

# 緩和ケアニュース

第23号

特集：パンフレットいろいろ



2010. 12月 発行  
財)倉敷中央病院  
緩和ケアチーム

## 患者さん向けパンフレットのご紹介

今回のニュースでは、緩和ケア領域で患者さんにお渡ししているパンフレットについて、それぞれのコラムとともにご紹介いたします。

### お口のケア

#### ～がん治療前にお口の中のチェックとお手入れをお勧めします～

がん治療(抗がん剤治療や放射線治療)は、がん細胞を破壊するための治療ですが、同時に正常な細胞にもダメージを与えてしまう場合があります。なかでも口腔粘膜障害(口内炎)は高い頻度でおこる副作用です。そのお口のトラブルによる痛みで食事が出来なくなったり、治療の延期や中断などがんの治療そのものに支障をきたすこともあります。また、歯周病の悪化など局所の合併症や肺炎などの発症頻度も高くなるため、口腔ケアによってお口の中を清潔にし、トラブルの症状を軽減することが大切です。

そのためには、治療をはじめる前に歯科医院で、お口の中で問題となる箇所がないか、むし歯や歯周病の検査をしてもらいましょう。また、お口の中の衛生管理方法(セルフケア)をうけ、お口の環境を整えるよう心掛けましょう。

#### がん治療により口腔粘膜炎の起こる確率

抗がん剤治療を受ける患者さん 40%

頭頸部がんの放射線治療(口腔領域が照射野に入る)を受ける患者さん 100%

骨髄移植を受ける患者さん 75%

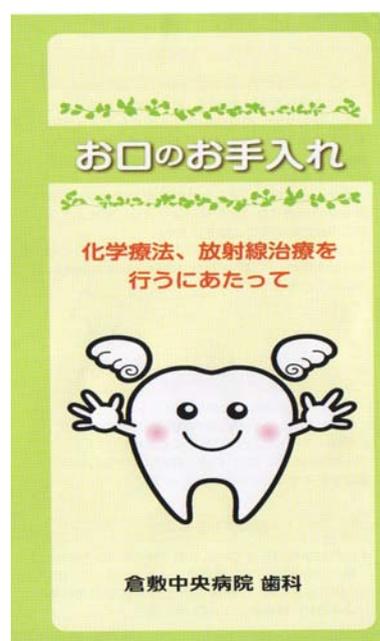
※米国国立歯科頭がい顔面研究所(NIDCR)より

## 『お口のお手入れ』パンフレット ～外来歯科～

当院歯科は、化学療法や放射線治療を開始するにあたり、事前にお口の環境を整えていただくために歯科検診とお口のケア方法を確認していただくように、歯科受診をお勧めしています。そのときに『お口のお手入れ～化学療法、放射線治療を行うにあたって～』のパンフレットをお渡ししています。歯科受診されていない方でもパンフレットを希望の方は緩和ケアチーム、がん相談支援室、外来歯科受付窓口に気軽に声をかけてください。

※パンフレットの内容

- ① お口の観察方法
- ② 観察のポイント
- ③ 口内炎の始まりから治るまでの目安
- ④ 口内炎や口腔乾燥の対応
- ⑤ 入れ歯のお手入れについて
- ⑥ 歯磨きの方法
- ⑦ 舌ブラシの使用法



## 痛みのない生活を送るため

強い痛みが続くと、少しも眠れず、食欲がなくなり、体力の低下にもつながります。がんの痛みは取り除くことができます。痛みが出る前に情報を集め、あらかじめ痛みの治療法の説明を受けるなど、知識を身につけておくと、痛みが起きてどうしようと悩む心配が軽減されると思います。

当院では、痛みの治療を説明したパンフレットがあります。大きな字で、簡単に説明していますので、ご希望の方はお気軽に医療スタッフにお声かけください。



## PCAポンプのお知らせ

PCAとは、患者自己調節鎮痛という方法です。倉敷中央病院緩和ケアチームでは2007年12月にPCA機能を有する携帯型精密輸液ポンプ(CADD Legacy PCA)を導入しました。この装置には『DOSEボタン』というボタンがついており、患者さんが痛みを感じたときにこのボタンを押すと、あらかじめ設定されていた量の注射薬が追加投与される仕組みになっています。

今まで3台で稼動していましたが、不足する状況も生じてきましたので、さらに1台導入して現在は4台が稼動している状況です。

患者様に使用していただくにあたり、簡単なパンフレットを作成させていただきました。「痛みのない生活を送っていただくために」というパンフレットとあわせて使用される際に、病棟看護師、担当薬剤師から説明を受け、安心して使用していただけたらと思います。



### (パンフレット記事内容)

- PCAポンプから、決められた量の痛み止めが一日を通して途切れることなく入っていきます。
- PCAポンプには、患者さん自身が自分で痛み止めを追加できるボタンが付いています(左図の赤丸  部分)。
- 痛みが強くなった時、または痛みが強くなりそうな時、ご遠慮なく、このボタンを3秒程度押してください。
- ボタンを押しても安全な量を超えると自動的に薬が入らないように設定されています、薬が入りすぎる心配はありません。安心してお使いください。

## 倉敷中央病院 がんサロン

がんばりすぎないで、肩の力を抜いて

ほっ と一息ませんか。

倉敷中央病院では、がんサロンを偶数月の第3水曜に行っています。がんの種類などは問わず、当院にかかっておられる患者さんとご家族であれば参加いただけます。

当院のがんサロンでは毎回スタッフによるミニレクチャーを行い、その後は参加された方々で日ごろの悩みや情報交換をしています。

10月から始まったばかりのサロンで、まだまだ参加人数は少ない状況ですが、これから少しずつ盛り上がることを期待しています。第2回は12月15日に19人のご参加をいただきました。

いっしょにお茶でも飲みながら、おだやかな時間を過ごしましょう。

原則として事前申し込みをお願いしていますが、当日の参加も可能です。

### ～今後の開催予定～

#### 第3回がんサロン

平成23年2月16日(水)

10:00～11:00 外来棟3階第1会議室

事前申し込み・お問い合わせ  
がん相談支援室 086-422-5063

### 緩和ケアチームの診療について

2010年11月から、緩和ケアチームとしての診療が開始されました。治療のあらゆる場面における「体とこころのつらさ」を軽減し、より豊かに自分らしい生活ができるようチームで診療を行います。診療にあたっては、緩和ケアチームの専従医師、専従看護師、薬剤師などがご相談のあった患者さんの病室にお伺いし、各診療科の主治医や病棟スタッフと相談を行いながら、症状緩和をサポートいたします。また、適宜その他の緩和ケアチームメンバー(医療相談員、作業療法士、歯科衛生士、栄養士)とも連携をとり、より良い医療を提供できるように取り組んでいます。緩和ケアチームの診療をご希望される方は、主治医または病棟看護師にご連絡ください。

なお、詳しい案内を院内ポスターとして掲示していますので、ご参照ください。

### 院内掲示ポスター

緩和ケアチームの診療について

**診療の目的**  
治療のあらゆる場面における「体とこころのつらさ」を軽減し、より豊かに自分らしい生活ができるようサポートを行う専門チームです。  
メンバーは、医師、薬剤師、医療相談員(ソーシャルワーカー)、看護師、訪問看護師、作業療法士、歯科衛生士、栄養士で構成され院内の勉強会や協議会、季刊誌の発行など啓蒙活動を行っています。診療にあたっては、チーム内の専従医師・専従看護師・薬剤師がご相談のあった患者さんの病室に伺い、主治医や病棟スタッフと相談を行いながら症状緩和をサポートします。

**実施内容**  
具体的な内容として以下のようなサポートを行っています。

- 身体症状の緩和  
痛み、しびれ、息苦しき、吐き気、だるさなど
- こころのケア  
不眠・不安・気分の落ち込みや落ちつかない気持ち
- ご家族の悩みや社会資源の活用を  
きめたサポートなど

**診療費について**  
緩和ケアチームの診療は保険が適用されます。  
3割負担の場合は1日につき1,200円、  
1割負担の場合は400円です。(平成22年度現在)  
薬料などは別途、保険適用となります。

**診療方法**  
緩和ケアチームの診療を希望される方は、主治医または病棟看護師にご連絡ください。

平成22年11月1日  
倉敷中央病院 緩和ケアチーム



### 編集後記

『保育園の先生がね、お家にエントツがない人も大丈夫だよって・・・サンタさんは心の窓からやって来るんだって・・・』目を輝かせて話す娘。師走の最中、我が家が **ほっ** と和んだ一時でした。



### 窓口

編集部では『緩和ケア』『在宅ホスピス』について、患者様、ご家族のご意見、ご要望、体験談などを募集しています。このレターに関するご意見、ご質問などもお寄せください。

発行元:(財)倉敷中央病院

編集委員長

小笠原敬三(院長)

編集委員(五十音順)

板谷紀子(ソーシャルワーカー)

井上礼子(看護師長)

里見史義(作業療法士)

原田美雪(緩和ケア認定看護師)

平賀恵美子(歯科衛生士)

渡辺泰子(がん専門薬剤師)