

# 知りたい!

# 聞きたい!

# がん医療

主催/静岡新聞社・静岡放送 共催/県立静岡がんセンター、三島市、長泉町、裾野市、函南町、清水町、三島市民文化会館 特別協賛/スルガ銀行

静岡がんセンター公開講座2022「知りたい!聞きたい!がん医療」(静岡新聞社・静岡放送主催、県立静岡がんセンター、三島市、長泉町、裾野市、函南町、清水町、三島市民文化会館共催、スルガ銀行特別協賛)の第1回配信(事前登録制)がこのほど行われました。第1回は県立静岡がんセンターの山口建総長が「がん講座～患者・家族への応援歌～」、同センター患者家族支援センター長の遠藤久美氏が「がんの治療や療養生活で困ったときには?」と題し、それぞれの講演をネット配信しました。その概要をまとめました。

(企画・制作/静岡新聞社地域ビジネス推進局)



県立静岡がんセンター 総長

やまぐち けん  
**山口 建 氏**

1974年慶応大医学部卒。99年国立がんセンター(現国立がん研究センター)研究所副所長。2002年から現職。内閣府ゲノム医療協議会構成員、厚生科学審議会科学技術部会委員。研究領域は乳がん治療、腫瘍マーカー、ゲノム医療、がんの社会学。

## がん講座 ～患者・家族への応援歌～

### 三大がんセンターの一角

本県の医療健康産業活性化を目指す「ファルマバレープロジェクト」の中核施設として当院は2002年に開設され、今年20周年を迎えました。最先端医療技術の導入とともに、包括的患者家族支援体制の整備を進め、今ではわが国の「三大がんセンター」の一角を担うまでに成長しました。本日は患者さんご家族にとって必要な四つの取り組みをお話しします。

まず一つ目は「高度がん医療機関の整備」です。わが国では「がん診療連携拠点病院」を定め、当院や約

400の病院が拠点病院に指定されています。その中で年間5000名以上の新規の患者さんを診ている施設が三つ。これが三大がんセンターといわれる、国立がん研究センター、がん研有明病院、そして当院です。

現在のがん治療は、患者さんの負担をなるべく抑えたい形で進んでいます。手術では、内視鏡手術やロボット支援手術など、体に負担の少ない低侵襲性手術を多く実施しています。放射線治療も、高精度の放射線治療や、ピンポイントで患部を狙う陽子線治療を行っています。

薬物治療では、分子標

の時、つらさを和らげ寄り添う役目を果たすのが、患者・家族支援体制です。当院では、初診時に、患者さんの「診療上の悩み」「身体の苦痛」「心の苦痛」「暮らしの負担」の有無をお尋ねしています。そして、必要に応じて、医師、看護師、薬剤師、臨床心理士など各分野のスタッフが「多職種チーム医療」を実践し、患者さんやご家族を丁寧ケアします。診療の悩みに対する「患者家族支援センター」、身体の苦痛には「支持療法センター」、心の苦痛に「緩和ケアセンター」、暮らしの負担には「よろず相談」が主に対応し、年間5万～6万件の相談が寄せられています。

### 情報も積極的に「処方」

三つ目は「情報提供・広報活動」です。当院では薬を処方するように、患者さんに情報を提供する「情報処方」というコンセプトで動いています。治療に必要な情報を盛り込んだ冊子類も発行し、これを院内だけでなくどめず、全国の拠点病院にも配布し、多くの患者さんに喜ばれています。例えば「処方別がん薬物療法説明書」であれば、医師や薬剤師、看護師が説明する副作用や対処法などを読みやすく一冊にまとめています。

さらに当院のウェブサイトに力を入れています。例えば前述の説明書も130冊を掲載し、PDF文書としてダウンロードもできます。このほか、患者さんの悩みに対する「WEB版がんよろず相談」、在宅医療や生活支援に役立つ「静岡県あなただけの街のがんマップ」、冊子を閲覧できる「SURVIVORSHIP.jp」などのページも設けています。

最後に、心に留めていただきたい「幸せ」「優しい」「愛」という三つの文字をお伝えします。患者さんやご家族は多くのつらいことを体験します。ですが「辛い」という字に横棒を一本入れると「幸」という字に変わります。つらくてもささやかな癒やしがあれば、幸せが生まれます。「優」は、憂いを人が支えると書きます。「愛」は、「心」を受け止める」と読めます。どんなに苦しく、困難な時でも、ご家族は患者さんの「心」を、患者さんはご家族の「心」を受け止め、お互いに支え合うことが大切です。

## がんの治療や療養生活で困ったときには?!

### 悩みの種類と対処法

近年のがん治療は日々進歩し、治療の種類や数が増えています。長期間の治療を行いながら療養生活を送る患者さんも少なくありません。日々の暮らしの中で、患者さんやご家族はどのような悩みや負担を感じているのでしょうか。これまでの調査結果から、がん患者さんが抱える悩みや負担は大きく四つに分類されています。本日は、この四つの分類別に対処法を紹介します。まず「診療上の悩み」です。「治療方針が分からない」「再発のショックが強く、医師の説明が頭に入ら



県立静岡がんセンター 患者家族支援センター長

えんどう くみ  
**遠藤 久美 氏**

1990年高知県立高知女子家政学部看護学科卒。99年兵庫県立看護大学院修士課程(がん看護学専攻)修了後、静岡がんセンター開設準備に携わり、開院後は病棟や外来化学療法室などで看護ケアや教育を実践。2017年から副看護部長、20年から現職を兼務。

なかった」「今後どんな治療になるのか」「いくつか治療を提示されても、どれを選ばばいいかわからない」。そんな声が挙がっています。この場合、遠慮せず医師に再度説明を求めてください。できれば1人でなく、信頼できる人と一緒に説明を聞いてください。聞きたい点を事前にメモしたり、説明を書き留めたり、医師に確認して録音することもお勧めです。

当院を含め、がん診療連携拠点病院には、がん相談支援センターや患者家族支援センターのような支援部門が設置されています。その部門の看護師や支援スタ

### 体と心のつらさを支える

二つ目は「患者・家族支援体制の構築」です。がんの告知を行うと、恐怖や不安などの悩みが患者さんとご家族に押し寄せます。こ

な状態が詳しく伝えることで、適切な対処方法を見つけやすくなります。病院によっては、苦痛の症状を緩和させる専門家がいますので相談してください。例えば、痛みなら緩和ケア、吐き気があって食事ができないなら栄養をサポートするケア、口内炎がひどければ、口腔外科の医師や歯科衛生士による口腔ケアなど、さまざまな専門家が患者さんの症状に合わせた対処方法で支援します。

### 医療スタッフに苦痛相談

次は「身体の苦痛」です。がんの症状による苦痛だけでなく、治療の副作用、後遺症による苦しみもあります。この場合、苦痛があることを医療スタッフに伝えるてください。痛みや吐き気、だるさなど、具体的にど

### 一人で抱え込まないで

三つ目は「気持ちのつらさ」です。がんの告知をされた時「なぜ自分が」「この先どうなるのか」などの不安な気持ちはあって当然です。くれぐれも一人で悩みを抱え込まないこと。家族、友人、医療スタッフなど、

た時には保湿クリームを塗ったり、苦痛の症状の程度や回数を観察して記録したりと、患者さんご自身やご家族ができるセルフケアもあります。いずれにしても、決して我慢せず医療スタッフに相談していただくようお願いいたします。

信頼できる人や話せる人にぜひ相談してください。涙が出て構いません。悩みを吐き出すことで、心の整理にもつながります。当院の場合、患者家族支援センターの看護師や、腫瘍精神科医師、心理士が話を伺い、気持ちの整理のお手伝いをしています。希望に応じて、医師の診察時にも同席し「医師の説明は分かりましたか」「今のお気持ち、つらいですよ」と患者さんに寄り添って、不安な気持ちを和らげるようサポートします。

四つ目は「暮らしの負担」です。がん治療を行うにあたり、費用や仕事、介護や育児、ペットの世話など、家庭内の心配も新たに出てきます。準備できることはしておきたいものですが、多くの病院ではメディカルソーシャルワーカーが、「くらしの専門家」として経済面や仕事面、家族の介護など多様な相談に応じてくれます。一人でなんとかしようとせず、遠慮なく窓口にご相談されることをお勧めします。例えば経済面でお困りの場合、医療費が高額になった時に窓口での支払いが自己負担限度額までとな

**【事前登録申し込み方法】** 問い合わせ：TEL 055(962)6520

①郵便番号・住所 ②氏名 ③年齢 ④性別 ⑤職業(学校名) ⑥連絡先 ⑦メールアドレスを明記し、下記の静岡新聞社・静岡放送 東部総局にお申し込みください。1回だけの受講も可。

<はがき> 〒410-8560 (住所不要) 静岡新聞社・静岡放送 東部総局「静岡がんセンター公開講座」係

<FAX> 055-951-1400 <Eメール> toubugyoumu@shizuokaonline.com ※FAXとEメールは件名に「静岡がんセンター公開講座」と記してください。

「限度額適用認定証」の申請など、負担を減らせる制度も提案できます。

さまざま困り事に対処するために、次の三つを心がけてください。まず、困った時は「困っています!」と周囲にアピールしてください。悩みの内容に合った専門家に話が伝わり、解決の糸口が見えてきます。次に、それぞれの相談窓口を把握し、いざというときは遠慮なく訪ねてください。そして医者まかせにせず、積極的に治療に参加する姿勢を持ち続けてください。患者さんやご家族を中心に、私たち医療者を含めた多職種チームとさまざまな困り事を解消しながら前向きにがん治療に立ち向かっていきましょう。

最後に、心に留めていただきたい「幸せ」「優しい」「愛」という三つの文字をお伝えします。患者さんやご家族は多くのつらいことを体験します。ですが「辛い」という字に横棒を一本入れると「幸」という字に変わります。つらくてもささやかな癒やしがあれば、幸せが生まれます。「優」は、憂いを人が支えると書きます。「愛」は、「心」を受け止める」と読めます。どんなに苦しく、困難な時でも、ご家族は患者さんの「心」を、患者さんはご家族の「心」を受け止め、お互いに支え合うことが大切です。

家族は把握してください。会話やメールなど、患者さんと日頃から連絡を取ることをお勧めします。

最後に、心に留めていただきたい「幸せ」「優しい」「愛」という三つの文字をお伝えします。患者さんやご家族は多くのつらいことを体験します。ですが「辛い」という字に横棒を一本入れると「幸」という字に変わります。つらくてもささやかな癒やしがあれば、幸せが生まれます。「優」は、憂いを人が支えると書きます。「愛」は、「心」を受け止める」と読めます。どんなに苦しく、困難な時でも、ご家族は患者さんの「心」を、患者さんはご家族の「心」を受け止め、お互いに支え合うことが大切です。

次回の配信は11月12日(土)予定です。