

緩和ケアニュース

第34号

特集：苦痛症状のスクリーニングの取り組みについて



Photo T.I

公益財団法人 大原記念倉敷中央医療機構

倉敷中央病院 緩和ケアチーム

2016年1月発行

【はじめに】

がんに罹患するといろいろな時期にいろいろとつらいことが生じます。このつらさを和らげ患者さんやご家族の日々の生活の質を維持向上することが「緩和ケア」です。では患者さんはそのつらさ（苦痛）をどのようにして医療者に伝えているのでしょうか。外来受診時、入院中、自分のつらさを全て伝えることはできているのでしょうか、それは容易なことでしょうか。自分の苦痛を、伝えるべきか我慢すべきかと悩んだり、伝えることに遠慮や躊躇することはないでしょうか。医療者が時間をかけて苦痛の有無やその程度をお尋ねすれば患者さんも答えやすいかもしれません。でもいくつもの苦痛がある場合にはそれさえ難しいかもしれません。医療者になかなか伝え切れていない苦痛を教えていただくツールとして私たちは「生活のしやすさ質問票」の運用を始めました。今回はこの「生活のしやすさ質問票」という苦痛症状のスクリーニングの取り組みについて、緩和ケアチームの平田佳子さん（がん看護専門看護師）に紹介してもらいます。

私たちが一緒に考えます！



1) 苦痛のスクリーニングに取り組む背景

がんに罹患する患者さんが年々増加しており、厚生労働省はがんに対する治療だけでなくがんに伴う苦痛の軽減（すなわち緩和ケア）の普及を重要視し、平成 24 年のがん対策推進基本計画で、『がんによる死亡者の減少・全てのがん患者さんとその家族の苦痛の軽減と療養生活の質の維持向上・がんになっても安心して暮らせる社会の構築』という全体目標を掲げ、『がんと診断された時からの緩和ケアの推進』を重点的に取り組むべき課題としました。また「(全国の) がん診療連携拠点病院を中心に、1. 医師をはじめとする医療従事者の連携を図り、2. 緩和ケアチームなどが専門的な緩和ケアを提供し、3. 患者さんとその家族の専門的ケアへのアクセスを改善する」など、患者さんの視点に立って、チーム医療や専門性を重視した施策を打ち出しました。緩和ケアは、「重い病を抱える患者さんやその家族一人ひとり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に支えていくケア」であり、がんとわかった時からはじまります。がんの治療と並行して、診断時から終末期に至るまで、切れ目なく行うものです。しかしながら、現実には患者さんのつらさ／苦痛が必ずしも適時適切に把

握できていないことがわかってきました。そこで厚生労働省は平成 26 年 1 月、がん診療連携拠点病院に対して、患者さんや家族が適切な緩和医療を受けられるようにするための情報提供と苦痛のスクリーニングの徹底を図ることを求めました。これを受け地域がん診療連携拠点病院である倉敷中央病院では、「生活のしやすさ質問票」というスクリーニングシートを用いて、苦痛のスクリーニングを行うこととしました。まず平成 26 年 10 月から呼吸器内科病棟での運用を開始し、徐々に対象病棟を拡大し現在はがん患者さんが入院されるほとんどの病棟で取り組んでいます。入院時に、看護師から患者さんに質問票をお渡し入院中にお答えいただいています。さらに外来では、外来化学療法センターへ通院されている患者さんを対象として通院毎に質問票をお渡しし、自宅で記入いただいたものを治療当日に持参していただいています。

2) 『生活のしやすさ質問票』の内容

私たちが使用している「生活のしやすさ質問票」は『緩和ケア普及のための地域プロジェクト』で開発されたスクリーニングシートを参考に当院でアレンジし作成したものです。

質問票は、入院時や外来化学療法実施時などに、患者さん自身で、あるいはご家族に記入していただきます。

生活のしやすさ質問票(KCH版)

記入者 患者さん ご家族 医療者()

①気になっていること、心配していることをお尋ねします。

あり

- ・病気や治療について詳しく知りたいことや、相談がある ……………
- ・経済的なことや今後の生活(就労や子育て等)について心配なことがある …
- ・日常生活で困っていることがある(食事・入浴・移動・排尿・排便など) ……

②からだの症状についておうかがいします。
この1週間で、以下の症状が一番強いときは、どれくらいの強さでしたか？
最もあてはまる数字に○をつけて下さい。

症状	全くなかった ←—————→ これ以上考えられないほどひどかった										
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
痛み	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
しびれ	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
むむけ	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
だるさ	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
息切れ	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
食欲不振	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
吐き気	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

嘔吐： なし 1日に1回 2～5回/日 6回/日以上

睡眠： よく眠れる 時々起きるがだいたい眠れる 眠れない

便秘： 【回数】 毎日 週4～6回 週1～3回 なし
【性状】 硬い 普通 軟らかい 下痢

中の痛みや不快感： なし あるが普段どおり 食事の工夫が必要 十分に食事できない

症状の強さを点数で伝えるのは、難しいと思います。しかし、数字で伝えていただくことで、医師や看護師があなたの症状を理解しやすくなります。

ID: _____

倉敷中央病院

氏名: _____

生年月日: _____年 _____月 _____日 記入日 20____年 _____月 _____日

③一番困っている症状についてご記入ください⇒【 _____ 】

・1日を通してその症状の変化は1～4のうち、どのパターンに近いですか？
□にチェックを入れてください。

□1. ほとんど症状がない □2. 普段はほとんど症状がないが、1日に何回か強い症状がある □3. 普段から強い症状があり、1日の間に強くなったり弱くなったりする □4. 強い症状が1日中続く

④気持ちのつらさについておうかがいします。

●この1週間の気持ちのつらさを平均して、最もあてはまる数字に○をつけて下さい。

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

つらさはない 中くらいに つらい 最高に つらい

●その気持ちのつらさのために、この1週間どの程度、日常生活に支障がありましたか？
最もあてはまる数字に○をつけて下さい。

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

支障はない 中くらいに 支障がある 最高に生活に 支障がある

⑤専門のチームへの相談を希望しますか？
(希望があれば、□へチェックしてください)

痛みなどの症状や気持ちのつらさに対応する【緩和ケアチーム】の介入を希望

療養生活にかかわる支援について【がん相談支援センター】への相談を希望

退院後、【がん看護外来】(日常生活支援、精神的ケアなど)の受診を希望

内容としては、

- 1) 病気や治療等について気になっていることや心配ごと、日常生活での困りごとの有無、
 - 2) からだの苦痛症状の有無や程度、
 - 3) 一番困っている症状の種類と出現頻度やパターン、
 - 4) 気持ちのつらさとつらさのための日常生活への支障の程度、
 - 5) 専門チームへの相談希望の有無、
- などがあります。



症状というのは、患者さん自身の主観的な体験なので、程度については特に医療者になかなか表現しづらく伝えづらい面があります。スクリーニングでは、患者さんが今どのような体の症状で困っているのか、また気持ちのつらさがどの程度であるかなどを医療者と共有しやすいように数値を使って表現していただきます。また病気や治療に対して心配に思っておられることや、経済面や日常生活を送る上で困っていることがないか、そしてどのようなニーズや希望を持っておられるのかも知るきっかけになります。専門チームへの相談希望があれば、タイムリーにつなぐことができるようにしています。この専門チームというのは、①緩和ケアチーム診療（多職種でより専門的な緩和ケアを行う）、②がん看護外来（専門看護師や認定看護師が外来での面談を通して緩和ケアを行う）、③がん相談支援センター（経済面や日常生活を過ごしやすくするための社会資源等の相談）の3つを挙げており、それぞれ患者さんのニーズに応じた専門チームが関わる事ができるようにしています。

このような専門チームの存在を患者さん・家族に知っていただくためにも、この質問票は緩和ケアに関する情報提供としての役割も担っています。患者さん・ご家族が質問票に書いてくださった内容を医療チームで共有し、日々のケアに反映していくことで、患者さん・家族の苦痛の緩和が早期に図れ、安心して療養できるようになると考えて取り組んでいますので、患者さんやそのご家族の方々にはどうか積極的にご活用いただきたいと思います。

【あとがき】

倉敷中央病院では、医療技術の向上だけでなく医療の質の向上・改善に取り組んでいます。医療の質向上に欠かせないものの一つとして、患者さんやご家族の医療やケアに対するニーズをしっかりと把握し対応する事が挙げられると思います。生活のしやすさ質問票はこのニーズの把握にとって重要なツールでありこれからもその適用範囲を拡大する事、さらに患者さんやご家族のニーズにより適切に対応するよう日々努めて行きたいと思っております。

発行元：公益財団法人 大原記念倉敷中央医療機構 倉敷中央病院 緩和ケアチーム

編集委員長：佐野 薫（医師）

編集委員：里見史義（作業療法士） 橋本和憲（医師） 長谷井慈子（事務） 平田佳子（看護師） 50 音順