

東北大学病院

がん診療相談室・がんサロン『ゆい』たより

毎日ボランティアさんに花を活けていただいています。見に来てください。

がん診療相談室のご案内

月曜日～金曜日（土・日・祝日・年末年始除く）

8時30分～17時15分（受付は17時まで）

☎ 022-717-7115

「がんと診断されてからの緩和ケア」について

東北大学病院 緩和ケアセンター

緩和ケア看護認定看護師 中條 庸子

「緩和ケア」という言葉を聞いて、皆さんはどのようなイメージをお持ちでしょうか。

「治療が終わった後に受ける医療」「最期のときのケア」という印象を持たれる方も少なくありません。しかし、**現在の緩和ケアはそのような特別な時期だけのものではなく、病気と診断された早い段階から、外来通院中でも受けることができる医療**です。

緩和ケアの目的は、病気を治すことそのものではなく、病気や治療によって生じるさまざまな“つらさ”を和らげることにあります。ここでいう「つらさ」には、痛みや息苦しさ、吐き気、だるさなどの身体的な症状だけでなく、不安や落ち込み、将来への心配、生活や仕事、家族のことに関する悩みも含まれます。

外来で治療を受けている患者さんの中には、まだ相談するほどではない」と、つらさを我慢している方も多くいらっしゃいます。しかし、症状や不安を抱えたまま日常生活を続けることは、知らず知らずのうちに心身の負担となり、治療や生活の質に影響することがあります。

たとえば

- * 痛みやしびれがあるが、治療の妨げになるのではと相談できない
- * 夜眠れず、疲れが取れない
- * 病状や今後の見通しについて不安があるが、誰に聞けばよいかわからない
- * 仕事や家族との生活をどう続けていけばよいか悩んでいる

こうした悩みは、決して特別なものではありません。

緩和ケアは、まさにこのような日常の中のつらさに寄り添うための医療です。

早期からの緩和ケアを受けることのメリット

緩和ケアを早い段階から取り入れることで、症状が強くなる前に対処でき、心身の負担を軽減することが期待できます。また、つらさを言葉にして相談することで、「一人で抱え込まなくてよい」という安心感にもつながります。さらに、緩和ケアでは、患者さんご本人の価値観や生活背景を大切にしながら、治療や生活について一緒に考えていきます。「自分にとって何が大切か」「どのように生活を続けたいか」を整理することは、治療を選択する際の助けにもなります。

緩和ケアを受けることは、「治療をあきらめること」ではありません。主治医による治療と並行して行われ、医師、看護師、薬剤師、栄養士、医療ソーシャルワーカーなど多職種が連携しながら、患者さんご家族を支えています。

「こんなことを相談してもいいのだろうか」「まだ早いのではないか」と感じる必要はありません。つらさや不安を感じたときこそ、緩和ケアを知り、利用する大切なタイミングです。早期からの緩和ケアは、外来通院中の患者さんが自分らしい生活を続けながら治療に向き合うための、心強い支えとなります。

当院には、患者さんご相談を受けるがん診療相談室や、専門の医師や看護師が対応する緩和ケア外来やがん看護外来などの緩和ケアを提供する体制があります。気になることがあれば、どうぞお気軽に主治医や看護師など医療スタッフや、がん診療相談室にご相談ください。



病院・施設見学の報告

11・12月に国立がん研究センター中央病院アピランスケアセンター、まゆ乳腺クリニック、ササキリンパナスへの施設見学に行ってきました。国立がん研究センター中央病院では、ウィッグは安価なものから高価なもの、アレンジしたものなどイベントに対応できるものも展示されていました。その他皮膚・爪・眉などのケア用品についても教えて頂きました。まゆ乳腺クリニックは、以前「春風の家」という団体が行っていたウィッグ貸し出し事業を引き継いで頂いたクリニックです。ここでは、ウィッグの貸し出しの流れについて学び、購入よりも安く借りられることを知りました。また、上肢のリンパ浮腫の対応も行っています。ササキリンパナスでは、医師からの紹介状をもとにした上肢・下肢のリンパ浮腫への対応を学ぶことができました。カウンセリング・施術・セルフケアの指導なども含め1回2時間くらいです。2つの施設とも、家庭的な雰囲気の温かい感じのところでした。詳しい情報につきましては、リーフレットなどを差し上げることも可能です。情報提供のご希望がありましたら、がん診療相談室にご相談ください。



国立がん研究センター



まゆ乳腺クリニック



ササキリンパナス

