



# あ さ の は

【基本理念】私たちは命と健康に向き合うことを医療の原点とします。

長岡赤十字病院

長岡市千秋2丁目297-1

電話 0258-28-3600

ホームページアドレス

<http://www.nagaoka.jrc.or.jp/>

## 緩和ケア外来の紹介 ～がんと診断された時から緩和ケアを～

がん相談支援センター看護師長 白井 直美

緩和ケアというと、抗がん剤や放射線治療が終了になった、がんの終末期に受けるものと誤解されている方も多いようですが、緩和ケアとは、がんと診断された時からがんの治療中、治療を終えられた方など、すべての段階で必要とされているケアです。からだや心、生活上のつらさが大きいと、体力を消耗しやすくなり、がんの治療を続けることが難しくなります。がんと診断され「どうがんと向き合うのか」、治療中・治療後経過観察の時に「治療と生活をどのように両立できるのか」、治療の効果が乏しくなった時に「人生の最期の時をどんなふうに過ごしていくのか・人生をどうしめくくるのか」、それぞれの段階で『自分らしくがんと向き合っていくこと』を一緒に考えていくことが緩和ケアです。

### 緩和ケアは誰ができるのか

誰もが「がんと診断された時から」緩和ケアを受けられるよう、手術や抗がん剤、放射線治療などのがん治療を行う医師は「緩和ケア研修」を受けることが厚生労働省より定められています。それらの医師は医療用麻薬をはじめとした患者さんの症状を緩和するための基本的な薬剤の処方や技術を習得しています。

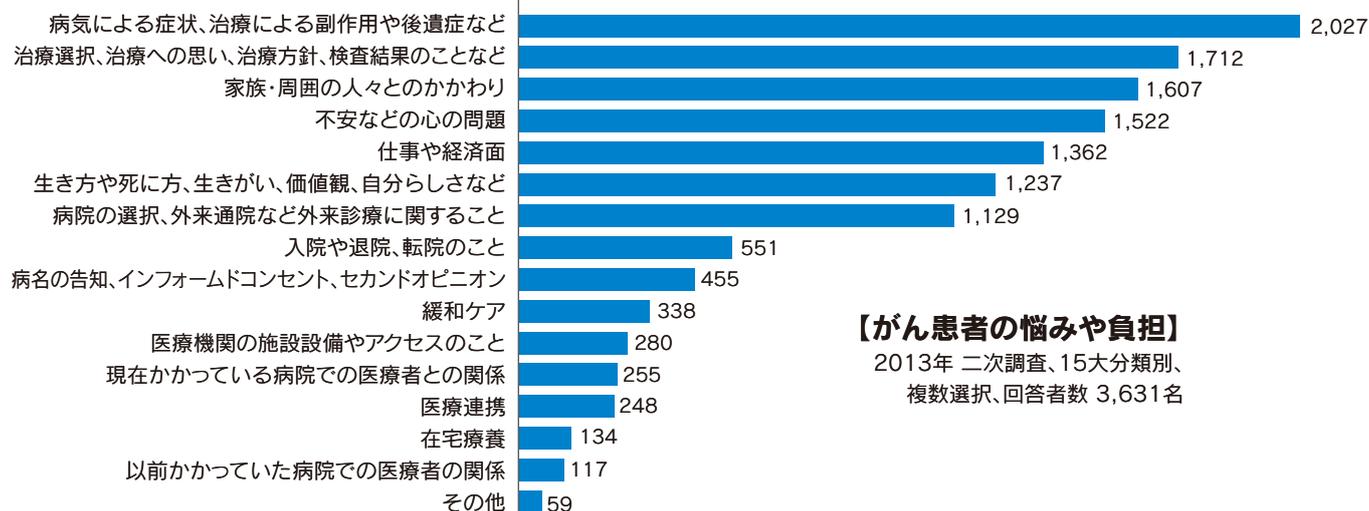
一方で、担当の医師・看護師らによる通常の診療・ケアで患者さんの苦痛を緩和することの困難も存在します。そのような場合は、緩和ケアの専門家が対応し、これを「専門的緩和ケア」と呼びます。専門的緩和ケアを外来で行う場所が「緩和ケア外来」です。

### 緩和ケア外来ではどのようなことができるのか

がんや治療に伴うからだや心のつらさをうかがいながら、それらが和らぐように薬剤の調整や生活上の工夫などを相談し、がん治療を受けながら、自分らしい生活ができる方法を一緒に考えます。また、がんが進行し、がん治療自体が体に負担となり治療を終えられた方には、今後どのように過ごしたいのか、ご本人、ご家族等と一緒に考え、実現できるよう支援しています。

ゆっくり患者さんのお話を聴きながら治療計画を立てていくことが大切になりますので、お一人につき30分の診察時間を準備しております。

治療担当の医師や看護師と連携しながら「がんと診断されても、その人らしい生活が送れるように支援する」それが緩和ケア外来の目標です。受診希望の方は主治医や周りのスタッフにご相談ください。



### 【がん患者の悩みや負担】

2013年 二次調査、15大分類、  
複数選択、回答者数 3,631名

# がんに関する様々な困りごとは がん相談支援センターにご相談ください



がん相談支援センターは、がん診療連携拠点病院などに設置することが義務付けられています。

当院の相談員は、国が指定した専門の研修を修了した看護師が担当しています。

「がんではないかと心配している」、「がんと診断され治療法を選択しなければならない」、「治療の副作用や後遺症で悩んでいる」、「治療費が高額で困っている」など、ご本人やご家族は、様々な悩みや心配事をおかしています。

生活のことや、治療や療養に伴う疑問や不安を誰かに話すことには抵抗があるかもしれません。また、相談した内容が他者に知られてしまうことへの心配もあるかもしれません。

しかし、ご相談いただいた内容が、あなたの同意なしに他者に知られることはありません。また、匿名でのご相談も可能です。

「相談をすると、担当医の先生がよく思わないのでは」と心配される方もいらっしゃいます。そんなときは、そのご不安を含めて、相談員にお話しください。そのお気持ちに配慮をしながら、対応させていただきます。

相談は、平日9:00～16:00まで、予約を頂くとお待たせしないで相談いただけます。

このほか、患者さん同士が話し合える「ほほえみサロン千秋」、ハローワーク就職支援担当者による出張相談なども行っています。



## 患者会からのお知らせ

がん患者サロン「ほほえみサロン千秋」は9月4日から再開予定です  
(毎月第1金曜日 14:00～)

新型コロナウイルスの感染状況により変更する可能性があります。  
詳しくは当院ホームページのお知らせをご覧ください。



## お礼

新型コロナウイルス感染症への対応につきまして、当院へのご理解ご協力をいただき、厚くお礼申し上げます。また、市内施設のブルーライトアップをはじめ、県内外の企業や団体・個人の方々よりご寄付、マスクやフェイスシールドなどの医療資材のご寄贈、お菓子や飲料の差し入れ、お手紙など、激励やご支援を多数いただき、心より感謝いたします。

これからも地域の皆様方の信頼と期待にお応えできますよう職員一丸となって努めてまいります。

