東北大学病院

がん診療相談室・がんサロン『ゆい』たより　秋号　令和4年 11 月

かえでは紅く、銀杏は黄金色、秋が深まり紅葉が美しい季節となりました。
朝晩の冷え込みも厳しくなってきましたのでどうぞお体に気をつけてお過ごしください。

「がんと診断された時からの緩和ケア」をご存知ですか？

東北大学病院
緩和医療科　　井上　彰教授

がん（悪性腫瘍）は、日本国民の死因の第１位であり、著名人が亡くなったニュースを見聞きするだけでなく、皆さんの周りにもがんで命を落とされた方がいると思います。幸いにも早期発見（診断）、早期治療ができた方にはがんの根治を目指して手術や放射線治療が勧められますが、根治が難しくなった進行期でも近年は抗がん剤の進歩が著しく、根治に等しいほどの長期生存が得られる方が珍しくありません。一方で緩和ケアは、それらの「がんと闘う治療」を終えた患者さんが、亡くなる直前（いわゆる終末期）の身体の辛さを和らげるために受ける医療というイメージが強いのではないでしょうか？

しかし正しくは、緩和ケアを抗がん治療と共に受けることで、患者さんの生活の質（QOL とも呼ばれます）の維持だけでなく生存期間も延ばすことが科学的に証明され、世界的に緩和ケアの開始時期は早まっています（当院でも私たち緩和医療科が担当する患者さんの半数以上は、抗がん治療中から主治医の先生と連携しています）。そして、我が国ではさらに一歩進んで、厚生労働省が「がんと診断された時からの緩和ケア」の普及に取り組んでいます。

「痛くも苦しくもないのに緩和ケアが何の役に立つのか？」と疑問の方も多いでしょう。ただ、たとえ早い段階で見つかっても「がん」という重病を患ったことで不眠や気分の落ち込みに悩む方は少なくありませんし、さまざまな検査や治療が続く中で、仕事や家事との両立に悩む方も多いです（「びっくり離職」といって、がんと診断された時のショックで後先考えずに仕事を辞めてしまって後悔する例もあります）。このような心理社会的問題は、主治医の先生だけでは対処できないことが多いのですが、実はその解決を支援するのも緩和ケアの大事な役割の１つなのです。

当院でも「がん診療相談室」や緩和医療科が中心となって「がんと診断された時からの緩和ケア」に積極的に取り組んでおり、右上のようなポスター、チラシを用いて全てのがん患者さんへの周知を図っています。皆さんも是非ご覧になって理解を深めていただけますと幸いです。

若年性がん患者団体　STAND　UP !!

若年性がん患者団体ＳＴＡＮＤ　ＵＰ！！は 39 歳までにがんに罹患した、がん経験者による団体です。
現在闘病中または退院後の若年性患者の生活の質の向上を目的としています。
「がん患者には夢がある」をスローガンに現在闘病中の方へ**「一人じゃないよ」**というメッセージを届けることを活動の中心としています。
年１回のフリーペーパー発行を主活動とした情報発信をしており、相談室には 2020 年～2022 年発行の「stand up!! 11～13」が揃っています。また、お渡しすることも可能です。ご興味のある方はお立ち寄りください。

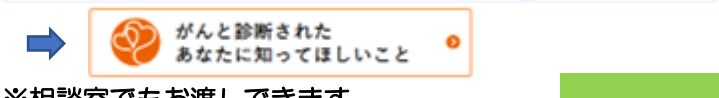
「AYA 世代」という言葉を知っていますか？
AYA（アヤと読みます）世代とは Adolescent＆Young Adult（思春期・若年成人）のことをいい 15 歳から 39 歳の方をさします。ライフステージが大きく変化する時代であり患者一人ひとりのライフステージに応じた支援が求められています。

がん診療相談室（がん相談支援センター）をご利用ください

がん相談支援センターはどなたでも**予約なし**で、**無料**でご利用いただける相談の窓口です。がんの診断から治療、その後の療養生活、さらには社会復帰と生活全般にわたって不安を感じた時、一人で悩まず、気軽に「がん相談支援センター」にご相談ください。

「がんと診断されたあなたに知ってほしいこと」は患者さんと主治医の会話のきっかけになることやがん相談支援センターを知ってもらうこと、そして、患者さんと患者さんを助けたいと思っている人たちとの関係を「つなぐ」ことを目指して作られた冊子です。
現在、診断時に担当医や看護師から手渡ししてもらえるよう準備中です。

※インターネットから閲覧できます



※相談室でもお渡しできます

編集：古山、根本、武田