

健康

質問

がん告知を受けました。不安で夜も眠れず、今後のことが何も考えられません。主治医から精神科受診を勧められました。精神科は初めてで不安です。どんな治療になるのですか。

告知を受け不安



大田 将史
徳島大学病院精神科
神経科特任助教

回答

がん告知の衝撃は大きく、落胆や孤立、疎外感、絶望などさまざまな感情が渦巻く中、精神的に大変な状況だと思えます。精神科受診は初めてで、不安を抱くのは当然です。

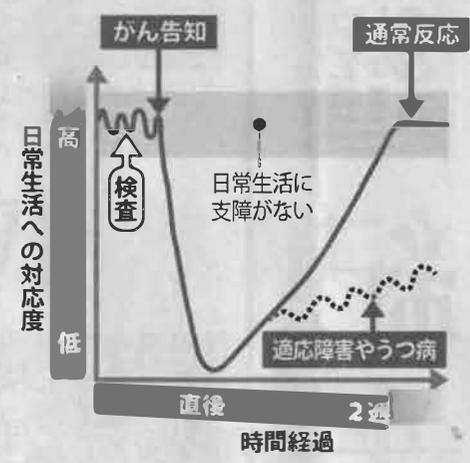
がんは診断、治療のみならず、治療後もいろんな段階でさまざまな精神的苦痛をもたらします。この問題に対する精神科医療の実践や研究をサイコオンコロジーと言います。そして近年、精神科医が、がん医療に積極参加し、幅広い臨床対応が求められています。がんの診断を受けると、こんな心の反応が予想されます。「頭が真っ白になった」「何かの間違いでないか」「もう駄目だ」「なぜ自分なんだ」。衝撃、否認、絶

精神科で心理的苦痛緩和



望、怒り、さまざまな心理状態が混在します。不眠、食欲不振、集中力低下などから一時的に日常生活に支障をきたす場合があります。相談者はこちらの状況に陥っていると思います。これか

がん告知に対する心の反応



状況適応をサポート

がん何でもクイズ

胃がん検診の1次検査のうち2次（精密）検査でも用いられている検査はどれでしょう。

- ① X線検査 ② 内視鏡検査 ③ ABC検査

行こうよ！がん検診

ら、徐々に新たな状況に適応が始まります。精神科の治療はそれをサポート

トするのです。

混沌としたつらい感情や苦痛を表に出して自ら言葉にすることで漠然とした不安を具体化し、構造化して徐々に考えを整理します。身体的苦痛、死への不安や恐怖、費用や介護などの社会的問題、それらを一つずつ、がん専門看護師や臨床心理士、ソーシャルワーカーの力を借りながら解決し、不安の軽減を図ります。

その中で精神科医は、うつ病などの精神疾患を診断し、気持ちの落ち込みや不安などの症状緩和を図るため、薬物療法を勧めることがあります。「薬を飲むと癖になる」といった不安があると思います。しかし、医師の指導で適切に使用すれば心配ありません。

患者が安心してがん治療に取り組むために、精神科医が支援できることは多いです。主治医と相談の上、気軽に受診してください。

(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(634)6442〉
(平日午前8時半から午後5時まで)