

5 緩和ケア

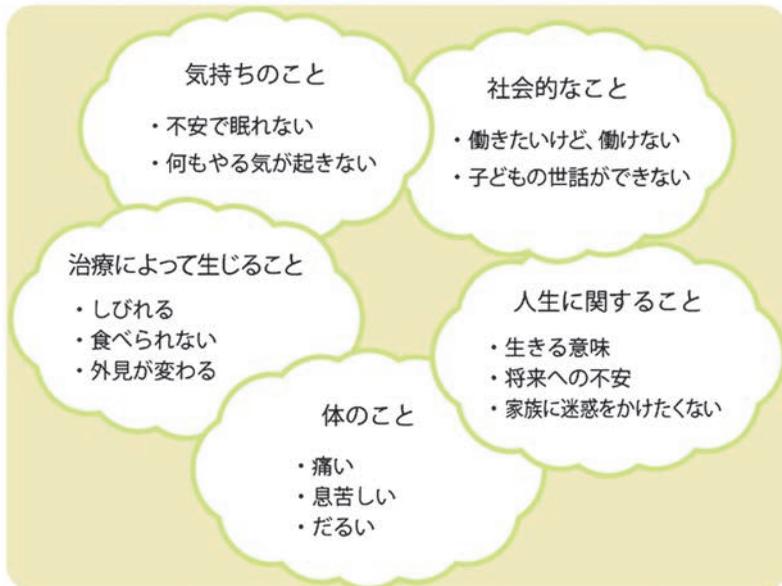
● がんと言われたときから始まる緩和ケア

緩和ケアとは、患者さんやその家族一人ひとりの身体や心などの様々なつらさをやわらげ、より豊かな人生を送ることができるように支えていくケアのことです。

緩和ケアは、がんの治療ができなくなってから始めるものではありません。身体や心などのつらさが大きいと、がんの治療を続けることが難しくなります。そのため、がんと診断されたときから『つらさをやわらげる＝緩和ケア』を始めることが大切です。

また、早い段階から緩和ケアを受けた場合、生活の質（QOL）が改善され予後にも良い影響があるという調査報告もあります。

がんに伴う心と体のつらさの例



出典：国立がん研究センターがん情報サービス『緩和ケア』

●自分らしい生活が続けるためにできること

① あなたのつらさに耳を傾けます

がんと診断されたときには、ひどく落ち込んだり、不安で眠れないこともあるかもしれません。治療の間には食欲がなくなったり、痛みが強いことがあるかもしれません。その不安や、つらさをお聞きし、これからのことや、その中で大切にしていきたいことを一緒に考えていきます。

② あなたが緩和ケアの中心です

治療の主役は患者さん自身です。つらさや痛みをはじめとする身体と心の状態をご自身で把握していただくことが大切です。そして、家族や、担当の医師、看護師、薬剤師などの身近な医療者に自分の気持ちを伝え、どのような治療を受けるのか、どこで緩和ケアを受けるのかを一緒に選ぶことが大切です。そのときには、どのようにしていきたいのかという自分の気持ちを伝えましょう。体調や時期によって、この選択でよかったのだろうかと感じることがあります。そのようなときは、揺らいだ気持ちも遠慮なく伝えていきましょう。あなたの気持ちを大切にもらえるはずですよ。あなたが緩和ケアの中心なのです。

●緩和ケアを支えるチーム

●さまざまな専門職からなるチームが支えてくれます

さまざまな専門分野の人がチーム『緩和ケアチーム』となって患者さんご家族を支援します。

さまざまな専門職からなるチーム（緩和ケアチーム）の例



出典：国立がん研究センターがん情報サービス『緩和ケア』

●緩和ケアを受ける場

- 緩和ケアを受ける場は、大きく①通院、②入院、③在宅療養に分けられます

がん治療を行っているときや、行っていないときでも、患者さんが一番過ごしたい場所で過ごせることは、とても大切なことであると考えています。緩和ケアは、全国のがん診療連携拠点病院であればどこでも受けることができます。病院では、通院でも入院でも受けることができます。また、自宅でも受けることができます。がん診療連携拠点病院以外の病院でも受けることができる場合があります。

緩和ケアを受ける場



出典：国立がん研究センターがん情報サービス『緩和ケア』

● 家族への緩和ケア

- 緩和ケアは、ご本人だけではなく、
家族のつらさも和らげます

がんになると、家族も大きなショックを受けます。家族は、「本人はもっとつらいのだから」と気持ちを抑えてしまうことも少なくありません。その一方で、日常生活も維持していく必要があります。そのため、家族も心のつらさをはじめとしたさまざまな負担を抱えることから、「第二の患者」といわれることもあります。

緩和ケアは患者本人だけでなく、家族に対しても行われ、さまざまな医療者がチームを組んで支援してくれます。家族が、担当の医師や看護師、その他の医療者に自分のつらさや困りごとを相談しても構いません。

家族が自分自身の気持ちや体をいたわり、生活を大切にすることは、ご本人を支えることにもつながります。困難な状況で周囲の力を借りることは大切です。

地域のがん診療連携拠点病院のがん相談支援センターでは、緩和ケアに関する情報を得ることができ、家族も無料で相談することができます。

* 『熊本県在宅緩和ケア MAP』

県内の対応医療機関を調べることができます。

熊本県緩和ケアマップ 検索

URL : <http://www.kuh.kumamoto-u.ac.jp/cmc/zkmap/data/>

●熊本市内の緩和ケア病床と緩和ケア病棟

	医療機関	病床数	相談窓口	住所	電話番号
緩和ケア病床	熊本大学病院	緊急病床 1床	緩和ケア センター	熊本市中央区本荘 1-1-1	096-373-5637
緩和ケア病棟*	熊本地域医療 センター	14床	地域医療 連携室	熊本市中央区本荘 5-16-10	096-363-3311
	桜十字熊本東病院	13床	地域連携室	熊本市東区三郎 1-12-25	096-383-5555
	鶴田病院	20床	地域連携・相 談支援センター	熊本市東区保田窪 本町10-112	096-382-0500
	イエズスの 聖心病院	37床	地域連携室	熊本市西区上熊本 2-11-24	096-352-7181
	朝日野総合病院	25床	地域医療 連携室	熊本市北区室園町 12-10	096-344-3000
	御幸病院	20床	地域医療 連携室	熊本市南区御幸笛田 6-7-40	096-378-1166
	桜十字病院	25床	地域連携室	熊本市南区御幸木部 1-1-1	096-378-1111
	くまもと森都 総合病院	15床	地域医療 連携室	熊本市中央区大江 3-2-65	096-364-6000
	大腸肛門病センター 高野病院	20床	医療福祉課	熊本市中央区大江 3-2-55	096-320-6500
	熊本第一病院	19床	地域連携室	熊本市南区田迎町 田井島224	096-370-7333
	人吉医療センター	30床	相談支援 センター	人吉市老神町35	0966-22-2191
	阿蘇温泉病院	14床	医療福祉 相談室	阿蘇市内牧1153-1	0967-32-5250
	山鹿市民 医療センター	13床	がん相談支 援センター	山鹿市山鹿511	0968-44-2185
	合志第一病院	27床	地域連携室	合志市御代志812-2	096-242-2745
	熊本南病院	16床	地域医療 連携室	宇城市松橋町豊福 2338	0964-32-0826
多良木病院	10床	医療社会 事業課	球磨郡多良木町大字 多良木4210	0966-42-2665	

*緩和ケア病棟は『緩和ケア病棟入院料の施設基準』を満たした病棟です