

いつでも、どこからでも…

がんとわかったときから はじまる緩和ケア



緩和ケアとは、
重い病を抱える患者やその家族一人一人の
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
支えていくケアのことです。

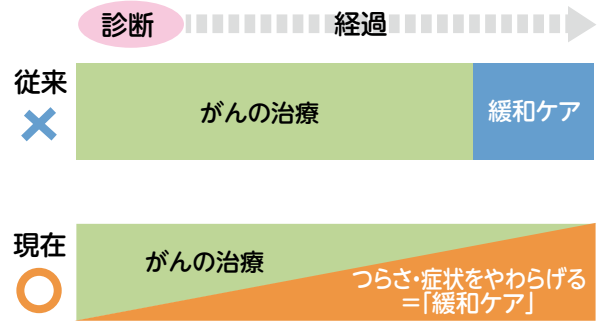
滋賀県立総合病院 緩和ケアセンター

緩和ケアは、がんと診断されたときからはじめます。

緩和ケアは、がんの治療ができなくなってからはじ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、体力を消耗することにより、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
診断され時から「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。

WHO(世界保健機関)の緩和ケアの考え方



1

がんとわかったら…

あなたの“つらさ”に耳を傾けます

がんと診断されて「あたまが真っ白になった」「何も考えられない」「決められない」
方や、「それほどでもないけれど…“つらい”」方も、お一人で悩まず、あなたの“つらさ”
をお伝えください。つらさをやわらげ、今後のことを一緒に考えていきます。

今、どんなことが心配ですか？

診断について

- がんという診断は、もう確定なのでしょう
か(間違いということはないのでしょうか)
- これからまだ検査を受ける必要はあるの
でしょうか(つらい検査を受けなければなら
ないのでしょうか)
- 今後、どのような症状が出てくるのでし
ょうか
また、治る可能性はどのくらいあるの
でしょうか

がん治療にかかる医療費について

- 治療には、どのくらい費用がかかるの
でしょうか
- 治療は健康保険でカバーできるの
でしょうか
また、どこに問い合わせればよいの
でしょうか
- 民間のがん保険で保障される範囲は
どこまででしょうか

これからの生活について

- これまでのような生活を送ることは
できるのでしょうか
- 治療が始まるまで、
日常生活で気をつけることは何
なのでしょう
- 会社にはいつまでに復帰できますか
- 治療中でも仕事を続けることは
できるのでしょうか
- 復帰後も治療を続けなければなら
ないのでしょうか

治療法について

- どのような治療法があるの
でしょうか
- その治療法には
どのような副作用があるの
でしょうか
- 治療法はいつまでに
決めなければならないの
でしょうか
- 生活の中で制限されることは
何かありますか

ご家族について

- 家族に負担をかけることは
ないのでしょうか
- 子どもがまだ幼いですが、
どのように伝えればよい
のでしょうか
- 私のがんは、遺伝的なもので
しょうか
家族ががんになるリスク(可能性)
はあるのでしょうか

そのほかに
気がかりなことは何ですか？

2

医師の説明だけでは治療を決められないとき…

わかりやすい言葉で一緒に考えます

がんの治療は主に手術、放射線、薬物です。
がんの種類や病気の進み具合で、治療法の選択の仕方は異なります。
組み合わせて行うこともしばしばあります。

	特 徴
手術療法	“がん”や“がん”が転移していそうな部分を切り取る治療です。 広い範囲にメスをいれる場合もあります。 入院が必要です。
放射線療法	“がん”に放射線をあてて、“がん”の増大を抑えます。 放射能被ばくとは関係ありません。 外来通院でも行えます。
薬物療法 (抗がん薬など)	決められたスケジュールで点滴をするのが一般的です。 外来通院で行う場合もあります。 病気によっては飲み薬の抗がん薬もあります。

※1つの治療法だけでなく、2つ以上の治療法を組み合わせて行われる場合もあります

※治療のメリット、デメリットについては主治医とよく話し合いましょう

お聞きになりたいことがあれば、個別に相談ください

新薬の治験※に参加することはできるのでしょうか

食事療法はした方がよいのでしょうか

代替療法（サプリメントなど）や民間療法を知人に勧められたのですが、
受けてもよいのでしょうか

※治験:まだ承認されていない新しい薬の安全性や有効性を調べるために行われる臨床試験

セカンドオピニオンを受けることもできます

セカンドオピニオンを受ける病院を紹介してもらえるのでしょうか

必要な検査データなどは、この病院で用意してもらえるのでしょうか

セカンドオピニオンの費用はどれくらいなのでしょうか

他の病院でセカンドオピニオンを受けたら、この病院ではもう治療を受けられないの
でしょうか

からだやこころのつらさは、まずお伝えください
全ての医師、看護師が対応します

気持ちを誰かに伝えた時から、よりよい治療が始まります。
いつでもどこでも主治医や看護師にお話してください。

緩和ケアは、身体や心の様々な苦痛をやわらげます。
がんの治療中には、こんなつらさや痛みが見られる場合があります。

● **身体の痛み、つらさ**

がんそのものによる痛み

- ・お腹が痛い
- ・電気が走ったような痛みを感じる

治療によって出やすい症状

- ・身体がだるい
- ・手足がしびれる
- ・吐き気がして、食欲がなくなる
- ・髪の毛が抜ける
- ・息切れがする
- ・便が出にくい（あるいは下痢が止まらない）

● **不安やイライラ、うつ、不眠など**

- ・気持ちが落ち込んだ状態が続いている
- ・何もする気が起こらない

● **治療費や生活費、仕事などの悩み**

● **死への恐怖や、人生の意味や目的の喪失などによる苦痛**

- ・自分がなぜ、こんな病気になってしまったのだろう
- ・家族に迷惑をかけるぐらいなら、もう何もしたくない
- ・「消えていなくなっていきたい」と感じる

医療用麻薬で中毒になることはありません

医療用麻薬は、大麻や覚せい剤などとはまったく別のものです。医療用麻薬は、痛みがある状態で医師の管理のもとで適切に使う限り、中毒になることはありません。

また、長期間使用しても、効果がなくなることはなく、余命に影響がないことも確認されています。主な副作用（便秘、吐き気、眠気）は対処可能です。

剤型

- ・飲み薬（粉薬や錠剤） ・貼り薬 ・坐薬 ・注射薬

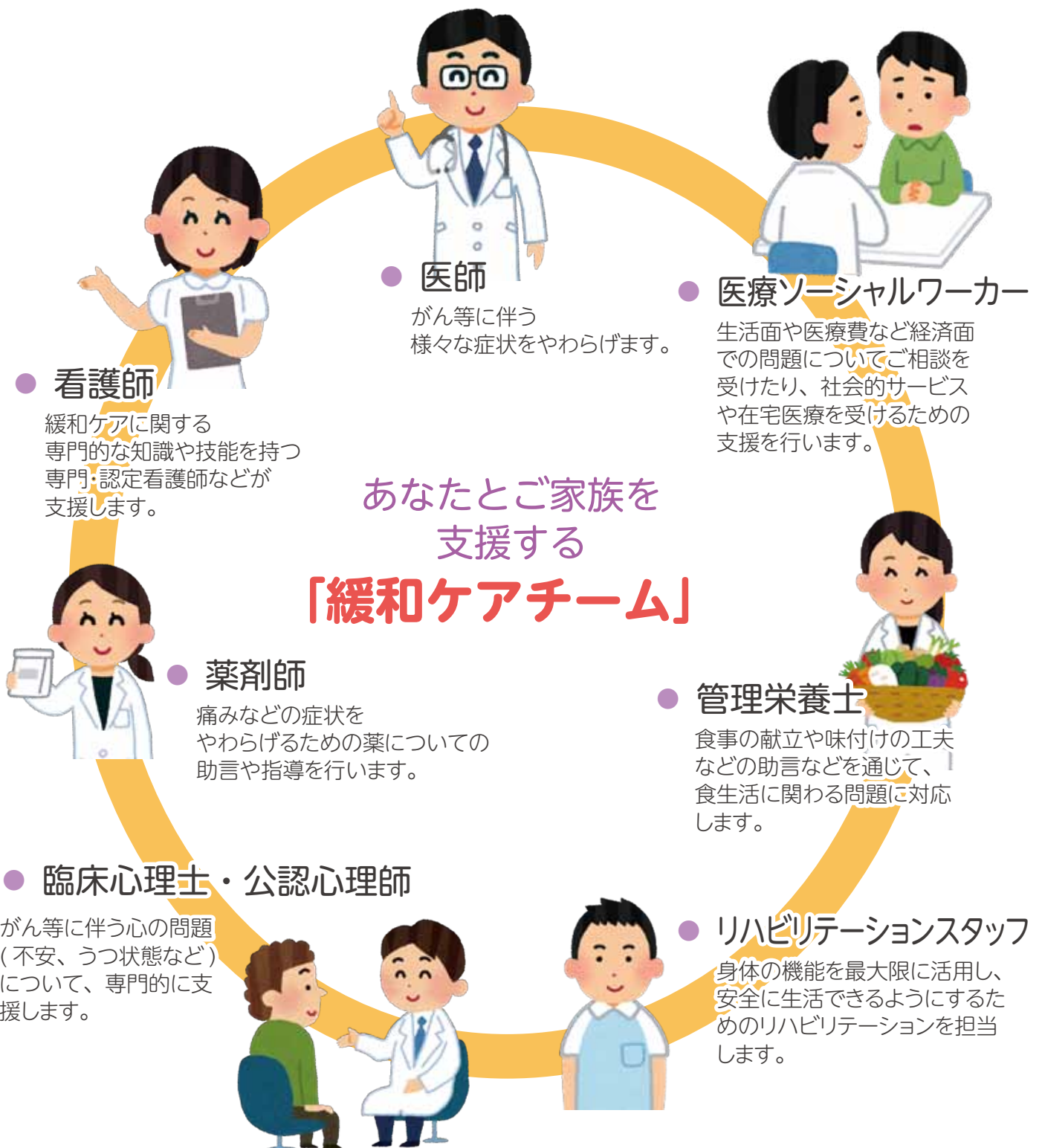
4

つらさが続くとき…

痛みや眠れない、気持ちのつらさが続いたら、
専門チームが対応します

滋賀県立総合病院には、緩和ケアを専門的に提供している、医師、看護師、薬剤師、医療ソーシャルワーカーなどで構成された「緩和ケアチーム」があります。

あなたの担当医とは別に、緩和ケア専門のスタッフと話をされたい場合には対応いたします。どんな些細なことでも一緒に相談し、あなたとご家族を交え、よりよい方法が見つかるように支援いたします。



5

診断後のこれからの過ごし方…

仕事、生活、療養の場所、
これからの過ごし方も一緒に考えます

病気の治療と緩和ケアは、どのような場所でも受けることができます。
あなたがこれからどのように過ごしたいかを大切にします。
そのための情報提供やご相談に対応します。

入院

一般病棟に入院し、
病気の治療を受けながら、
担当医や緩和ケアチームの
ケアを受けること
ができます



緩和ケア病棟

専門的な緩和ケアを
受けることができます

身体や心の様々なつらさをできる
限りやわらげる治療やケアを専門的
に提供します。

緩和ケア病棟で症状をやわらげて
から退院することも可能です。



自宅

ご自宅で療養しながら、
緩和ケアを受けることができます

医師や看護師が訪問し、症状を緩和する
ための治療やケアを行います。住み慣れた
家で、自分のペースで日常生活を送ること
ができ、一人暮らしでも利用できます。地
域の在宅療養支援診療所や訪問看護ス
テーション、調剤薬局などが連携してあな
たを支援します。通院治療中や治療と治療
の間の療養期間中に、かかりつけ医から受
けることも可能です。

通院
(緩和ケア外来)

緩和ケア外来に通院し、
緩和ケアを受けることができます

放射線治療や薬物療法などの
通院治療中に、外来で緩和ケア
を受けることもできます。



緩和ケアの地域連携

自宅で療養する場合に、「切れ目のない緩和ケア」を提供します

在宅で療養する場合には、必要に応じて、地域の医療・福祉・介護に関わる機関が連携して、療養生活をサポートすることができます。



地域包括支援センター

地域住人の保健医療の向上および福祉の増進を包括的に支援します。



病院

がん診療連携拠点病院や、緩和ケア病棟のある病院等が外来、入院で緩和ケアを提供します。



行政（市町村等）

介護保険や障害福祉など在宅生活を支える医療、介護、福祉サービスの申請窓口です。



保険調剤薬局

薬剤師が薬・薬剤情報の提供、薬歴の管理、服薬指導等を行います。



居宅介護支援事業所

担当のケアマネジャーが介護保険サービスの調整を行います。



訪問看護ステーション

看護師が定期的な訪問看護を行い、症状の評価、日常生活の援助を行います。



介護保険サービス

ホームヘルパーや訪問リハビリ、訪問入浴など、自宅に訪問してサービスを提供します。

住宅改修、福祉用具の貸与・購入など、自宅で過ごしやすくするための支援も行います。



訪問歯科診療

ご自身で歯科医院に通院が困難な方の自宅へ、歯科医師・歯科衛生士が口腔ケアに伺います。

在宅療養支援診療所

定期的な訪問診療を行い安心して自宅で暮らせるように、医師が医療を提供します。

6

どこに相談すれば …

いろいろな窓口を紹介します

がん患者さんやご家族、地域住人の方々、地域の医療、介護、福祉関係者など、どなた様でもご利用できる相談窓口です。

がん相談支援センターにご相談ください

緩和ケアだけでなく、がんに関するあらゆる悩みや問題については、全国のがん診療連携拠点病院に設置されている「がん相談支援センター」にもご相談ください。設置されている病院に通院・入院していなくても、専門の相談員が無料でご相談に対応します。あなたはもちろん、ご家族からのご相談も承ります。

滋賀県立総合病院



がん相談支援センター

TEL : 077-582-8141

MAIL : gansoudan@mdc.med.shiga-pref.jp

受付：平日(土日・祝日、年末年始を除く)

9 : 00 ~ 17 : 15

秘密厳守
相談無料

自宅周辺でがん相談支援センターをお探しの時

国立がん研究センターがん情報サービスサポートセンターでは電話でお近くのがん相談支援センターをご案内いたします。

国立がん研究センター
がん情報サービス
サポートセンター



0570-02-3410
(ナビダイヤル) サポート

平日(土日・祝日を除く)

10時~15時

※通信料は発信者のご負担です。
また、一部のIP電話からは
ご利用いただけません。

緩和ケアについて、さらに知りたい方のために

日本緩和医療学会が制作しているウェブサイト「緩和ケア.net」には、がんや緩和ケアについての正しい知識や考え方など、緩和ケアを受けるために知っておいていただきたいことがわかりやすくまとめられています。

特定非営利活動法人 日本緩和医療学会
緩和ケア普及啓発事業公式ウェブサイト

「緩和ケア.net」

<http://www.kanwacare.net/>