

がん診療 あさひ

14号
2024年2月
発行

～がんと診断されたり、治療を受けるときに、役立つ情報をまとめました～



がんとつらさのサポートチームスタッフ

緩和ケア科のご紹介

緩和ケア科はがんを中心とした体や心のつらさを和らげることを目的に診療を行っています。がんと診断されたつらさ、がん治療中の副作用も含めたつらさ、体の状態が厳しくなってきたことによるつらさ、などがんのあらゆる時期のつらさを対象として、患者さんが自分らしく生きていけるようにサポートしていきます。

緩和ケアと聞くと「もうだめだ」と感じる方が多いと思いますが、我々はつらさを和らげることで「元気に自分らしく生きていく」ことを目標にお手伝いしていきます。

当院の緩和ケアは、外来では「緩和ケア外来」、入院では「がんとつらさのサポートチーム」や「緩和ケア病棟」でサポートしています。つらいと感じたら主治医や看護師に相談してみてください。

緩和ケア科 崎元 雄彦

当院は、「地域がん診療連携拠点病院」「がんゲノム医療連携病院」に指定されています。

地方独立行政法人
総合病院 国保旭中央病院

〒289-2511 千葉県旭市イの1326 TEL.0479-63-8111(代) FAX.0479-63-8580

www.hospital.asahi.chiba.jp

がんと診断されたあとの こころのケア

がんと診断された時のこころの変化

がんと診断されることは、心に大きなストレスをもたらす、患者さんやその周囲の人にとって非常につらい経験です。

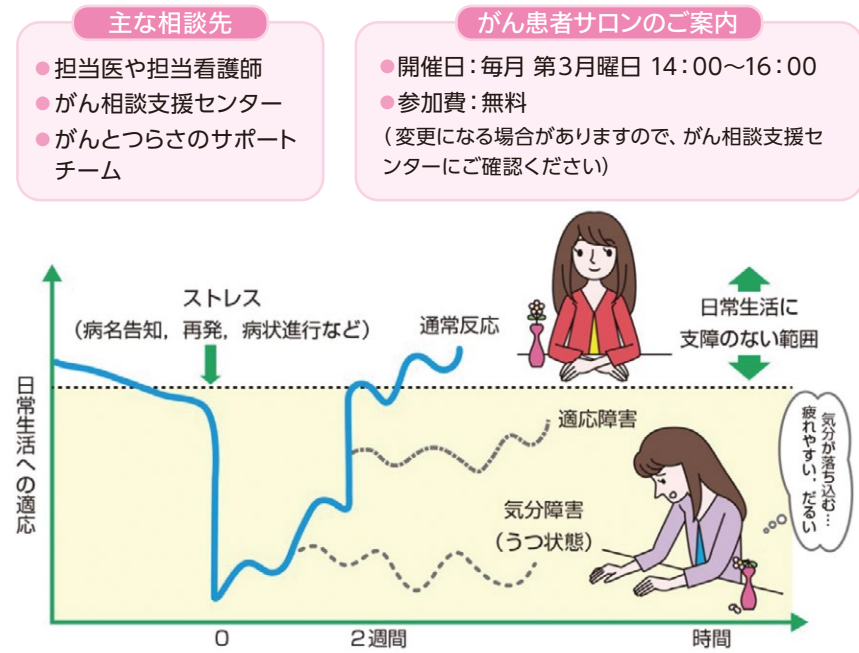
「嘘だ」「信じられない」「どうして自分が?」「これからどうなるんだろう」
認めたくない気持ちが強くなったり、怒りを感じることもあるでしょう。また、「不規則な生活をしてきたからだ」と、自分を責める気持ちになったりする人もいられるかもしれません。ストレスが重くのしかかることは、感情や心理にも大きな影響を与え、眠れなくなったり、食欲がなくなったり、集中力が低下する人も少なくありません。

がんと言われた患者さんが不安で落ち込むのは、むしろ自然なことです。これらは、大きな衝撃にさらされた時によくみられる反応で、ある程度時期が過ぎると、心は落ち着きを取り戻してくるといわれています(図1)。

しかし、患者さんの中には、不安や気持ちの落ち込みが長く続き、専門的な治療が必要となる場合もあります。ひどく落ち込んで、何も手につかないような状態が長引いたり、日常生活に支障をきたす場合には、無理せず早めに相談しましょう。

今の気持ちを誰かに話してみませんか

不安や落ち込みを我慢してしまう方もいるかもしれませんが、今の気持ちを誰かに伝えることで不安や落ち込みが和らぐこともあります。担当医や看護師、ご家族や友人など、自分の信頼できる人に気持ちを話してみましょう。また、自分の病気について、自分と同じような経験をした人達と話をすることで気持ちが楽になる人もいます。



参考元: 国立がん研究センターがん情報サービス「患者必携 がんになったら手にとるガイド 普及新版」

図1 がんによるストレスへの心の反応

がんとつらさのサポート チーム

がんとつらさのサポートチームとは、がんのつらい症状や、不安などの心の苦痛を和らげ、患者さんとその家族が「自分らしく」過ごせるようにお手伝いする専門チームです。一般的に『緩和ケアチーム』と言われ、当院の一般病棟入院中の患者さんとそのご家族だけではなく、外来通院中も受けることができます。

緩和ケアは、がんが見つかった時から治療中、治療が難しい時、どの時期でも『つらい』という言葉聞いた時から始まります。診察等をご希望の方は、担当医師・看護師にご相談ください。

主な役割は

- ①自分の病気を知り、治療法の選択を助けるケア
- ②痛み、痛み以外の症状を取り除くための方法を考える
- ③食事、排泄、入浴、夜間の睡眠などの日常生活を取り戻すケア
- ④こころのふれあいを大切に、心地よい環境を提供するケア
- ⑤がん治療の外見上や日常生活の悩みの相談
- ⑥医療費や仕事の相談
- ⑦ご家族へのケア などの支援をおこないます。

緩和ケアについて考えるタイミングは、早すぎることも遅すぎることもありません。一人で抱え込まず、つらさを話すこと、相談することが大切です。

主な構成メンバー



がん相談支援センター

「がん」について、お気軽にご相談ください

「がん診療連携拠点病院」には「がん相談支援センター」が設置されています。

当院では、社会福祉士・看護師が相談に応じます。必要に応じて、医師・薬剤師・管理栄養士等と連携して、お話を伺います。



〈相談例〉

- がんと言われて頭が真っ白になってしまい、誰かに話を聞いてほしい。
- どのように治療に取り組んだらよいでしょうか?
- がんの治療ってどのくらいお金がかかりますか?
- 仕事を続けるのは無理でしょうか?
- 介護が必要になったらどうしますか?
- 緩和ケアについて知りたい。

など



セカンドオピニオンについては、「紹介患者センター」で相談に応じることができ
ます。(医療機関検索・相談方法・費用・予約について)

がん相談支援センター

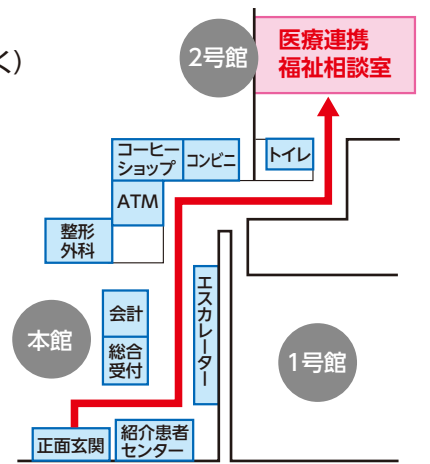
2号館1階 医療連携福祉相談室
時 間/月～金(祝日・年末年始を除く)
8:30～17:15
連絡先/0479-63-8111(代)
内線2150・2151

相談は無料です。

※なるべく予約していただくことを
お勧めしています。

※当センターで医師と直接お話を
することはできません。社会福祉士・
看護師がお話を伺い、担当医に
ご相談内容をお繋ぎすることは
可能です。

案内図

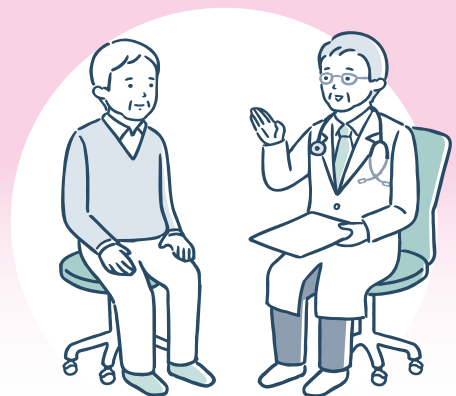


ハローワーク出張相談

ハローワークスタッフが当院で個別に就職のサポートをします。治療のために仕事を辞め、就職を希望されている方や、仕事の継続を希望の方、治療のため就職準備が難しい方などぜひご相談ください。

日にち: 毎月第2水曜日
時 間: 10:30～14:30の間で3人まで(事前要予約制)
場 所: 医療連携福祉相談室 費用: 無料
申込み: 前日の15:00までに医療連携福祉相談室で直接申し込むか、お電話でお申し込みください。

「緩和ケア」と言われ 不安を感じていませんか？



「緩和ケア」という言葉に、「もう治療ができない」「余命が短い」「痛みを取るだけのもの」という印象を持っている方は多いと思います。しかし、この10年で「緩和ケアはがんの末期に行う」ものから大きく変わっています。皆さんが感じている誤解を解いて、つらくなく過ごせるようにできればと考えています。

緩和ケアとは

がんによる体や心のつらさを和らげて自分らしい生活が送れるようにするためのケアのことです。

誤解 1 緩和ケアは、がんの治療ができなくなる末期に行うものである

緩和ケアはがんと診断されたときから始まります。緩和ケアでは、診断されたときの症状や気持ちの落ち込み、がんの治療中は痛みや副作用などの症状や気持ちの不安などによって治療が順調にいかないことなどをサポートしてがん治療が続けられるようにしながら生活の質の向上にも努めます。

誤解 2 緩和ケアを受けるとモルヒネを使われる

末期を理由にモルヒネを使うことはありません。モルヒネは痛み止めとしか使いません。がんの患者さんのうちモルヒネのような薬を使う方は半分くらいで、3割の人は痛みが出ることもありません。

誤解 3 緩和ケアは症状をとるだけでがん治療ではない

緩和ケアはただ症状をとるだけで治療的な効果は無いと考えている方が多いと思います。しかし2010年に緩和ケアにも延命効果があるという結果が得られています。進行肺がんの患者さんに対して、「抗がん剤治療のみのグループ」と「抗がん剤治療に加えて月1回の緩和ケア外来を受診するグループ」を比較したところ、早期から緩和ケアを受けていた患者さんは、生活の質が高く、うつ症状が少なく、生存期間が2.7ヶ月長くなったという結果が得られました。緩和ケアはつらさを和らげることが目標なので副作用が生じることも少ないです。がん治療を行いながら緩和ケアを受けることでつらさが楽になり治療の意欲につながるなど、さらなる効果が得られる可能性があります。

緩和ケアは「死を意識した治療」と考えられがちですが、「あなたの人生をよりよく、そして長く過ごすための治療」だと考えていただければと思います。



緩和ケア科 崎元 雄彦

当院の治療や医療のご紹介

多面的な治療で、患者さんを支えます

手術療法について

手術療法とは、がんを切り取って治す治療法です。がんを完全に治すための治療法として、ほとんどの場合手術療法が選択されます。

手術はからだに負担のかかる治療法ですので、これをなるべく軽くするためにいろいろな手術が開発されています。胃カメラなどの内視鏡による手術では、皮膚にメスを入れることなくがんを切除できます。また、腹腔鏡や胸腔鏡による手術では、従来の開腹や開胸による手術に比べてずっと小さな傷でがんを切除することができます。

現代の手術療法は、チーム医療として行われます。たとえば、手術に加えて抗がん剤や放射線を併用する場合は、外科・内科・放射線科が一緒に治療にあたります。また、術前の準備段階から術後の回復期まで、外科医・麻酔医・看護師・薬剤師・理学療法士など多くの職種の人たちがチームとして診療に加わり、患者さんが安全に手術療法を受けられるような体制が作られています。

外科 永井

患者さん



放射線治療について

X線や放射性物質が出すビームを利用して、手の届かないところに治療ができるという特徴があります。各診療科、画像診断部門と協力して問題を見つけ、解決を目指しています。

- 外照射
 - 一般的な外照射 (ほぼ全身が対象、根治・緩和)
 - 高精度治療 IMRT 強度変調放射線治療 (前立腺癌、頭頸部、子宮癌術後など)、定位放射線治療 (脳腫瘍、肺癌、肝臓癌など)
- 腔内照射 (婦人科腫瘍)
- 内用療法 ゾーフィゴ注 (骨転移)、ゼヴァリン注 (悪性リンパ腫)

放射線科 (治療部門) 太田

緩和ケアについて

緩和ケアとはがんに伴う身体や気持ちの問題について、病気の治療だけでなく社会生活なども含めて全人的に患者さんを支える医療のあり方です。

世界保健機構 (WHO) では、緩和ケアはがんと診断された早い時期からがん治療と平行して行われるべきものと言われています。

患者さんが自分らしい生活を保つことができるよう、医師・看護師のほか薬剤師・医療ソーシャルワーカー・理学療法士・管理栄養士が協力し、患者さんとご家族に様々な支援を行います。

緩和ケアセンター

化学療法センターでの治療について

「手術」「放射線治療」と並んで、がん治療の3本柱のひとつに「化学療法」があります。近年、新しい抗がん剤の開発や副作用を軽減する支持療法の進歩などにより、治療効果が向上し、標準化された化学療法が適用されるようになりました。このように有効な化学療法を多くの患者さんが受けるようになり、生活の質 (QOL) が重視されるようになったことから化学療法は外来治療が中心となり、安全で質の高い医療の提供の場として化学療法センターが設立され全科の治療がここに集約されています。化学療法センターの病床数は40床 (リクライニング8、ベッド32) あり、スタッフはがん化学療法看護認定看護師1名を含む看護師7名と医師1名が常駐しています。1人の患者さんを包括的に支えていく上での治療やサポートの質を高めるために医師、看護師、薬剤師、栄養士、歯科衛生士、リハビリ療法士によるチーム診療を行ない、すべての患者さんに満足していただけるよう心がけています。

化学療法科 中村