

## 7 悩みや負担の分析例

---

以下に、今回得られたデータを、さまざまな角度から分析した4つの例を示す。

### (1) 大分類別

#### ① 1位「不安などの心の問題」(14 ページ表 4-1 参照)

大分類「不安などの心の問題」は、全体のうち 12,624 件、48.6%で、悩み全体件数の半分近くを占めている。

中分類「不安」の中で一番多いのは、小分類「再発・転移の不安 (4,033 件)」であり、続いて「将来に対する漠然とした不安 (3,087 件)」である。後者には、細分類として「治療効果・治療期間に対する不安 (304 件)」、「治るのか、完治するのか (438 件)」、「副作用・後遺症が出るかもしれない (427 件)」などが含まれている。

中分類「意識化」の中では、小分類「死を意識 (2,177 件)」が多く、細分類として「いつまで生きられるか」、「がんイコール死」、「死の恐怖」などが含まれている。小分類「がんを意識 (606 件)」では、細分類「体調の悪さをがんと結びつける」、「同病者に自分を重ね合わせての不安」などがある。

中分類「さまざまな思い」の中では、小分類「精神的動揺・絶望感 (2,116 件)」が多く、細分類として、「ショック (強い衝撃、頭が真っ白)」、「なぜ自分が (という思い)」、「恐怖」、「絶望・挫折 (もうだめだ、治療しても無駄だ、目の前が真っ暗)」などのほか、精神的な衝撃から「不眠・食欲不振」になる等もあげられている。また、この精神的な動揺が一時期では落ち着かず、小分類「精神的な不安定感が持続する (561 件)」場合もある。

大分類「不安などの心の問題」を、三つの時点に分けて分析すると、「診断された頃」6,417 件、「診断から現在に至るまで」2,940 件、「現在」3,267 件となる。いずれの時点でも、第 1 位であるが、その数は、あとの時点になるにつれ減少する。

データを小分類で分け、経時的な変化をみたのが補遺 2「小分類による悩みや負担上位 20 位」であるが、その内容についても変化が生まれ、「診断された頃」では、がんという言葉に付与されたマイナスイメージに基づく不安や、そのマイナスイメージからくる不安定 (どういうふうになるのか、わからない)、将来への不安などが上位である (小分類「将来に対する漠然とした不安」、「精神的動揺・絶望感」、「死を意識」など)。その後の経過の中で、「将来に対する漠然とした不安 : 1,915 件→603 件→569 件」、「精神的動揺・絶望感 : 1,736 件→300 件→80 件」、「死を意識 : 1,674 件→287 件→216 件」と減少し、かわって、診断時は 4 位の「再発・転移の不安」が、件数で 663 件→1,304 件→2,066 件と増加し、「診断から現在に至るまで」、「現在」ともに 1 位になる。

なお、小分類「持続する精神的な不安定感 : 249 件→196 件→116 件」は、細分類「気持ちの落ち込み」や「気持ちが常に不安定」、「気力の喪失」、「感情のコントロールができない」などを含み、件数は少ないが、がん罹患後の時系列にかかわらず、精神的に不安定な状態を悩み

とするがん患者が一定数存在していることを示している。

## ② 2位「症状・副作用・後遺症」(14 ページ表 4-1 参照)

大分類「症状・副作用・後遺症」は、3,915 件で全体の 15.1%を占める。

その内容は、抗がん剤治療や手術、放射線治療などの治療方法や臓器によって異なり、さまざまな悩みがあげられている。

また、症状や後遺症そのもので悩むだけではなく、症状、後遺症、機能障害等によって引き起こされる日常生活行動（食事・排泄・睡眠・家事など）や性生活などへの影響も多くの悩みにつながっている。

さらに、その結果、症状や後遺症が強いストレスとなったり、周囲への気づかみや抵抗感から、外出しなくなったり、近隣や友人との付き合いが疎遠になったりするなど、精神面や社会生活へ影響を与えているものも多い。

## ③ 3位「家族・周囲の人との関係」(14 ページ表 4-1 参照)

大分類「家族・周囲の人との関係」は、2,922 件で全体の 11.3%を占める。

中分類「家族との関係 (2,358 件)」の内容は、小分類「子供に対する気がかり (470 件)」や「子供との関係 (240 件)」であり、細分類では、「子供に遺伝するのではないか」、「子供の世話が十分できない」、「子供の心身への影響」などのように親としての役割や思いに関係する悩みがあげられている。また、小分類「配偶者との関係 (323 件)」をみると、細分類「配偶者を残して旅立つこと」、「高齢・病気の配偶者が気がかり」、「配偶者の将来が心配」、「配偶者に申し訳ない」など配偶者への気づかひが感じられる一方で、小分類「配偶者との関係で困っていること (189 件)」をみると、細分類「夫婦そろっての病」のように現実的な問題や細分類「夫婦関係 (セクシュアリティ)」、「キーパーソンである配偶者に支援を求められない」、「配偶者が無理解」など夫婦間の気持ちのすれ違いが読み取れる。

## ④ 4位「就労・経済的負担」(14 ページ表 4-1 参照)

大分類「就労・経済的負担」は、2,055 件で全体の 7.9%を占める。

中分類「経済的な問題」のうち、小分類では「医療費 (506 件)」が多く、続いて「経済面における今後の生活への不安 (255 件)」である。

中分類「仕事に関する問題」では、小分類「仕事復帰・継続への不安 (575 件)」や小分類「がん罹患による仕事への影響 (336 件)」などがあげられている。件数は少ないが、小分類「リストラ (32 件)」の悩みもみられる。また、直接仕事に関わることではないが、職場でがんを理解してもらえないなどを表す小分類「職場での人間関係 (60 件)」の悩みがある。

## ⑤ 5位「診断・治療」(14 ページ表 4-1 参照)

大分類「診断・治療」は、1,738 件で全体の 6.7%を占める。

中分類「治療」では、手術や他の治療を受けること自体への心配が多い（細分類「どんな治療をするのが不安(107 件)」、「手術への不安・恐怖 (327 件)」。また、小分類「治療法の選択」では、治療選択の迷いや治療選択における知識・情報不足などの悩みがある。

## ⑥ 6位「生き方・生きがい・価値観」(14 ページ表 4-1 参照)

大分類「生き方・生きがい・価値観」は、1,140 件で全体の 4.4%を占める。

中分類「生き方」の小分類「がん罹患後の生き方(360 件)」では、これからの生き方や自分の今後の生活などへの問いや迷い、悩みなどがある。

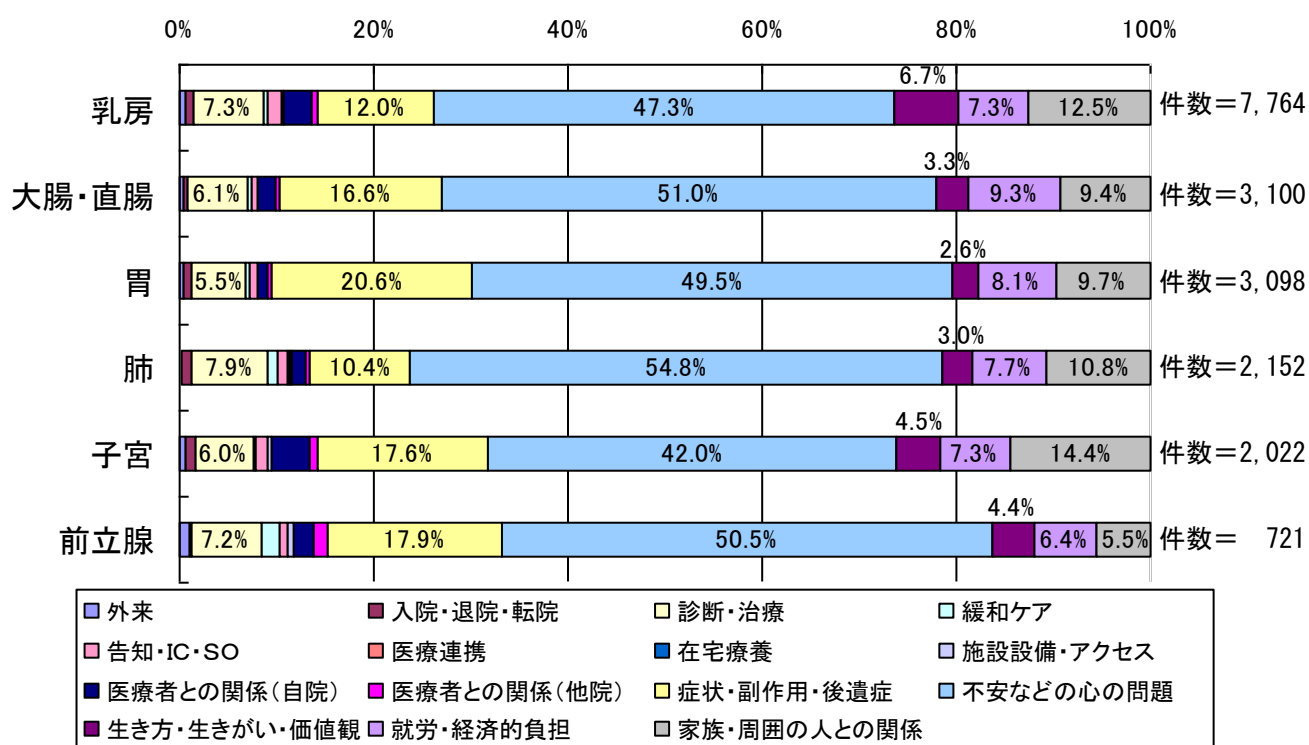
中分類「自分らしさ」では、外見の変化の辛さなどを表す小分類「外見の変化(380 件)」や性の維持に関する自分らしさの揺らぎなどの小分類「女性性・男性性の意識・変化(116 件)」があげられているほか、小分類「自分に対する認識の変化(75 件)」の悩みもある。

## (2) がんの種類別

今回の調査における原発部位は、多い方から「乳房」1,904 人、「大腸・直腸」1,055 人、「胃」1,046 人、「肺」749 人、「子宮」498 人、「前立腺」302 人の順となる。

回答者数の多いこれらの部位について取り上げ、その悩みや負担を大分類で表したものが図 7-1 である。

図 7-1 がんの種類別による悩みや負担の件数



各がんとも、大分類の第1位は「不安などの心の問題」、第2位が「症状・副作用・後遺症」である。

大分類「不安などの心の問題」は、がんの種類に限らず共通なものが多いが、大分類「症状・副作用・後遺症」は、がんの種類によって、特徴が出る悩みである。この点を明確にするため、表 7-1 には、6 種類のがんについて、大分類「症状・副作用・後遺症」に含まれる細分類の項目を、件数の多い順番に表してみた。

表 7-1 がんの種類別「症状・副作用・後遺症」の細分類による上位 10 位

	乳房	大腸・直腸	胃	肺	子宮	前立腺
1	抗がん剤による脱毛	下痢・頻便・便失禁	胃切により食事が十分に食べられない	治療後の体力低下・体力回復	リンパ浮腫によるむくみ	尿失禁
2	抗がん剤による他の症状（貧血等）	便秘	胃切後に体重が増えない、体重減少	持続する術後後遺症（痛み・肩こり）	抗がん剤による脱毛	頻尿
3	持続する術後後遺症（痛み・肩こり）	治療後の体力低下・体力回復	治療後の体力低下・体力回復	他の持続する術後後遺症	（リンパ浮腫）日常生活における肉体的・精神的揺らぎ	性機能障害により性交不能、性欲がない
4	リンパ浮腫によるむくみ	排便障害による頻回なトイレで外出時、仕事中落ち着かない	胃切による食事に関するその他の影響	抗がん剤による脱毛	放射線の副作用による他の症状	その他の持続する症状
5	他の持続する術後後遺症	人工肛門の取扱い	下痢・頻便・便失禁	（持続する症状）痛み	尿失禁	排尿障害による頻回なトイレで睡眠不足
6	抗がん剤による吐き気	罹患前の状態に戻れるか	胃切による食後のダンピング症状	その他の持続する症状	（ホルモンバランスの変化）臓器摘出等による更年期症状	ホルモン治療等による体重増加
7	治療後の体力低下・体力回復	抗がん剤による他の症状（貧血等）	胃切手術後の回復	抗がん剤による他の症状（貧血等）	治療後の体力低下・体力回復	治療後の体力低下・体力回復
8	（ホルモンバランスの変化）臓器摘出等による更年期症状	持続する術後後遺症（痛み・肩こり）	胃切により食事がつまる	抗がん剤による吐き気	抗がん剤による吐き気	便秘
9	（持続する症状）痛み	他の持続する術後後遺症	便秘	歩くとき目まいや息苦しさ	抗がん剤による他の症状（貧血等）	罹患前の状態に戻れるか
10	罹患前の状態に戻れるか	その他の持続する症状	胃切による日常生活に関する悩み	体を動かすと息苦しい	他の持続する術後後遺症	抗がん剤による他の症状（貧血等）

乳がんでは、抗がん剤の副作用やリンパ浮腫が上位を占める。

大腸・直腸がんでは、便通異常、体力低下、人工肛門が多くの訴えの原因になっている。

胃がんでは、胃切除手術後の後遺症、体力低下が主たる悩みである。

肺がんは、再発例が多いためか、手術による後遺症とともに、体力の低下や抗がん剤の副作用が上位を占めている。

子宮がんでは、リンパ浮腫、抗がん剤や放射線治療の副作用、術後の後遺症である尿失禁などが主要な悩みである。

前立腺がんでは、手術後の排尿障害とともに、性生活に関わる問題やホルモン療法の副作用が前面にたっている。

このように、「症状・副作用・後遺症」は、がんの種類によって、大きな差があるが、この「がんの悩みデータベース」では、個々のがんについての悩みを分析し、その解決策を探るための重要な情報源となる。

以下に、個々のがんについての悩みについて、さらに分析を進めた結果とそこから得られた特徴について、まとめてみる。

### ① 乳房（回答者：1,904名、7,764件）

大分類第1位の「不安などの心の問題」の中で、中分類1位の「不安」のうち、小分類「再発・転移の不安」は、三時点合わせると1,266件で「乳房」の悩みの16.4%を占め、三時点の時間経過では227件→409件→630件と増加している。

大分類第2位の「症状・副作用・後遺症」のうち、中分類1位「治療による副作用」の小分類をみると、脱毛などの「抗がん剤治療の副作用」、痛み・肩こり、腕があがらないなどの「その他の術後後遺症」、放射線による皮膚症状など「放射線による副作用の症状」が上位にあがっている。

大分類第3位の「家族・周囲の人との関係」は、969件で「乳房」の悩みの12.5%を占めるが、中分類「家族との関係」のうち、小分類「子供に対する気がかり」、「家族全体との関係」、「子供との関係」が上位にあり、母親として、家族内での主婦としての役割や思いに悩む傾向がある。

### ② 大腸・直腸（回答者1,055名、3,100件）

大分類第2位の「症状・副作用・後遺症」は、516件で「大腸・直腸」の悩みの16.6%を占める。この内容を小分類の上位から順にみていくと、便秘、下痢・頻便を表す「排便障害による症状（109件）」、吐き気などの「抗がん剤治療に副作用の症状（53件）」、行動の制限などの「人工肛門による日常生活への影響（44件）」である。なお、大腸・直腸では、がんができた部位や進行の状態によって、手術の範囲や術式が異なったり、手術に化学療法や放射線治療を組み合わせる治療をすることがあり（他部位でも行う治療である）、これらによって起こりうる症状が異なったり、症状の程度も変わってくる。

また、機能温存や生活の質を下げないための手術方法の検討が進んできているが、人工肛門

造設の有無にかかわらず手術による排便障害や、抗がん剤治療の副作用など、悩みや負担は治療によって異なっている。さらに、排便障害や人工肛門造設などは、症状や処置だけではなく、日常生活の行動にも影響を及ぼし、小分類「排便障害による日常生活への影響（35件）」では、細分類「頻回なトイレで外出時、仕事中落ち着かない」、「排便障害での下着汚染」、「人前にでると気をつかう」、「頻回なトイレで睡眠不足」、「過度な頻便で外出できない」など日常的に悩みが存在していることがわかる。

### ③ 胃（回答者：1,046名、3,098件）

大分類第2位の「症状・副作用・後遺症」は、639件で「胃」の悩みの20.6%を占める。この内容を多い順にみていくと、食事が十分に食べられないなどの小分類「胃切による食事への影響（203件）」、体重が増えないなどの小分類「胃切後の影響（98件）」、治療後の体力低下などを表す小分類「治療後の生活・健康管理（95件）」がある。

生活の質を下げないために、できるだけからだに負担の少ない治療（内視鏡的切除や手術方法の検討など）が行われているが、病気の状況によっては、胃切除を余儀なくされる場合が生じる。胃を切除した人の多くが、食事に関する悩みと、体重の減少や体力低下の悩みを抱えていることがわかる。

### ④ 肺（回答者：749名、2,152件）

大分類第1位の「不安などの心の問題」は、1,180件で「肺」の悩みの54.8%を占め、ここで取り上げた臓器の中では一番割合が高い。このうち、中分類「意識化」では、細分類として「いつまで生きられるのか」、「がんイコール死」、「体調の悪さをがんと結びつける」、「同病者に自分を重ね合わせての不安」などが多く含まれ、また、中分類「さまざまな思い」では、細分類「自分自身の中で治療の効果に確信が持てない」、「気持ちの落ち込み」、「知識不足による不安」、「気持ちが常に不安定」などがあがっている。

### ⑤ 子宮（回答者：498名、2,022件）

大分類第2位の「症状・副作用・後遺症」の小分類をみると、リンパ浮腫や排尿障害に関する悩みが上位にある。リンパ浮腫は放射線治療が行われた場合に発生することが多いが、関連する項目としては、むくみ、圧迫感、だるさといった小分類「リンパ浮腫の症状」や外出・仕事・家事が困難、洋服選択の制限などの小分類「リンパ浮腫による日常生活への影響」がある。なお、小分類「リンパ浮腫による日常生活への影響」には、リンパ浮腫そのものが、気持ちの揺らぎ（否認・悲嘆・マイナス思考）の誘因となっているケースも含まれている。また、小分類「排尿障害による症状」では、細分類「尿失禁」の悩みがみられる。

大分類第3位の「家族・周囲の人との関係」は、292件で「子宮」の悩みの14.4%を占め、このうち、中分類「家族との関係」は247件である。「乳房」の場合と同様、母親として、家族内での主婦としての役割や思いに悩む傾向があるとともに、配偶者との関係に関連する悩みとして、細分類「配偶者に申し訳ない」、「夫婦関係（セクシュアリティ）」、「キーパーソンである配偶者に支援が求められない」、「配偶者が無理解」などがみられる。

## ⑥ 前立腺（回答者：302名、721件）

大分類第2位の「症状・副作用・後遺症」は、129件で「前立腺」の悩みの17.9%を占める。さらにこの内容をみると、頻尿、尿失禁といった小分類「排尿障害による症状（43件）」、ホルモン治療等による体重増加、ホルモン治療等による発汗・のぼせなどを表す小分類「ホルモンバランスの変化による症状（11件）」、性機能障害により性交不能、性欲がない、射精障害などの小分類「性機能障害による症状（8件）」があがっている。

また、大分類「生き方・生きがい・価値観（32件）」のうち、中分類「自分らしさ（10件）」の項目をみると、数は非常に少ないが、細分類「男性性の維持に関する自分らしさの揺らぎ」、「男性性の喪失・変化」といった悩みがみられる。

## （3）再発・転移の有無

図 7-2 再発・転移の有無による悩みや負担の件数（三時点計）

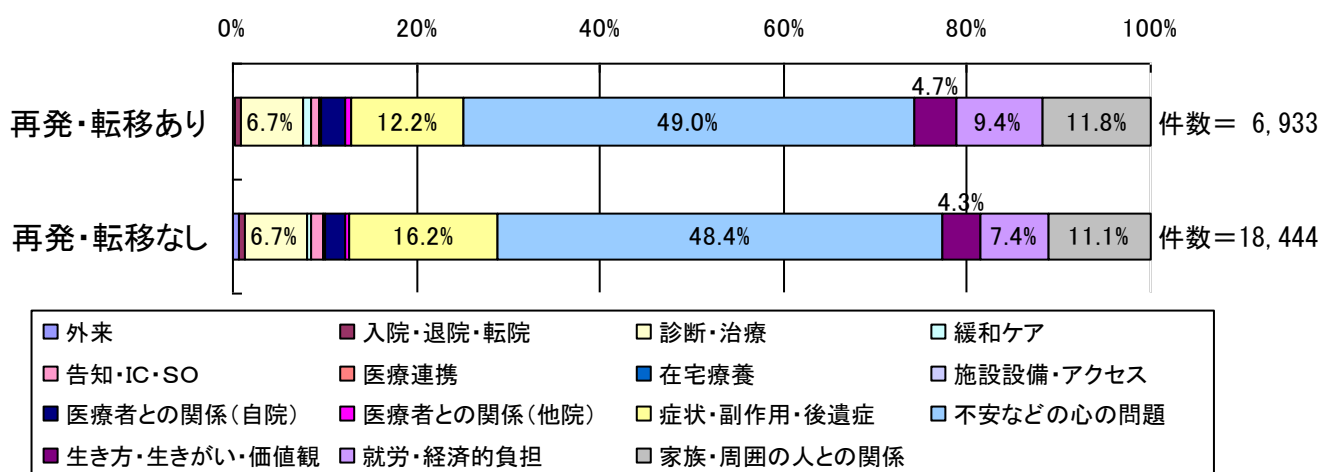
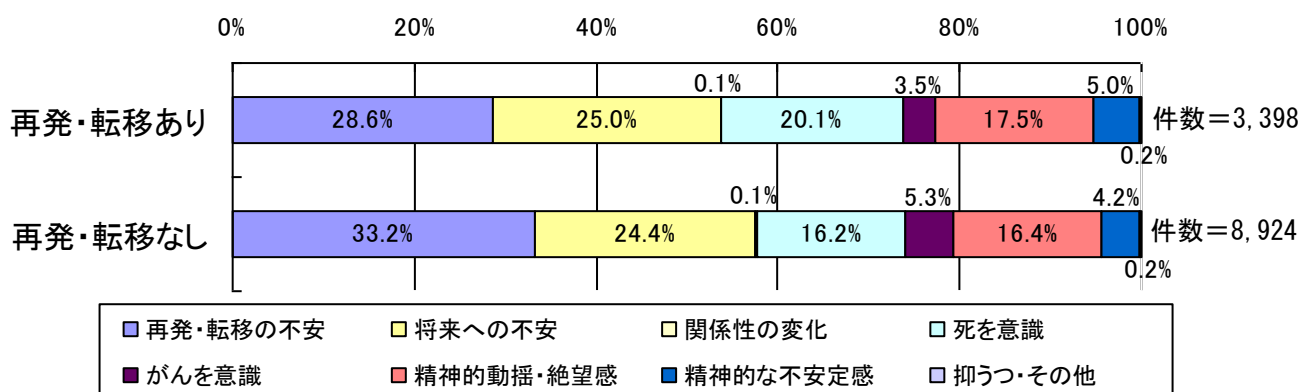


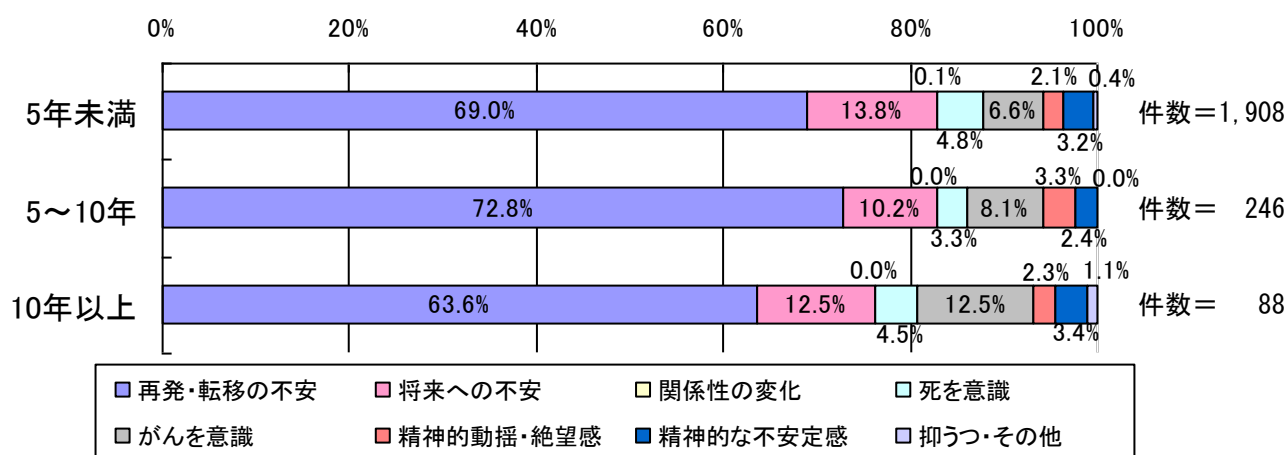
図 7-2 は、再発・転移ありと答えた 1,852 人が記入した悩みや負担 6,933 件と、再発・転移なしと答えた 5,744 人の悩みや負担 18,444 件を大分類で表したものである。大分類「不安などの心の問題」は、「再発・転移あり」3,398 件、49.0%、「再発・転移なし」8,924 件、48.4%で、ほぼ同じ割合である。

図 7-3 再発・転移の有無による「不安などの心の問題」(三時点計)



次に、大分類「不安などの心の問題」の内訳を中分類で表した図 7-3 によれば、その傾向には大きな差はなく、とくに、小分類第 1 位の「再発・転移の不安」は、「再発・転移あり」と「再発・転移なし」の両群で大きな差がない。このデータでは、「再発・転移なし」の群には、治療後間もない例もたくさん含まれているので、この群の患者が「再発・転移の不安」を持っていることには不思議はない。

図 7-4 再発・転移なしの経過年数による「不安などの心の問題」(現在)



ところが、図 7-4 では、「再発・転移なし」の群について、三つの時期のうち「現在」だけに限ると、診断後の経過年数が 5 年未満でも、5 年以上 10 年未満でも、さらに、10 年以上でも、小分類「再発・転移の不安」の占める割合には差がないことが示されている。言い換えれば、「再発・転移なし」に診断後、5~10 年以上経過した、臨床的には治癒した可能性が高いがん体験者も、診断後 5 年未満のがん患者と、ほぼ同じ程度に再発・転移の不安を抱えて生活していることがわかる。この理由の一つとしては、これらの患者が、診断後、5~10 年を再発・転移なしで過ごせば、ほぼ治癒と見なされるという事実を、医師から正しく伝えられていない可能性が考えられ、患者への情報提供の不十分さによって生みだされた、本来、不必要な不安が多いのではないかと推測される。



## (4) 性別

有効回答者数 7,837 人のうち、男性は 3,531 人、女性は 4,220 人である。悩みや負担の自由回答欄への無回答者は、男性 873 人、女性 606 人となっている。

自由回答欄から分類表に基づいて抽出した悩みや負担の件数は、男性が 9,583 件、女性が 16,074 件で、回答者 1 人当たりでは男性 3.6 件、女性 4.4 件と、女性の方が多くの悩みを記載している。

図 7-5 性別による悩みや負担の件数

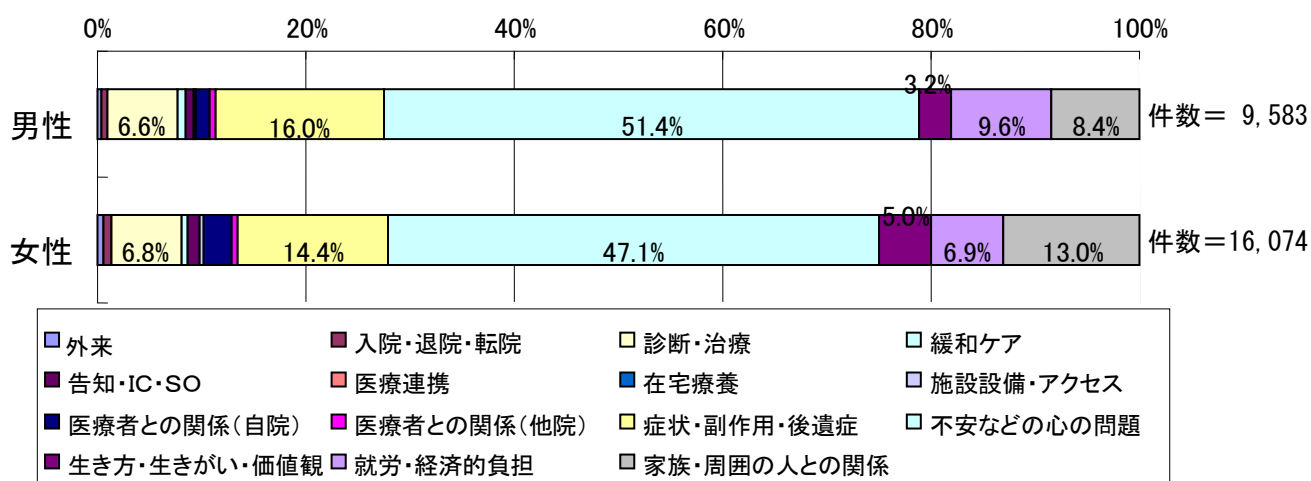


図 7-5 は、性別による悩みや負担の状態を大分類で表したものである。

男女別での悩みや負担の状況をみていくと、以下のような特徴がみられる。

### ① 男女とも「不安などの心の問題」が、ほぼ半数を占め第 1 位となっている。

男性の 4,923 件、女性の 7,572 件が大分類「不安などの心の問題」に関する悩みや負担であり、悩みや負担の件数の約 5 割である。

### ② 「家族・周囲の人との関係」に関する悩みや負担は、女性の方が多い。

大分類「家族・周囲の人との関係」の悩みの件数は、女性の方が多い。なかでも、中分類「家族との関係」のうち、配偶者に関する 2 項目（男性 154 件：1.6%、女性 351 件：2.2%）、子供に関する 2 項目（男性 97 件：1.0%、女性 606 件：3.8%）にその傾向が強い。

### ③ 女性の方が「自分らしさ」に関する悩みを抱えている人が多い。

大分類「生き方・生きがい・価値観」のうち、中分類「自分らしさ」（男性 38 件：0.4%、女性 518 件：3.2%）をみると、女性の方が悩む傾向がうかがえる。女性は、外見の変化や女性としての自分らしさに悩んでいる。