

気持ちのしらべ

質問

がんと診断されてからショックで何も手につきま  
せん。あまりにつらくて「死にたい」と思ってしまう  
時があります。こんなことを考えるのは自分の心が弱いか  
らでしょうか。



松田 宙也

徳島大大学院  
医歯薬学研究所  
精神医学分野  
特任助教

回答

決してあなたが弱いからでは  
ありません。がんと診断  
されると、多くの人が頭  
が真っ白になって何も手  
につかなくなったり、強  
い不安や気分の落ち込み  
を感じたりします。この  
ような「気持ちのしらべ」  
を感じるのには特別なこ  
とはありません。人生の  
大きな変化に直面した際  
の自然な反応です。

がんの診断や再発、治  
療の中止といった悪い知  
らせは心に極めて大きな  
負担をかけます。調査で  
は、がん患者の自殺リス  
クは一般の人の約2・7  
倍と高く、特に診断から  
1カ月以内は4・1倍に

拠点病院の窓口相談を



も上ることが報告されて  
います。診断直後などに  
死にたいと思うほどの強  
い苦痛を感じることが多  
くの患者さんが経験する  
ものです。  
通常、このようなつら

**がん専門相談員**  
がんの治療  
療養生活  
etc.

**相談支援センター**  
悩み  
医療費  
生活の心配事  
etc.

**がん何でもクイズ**  
がんの特徴として正しいものはどれ  
でしょう。

①一定の大きさで成長が止まる  
②周りの組織に浸潤・転移することがあ  
る  
③他の人に感染する

行こうよ！がん検診

適切な支援で不安緩和

い気持ちは2週間程度で  
徐々に落ち着くことが多  
いですが、数週間たつて  
も回復せず、日常生活に  
支障をきたす場合は、専  
門的なケアが必要な適応  
障害やうつ病という病気  
の状態かもしれません。  
死にたいと感じるほど  
のつらさは、適切なサポ  
ートで和らげることがで

きます。県内ではがん診  
療連携拠点病院の徳島大  
学病院、県立中央病院、  
徳島市民病院、徳島赤十  
字病院、県立三好病院に  
がん相談支援センターが  
設置されています。セン  
ターでは、がんに関する  
悩みや生活についての心  
配事のほか、医療費はい  
くらかかるかなどの疑問  
や相談に答えています。  
徳大病院ではがん専門  
相談員としての研修を受  
けたスタッフが、信頼で  
きる情報に基づいてがん  
の治療や療養生活全般の  
質問と相談を受けていま  
す。相談の内容に応じて  
看護師やソーシャルワ  
ーカー、臨床心理士らが連  
携して対応する体制も整  
えています。県内全域を  
カバーする徳島がん対策  
センターでも、総合的な  
窓口として相談を受け付  
けています。  
つらい気持ちを一人で  
抱え込まず、われわれ専  
門スタッフにご相談くだ  
さい。