

# 健 康

## 質問

初めてがんの治療を始めることになりました。今は痛みなどを感じていませんが、今後いろいろな苦痛が襲ってくるのではないかと悩んでいます。緩和ケアに関する取り組みについてネットで見ました。詳しく教えてください。

## 緩和ケア 取り組みは



松岡 由江

徳島大学病院  
緩和ケアチーム専従看護師  
(緩和ケア認定看護師)

## 回答

がん治療を初めて受けられるという事で、とても不安な思いをされていると思います。あなたが受けることができる緩和ケアについてご紹介します。がんの療養中は痛みや吐き気、だるさなど身体のつらさと、気分の落ち込みや絶望感など心の問題が、患者さんの日常生活を妨げることがあります。

これらの問題はがん療養の過程で、程度の差はあ

## 外来・在宅で対応進む



ても多くの患者さんが体験するといわれています。

「みんな忙しそうだから」と相談できずに一人で抱え込んだり、「痛みがなくなっても、がんは治らないから」と苦痛症状を和らげることに消極的だったりする方もいます。

今までのがん医療の考え方は、「がんを治す」ことに関心が向けられ、医療機関でも患者さんのつらさに十分な対応ができていませんでした。しかし、最近

では、患者さんがどのように生活していくのかという「QOL(Quality of Life)療養生活の質」も、「がんを治す」と同じように大切だと考えられるようになってきています。

日本ではまだ誤解されることもありませんが、「緩和ケア」は「終末期医療」ではなく、病状のどの時期においても行われる医療です。私たちは、患者さんが苦痛症状をコントロールしながら自身の生活に合わせた治療を選択し、自分らしく生きるためのお手伝いをしています。

緩和ケアは、がんの治療中かどうかや、療養の場を問わず、いずれの状況でも受けることができるようになってきています。専門的な緩和ケアを受けるには、主に緩和ケア病棟へ入院する方法と、緩和ケアチームによる診療という二つの方法があります。がん診療連携拠点病院の指定を受けている医療機関は、緩和ケアに対応できる機能を持っています。

現在は、外来診療や在宅療養についても対応が進んでいます。緩和ケアを提供する専門チームのメンバーは、身体のつらさを担当する専門医師、心の問題を担当する専門医師、緩和ケアを専門にする看護師、薬剤師が中心となり、リハビリテーション部門や臨床心理士、社会福祉士や管理栄養士らと協力して診療にあたっています。

緩和ケアについて話を聞きたい、緩和ケアを受けたいときには、まずは担当医や看護師に相談してみよう。がん診療連携拠点病院のがん相談支援センターでも話を聞くことができますので、気軽に相談に行かれることをお勧めします。

(第4土曜掲載)

◇  
がんに関する質問は徳島がん対策センター〈電088(6334)6442〉(平日午前8時半から午後5時まで)にお寄せください。詳しくはセンターのホームページ〈<http://www.w.toku-gantaisaku.jp/>〉をご覧ください。

## 担当医や看護師に相談を