対する論理的な考え方
- ③ 情報源に関する考え方
- ④ 統計学的な考え方

標準治療と最新治療について

- ・標準治療は普通の治療ではない。最善、最良の治療である。
- ・最新治療は、最善・最良の治療ではない、実験的・研究的治療のこと

標準治療とは、エビデンス（科学的根拠）にもとづいた治療（手術・抗がん剤・放射線）代替療法には、免疫療法、遺伝子療法、健康食品、ヨガ、鍼灸療法、音楽療法などがある。現在利用できる最良の治療法が標準治療（高いお金を払っても効果が期待できるわけではない、その点、医療はほかのサービスとは違う）

☆情報源による判断

信頼性 高→低

- ・医学論文
- ・診療ガイドライン
- ・学会発表
- ・専門家の意見、口コミ情報

これらの情報が発信されている媒体ではなく（新聞とかテレビとかインターネット）、情報源が大事である。

☆医学研究

☆交絡因子（2つの出来事の関係に影響を及ぼす「第3の因子」）

☆バイアスを見抜く（かたよりに見抜く）サンプリング、発表、測定、交絡、選択、経験、個人などなど 例：造影CTでの画像と単純CTの画像（肝臓がんの写りがもともと違う）宝くじの当選数（母数を確認。多くの方が買うと当選者も多い、確率が高いわけではない）

見極めるポイント！！

いなかもち

い→いつ

な→なんのために

か→かいた人はだれ

も→もとネタはなに  
ち→違う情報と比べたか

あなたの情報を一番多く持つのは主治医、よく話すことが大切。今、必要な情報は何か、メモに書きだしてみる。セカンドオピニオンを活用する。医師以外の医療スタッフにも相談してみる。がん拠点病院の相談支援センター、患者団体などに相談窓口があります。インターネットを活用する。がん情報サービス ナビダイヤル0570-02-3410

### Webサイトのチェックポイント（こんなホームページには要注意）

- ① 断定的な表現や誇張された表現
- ② 惹きつける言葉（本当は教えたくない秘密のサプリ、あきらめないがん治療など）
- ③ 保険が効かない自由診療の場合は慎重に（費用に関する情報、主なりスク、副作用）
- ④ 患者さんの体験談
- ⑤ 無料説明会、無料相談

手に入れた情報が本当に正しいかどうか、考えてみましょう。

得られた情報をもとに行動する前に、周囲の意見を聞きましょう。

健康食品や補完代替医療は、利用する前によく考えましょう。

情報は、「力」あなたの療養を左右することがあります。正しく活用しましょう。

国立がん研究センターのがん情報サービスを活用しましょう。

- ・神経内分泌腫瘍は、複数の部位にまたがるものなどのコーナーにあります。
- ・「がんゲノム医療、まず知っておきたいこと」のコーナーで全国がんゲノム医療中核拠点病院を検索できます。
- ・がんの臨床試験を検索できます。
- ・生活や療養について調べることができます。
- ・さまざまな症状への対応方法を調べることができます。
- ・「もしも、がんが再発したら」というコーナーもあります。
- ・がん対策情報センターでは、46種類の冊子があり、全国の公共図書館へ贈る「がん情報ギフト」を推進しています。みなさんのご寄付をお願いします。
- ・Facebook のがん情報サービスのページに「いいね」を押すとがん情報サービスの更新情報はほか、がん関連情報がタイムラインに掲載されるようになります。