

あなたを支える緩和ケア～治療も、仕事も、生活も～

— 2人に1人が経験するがん治療、日常との両立に必要なこと —

がんが診断された当初から患者の体と心の苦痛を和らげて、患者や家族が質の高い治療や療養生活を送れるよう支援する緩和ケア。その普及を目指す市民講座が2月、大阪市で開催され、医療関係者や専門家、治療を続けながら働くがんサバイバー(がんの診断を受けた全ての患者)が緩和ケアの役割や、治療と仕事や生活との両立などについて話し合いました。

患者の価値観に合った早期からの緩和ケアを



平本 秀二氏
三愛京都病院
腫瘍内科
緩和ケア内科 医長

がん治療は、手術療法、放射線療法はがんに対する3大治療といわれています。治療はエビデンス(科学的根拠)に基づいて、さらにその上で専門的な知識や経験、患者さんの価値観も合わせて総合的に判断して、治療選択を行っています。一方、巷にはエビデンスがなく、保険診療外の治療を勧める医療機関もあり、ネット検索をする上位にあるものは商用ベースであることが多く注意が必要です。治療医師がお勧めするサイトとしては国立がん研究センターが提供する「がん情報サービス」があります。治療と仕事や生活との両立は、治療医としてはできるだけかかえてあげたいと思っ

講演1 「～治療医の立場から～一人で抱えず相談を」

がんとの共生時代 退職を急がないで



池山 晴人氏
大阪国際がんセンター
がん相談支援センター長
副センター長 統括主査

我々、相談員は患者さんやご家族に情報提供しつつ、面接、相談の中で不安や恐怖と向き合う皆さんをサポートし、その人らしい生活や治療選択ができるようにする伴走者です。現在、年間100万人弱ががんと診断される一方で、「5年相対生存率」は6割を超えており、がんは多くの方が長く付き合う、共生していくものになっていきます。患者さんは対象が分からない不安、そして不安を抱えたまま治療を続けるしんどさを実感しています。相談員や医師、看護師、近しい方と相談しながら、副作用なら症状や発症時期など「恐れのない」を知り、優先順位を付け、正しく向き合うことが大切です。仕事に関してみると、がんが診断された後、3割の人が離職したとの統計があります。しかし、診断直後は体調も気持ちも非常に低下する時期。心や体の症状を緩和することで、復職できたり、新しい仕事を見つける気力が

チームで寄り添い生活再構築の支えに



田口 賀子氏
大阪国際がんセンター
看護部 がん看護専門看護師
放射線外来看護部長

がん専門看護師は専門的な知識、技術を持って様々な気持ちを持ち、様々な治療を受ける患者さんに寄り添い、さらに教育活動や研究活動に携わっています。QOL(生命・生活の質)という言葉がありますが、患者さんは身体的な苦痛や精神的苦痛だけでなく、仕事や家族としての社会的役割や生きがいや価値観などスピリチュアル(心)の面でも苦痛を受けています。こうした4つの「全人的苦痛」に対処するのが緩和ケアです。また、生活を積み木に例えながら、病気や治療、あるいはお金の問題など新しいピースを組み入れながら、生活を再構築する支えにならないければならぬ。副作用で髪が抜けたり髪が薄くなったり、病気が進むこと、生活スタイルや社会的な役割を変えなければならぬことも出てきます。だからこそ、患者さん自身

講演2 「～生活について～『譲れないこと』を守る」

不安、悔しさ共感 共に立ち上がる力に



松本 陽子氏
全国がん患者団体連合会 副理事長

20年前、33歳のときに子宮頸がんが見つかり治療を受けました。医療問題を取らした。それを伝えるアナウンスという仕事を天職だと思いついた。友人の言葉、「怖いと思っ」て治療するより、同じ経験を「これぞ治る」と思ったほうがいい。この一言が力をくれた。私にとって初めての緩和ケアだったように思います。自分自身から立ち上がることを支える緩和ケア。それは仕事や家族、趣味など、心や体の痛みを和らげる医療の両方で成り立つと思います。さまざまな対策が講じられてきた。でも、残念ながら、自分自身でできるようなものはない。思いもよらず、そんな中、治療のために一旦手放した香りの強い化粧品を再び使用したとき、ようやく自分に戻れる。身に着けるものも緩和ケアになり得る経験でした。現在、38団体が加盟する全国がん患者団体連合会で学びの場の提供や政策提言などの活動を行っています。

座長



パネリスト
池永 昌之氏
川畑 英美氏
久保田 陽介氏

「社会とのつながり」生きる支えに

下山 ここでは治療と仕事・生活の両立や、個々の価値観を大切にしながら、緩和ケアを上手に利用する観点で考えたいと思います。川畑 川畑さんは「がん対策推進企業アクション」認定講師として、ご自身の経験を企業の担当者や医療関係者にも伝えていく活動もしています。川畑 約1年前に肺がんが見つかり、左肺の下半分を切除しました。その3年前に離婚。介護の仕事をしてながら3人の子供を育てており、頭の中が真っ白になりました。退院後復職したものの介護職の仕事は負担が大きくなり、半年間、休職療養することになり、その後、退職せざるを得ませんでした。傷病手当金、預貯金切り崩し、保険給付金で生活費をやりくりしましたが、それがいつ底をつきか不安が大きかったです。当時はがん患者の就業支援もなく、そこで罹患者を隠してハローワークに通いました。今はケアマネージャーとして働いています。

ポジティブな意味 誰かと一緒に探そう

池永 人生の中で治療、仕事、家族をどう位置付けるか、話し合えることが緩和ケアでは大切なことではないでしょうか。池永 松本さんや川畑さんは、がんを経験し、経験を周りに伝える活動をしています。お2人のように、がんが診断された中でポジティブな意味を一緒に探そうという方もいます。池永 池永さんや川畑さんは、がんを経験し、経験を周りに伝える活動をしています。お2人のように、がんが診断された中でポジティブな意味を一緒に探そうという方もいます。

ディスカッション 「治療も、仕事も、生活も、あなたにとってどれも大切。～何にこまり、どう解決するか?～」

田口 看護士は病気でなく患者さん自身をみています。だから、病気の治療のこと以外、医師と話し合える方がいることを認識し、相談しやすくなると思います。池永 小さな子供の場面でも、親や家族の変化を敏感に感じ取っています。どんなに小さくても家族の一員として接してよいのではないのでしょうか。高齢の患者さんで相談に来る方が多くあり、「親はこんな風に生きてほしい」といって話をする方がいます。池永 池永さんや川畑さんは、がんを経験し、経験を周りに伝える活動をしています。お2人のように、がんが診断された中でポジティブな意味を一緒に探そうという方もいます。



主催:日本緩和医療学会 後援:大阪府・大阪市、全国がん患者団体連合会、日本がん看護学会、日本がんサポーターケア学会、日本高治療学会、日本緩和医療薬学会、日本サイコロジ学会、日本在宅医療学会、日本在宅医療学会、日本死の臨床研究会、日本プライマリ・ケア連合学会、日本ペインクリニック学会、日本放射線腫瘍学会、日本ホスピス緩和ケア協会、日本ホスピス・在宅ケア研究会、日本麻酔科学会、日本臨床腫瘍学会、日本臨床腫瘍薬学会、日本老年医学会