

緩和ケアニュース

第58号

がんと診断された時からの緩和ケア



倉敷中央病院 南玄関周辺 Photo by Imamura Takashi

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
2025年3月発行

はじめに

「がん情報サービス」（国立がん研究センター運営）のホームページで「緩和ケア」を検索すると「がんと言われたときから始まる緩和ケア」というタイトルが目に入ります。国の定める「がん対策推進基本計画（平成 24 年 6 月閣議決定）」においては「がんと診断された時からの緩和ケアの推進」が重点的に取り組むべき課題として位置付けられています。さて一般の方にとって「がんと言われたときから緩和ケアが始まる」と聞いてもなかなかイメージが浮かばないのではないのでしょうか。今回はこのテーマについて、緩和ケアチーム 羽田綾子医師（消化器内科）がわかりやすく解説いたします。

「緩和ケアって、末期の人が受ける治療？」

●緩和ケアは、がんの治療のひとつ！

緩和ケアは、からだやこころのつらさを和らげるための治療です。

緩和ケア、緩和医療、という話をすると、「がん末期の人が受ける治療ではないのか。」と戸惑う患者さんは実際に多くいます。しかし、**緩和ケアはがん診療には欠かせない治療の一つです。海外では、がんの診断後早期からの専門的な緩和ケアが患者さんの生活の質を改善することが報告されています。**

●がん患者さんのつらさ

当院では、がんと診断された患者さんに「**生活のしやすさ質問票**」をお配りし、その患者さんの身体的なつらさと精神的なつらさの内容や、レベル 0～10 の 11 段階で症状の強さを確認しています。カルテに取り込まれるためスタッフは皆確認できますが、特に症状が強い人は対応した看護師から医師に直接報告があり、漏れなく対応できるように工夫をしています。

何回も配られる質問票なので、数値の比較で経過を追うこともできます。

診察室では慌ててしまって言い忘れそうなことも、**質問票にじっくりと、遠慮なく書いてみてください。**



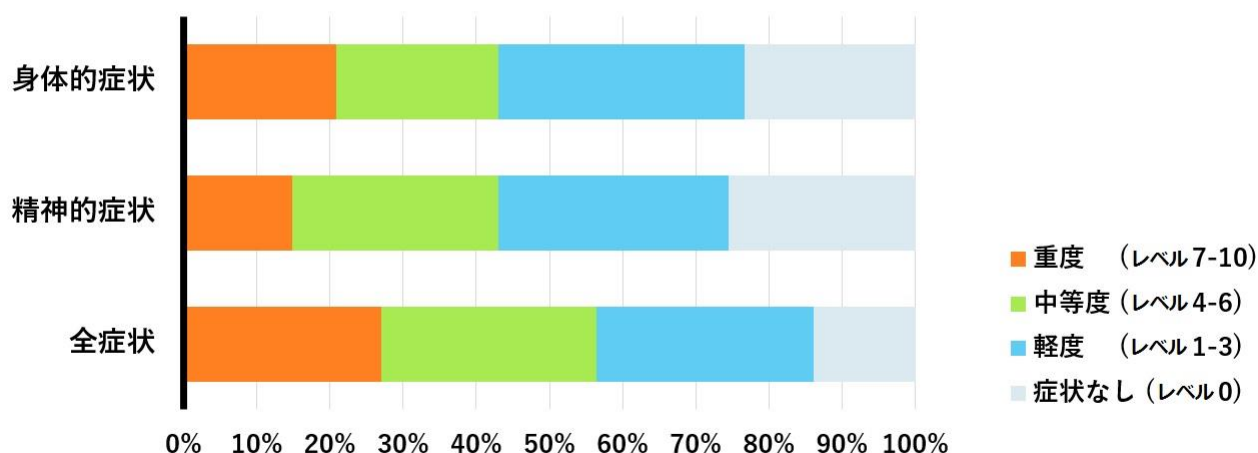
私は消化器内科医で、特に膵癌を多く診ています。

例として、膵癌の患者さんの「生活のしやすさ質問票」をみると、診断された時点で痛みや食思不振のある患者さんが多く、そのうち 10%以上がレベル 8～10 の強さで症状を感じていました。精神的なつらさは 70%以上の患者さんが感じていて、その半分以上が日常生活に支障が出ていると回答していました。

全体でみても、診断時点で半分以上の患者さんが、レベル 5 以上の何かしらの症状を抱えていたのです。

がんと診断されたときから、みんなそれぞれの“つらさ”を抱えているのです。

膵癌診断時点での患者さんの自覚症状の強さ



「自分や大切な人がつらいときに、きちんと緩和ケアが受けられたらいいな。」

●緩和ケアは誰がしてくれるもの？

「生活のしやすさ質問票」には、最後に、「緩和ケアチームの介入を希望しますか」という問いがあります。しかし、診断時にチームの介入を希望した患者さんは10%もいませんでした。緩和ケアチームが何なのか、そもそも緩和ケアが何なのかわからない患者さんが多いことが理由としてあげられました。

海外の研究では、診断時から緩和ケアの専門チームの介入が有用と報告されていますが、日本とはやや診療体制が異なることもあり、日本では主治医が緩和ケアをスタートすることが多いと思われます。

がんの痛みに対する鎮痛薬の調整や、消化器内科であればお腹の動きの改善、下痢や便秘のコントロールなども、緩和ケアのひとつです。困っている症状はなんでも相談してください。

●やっぱり、緩和ケアチームは緩和ケアのプロ！

限られた外来の時間、入院中の回診も慌ただしく出入りして、検査結果に病状の説明……。診察では主治医も患者さんも癌の治療のことで頭がいっぱいになりがちです。私も極力、患者さんのお話を聞くことに時間をかけるように心がけていますが、患者さんが満足するまで聞くことができているかというと、中々できていないと思います。そしてお話を伺っても、患者さんが苦しんでいる症状の中には、私の力では対応しきれないものがあります。

そういうときには、緩和ケアのプロである緩和ケアチームに相談をしています。

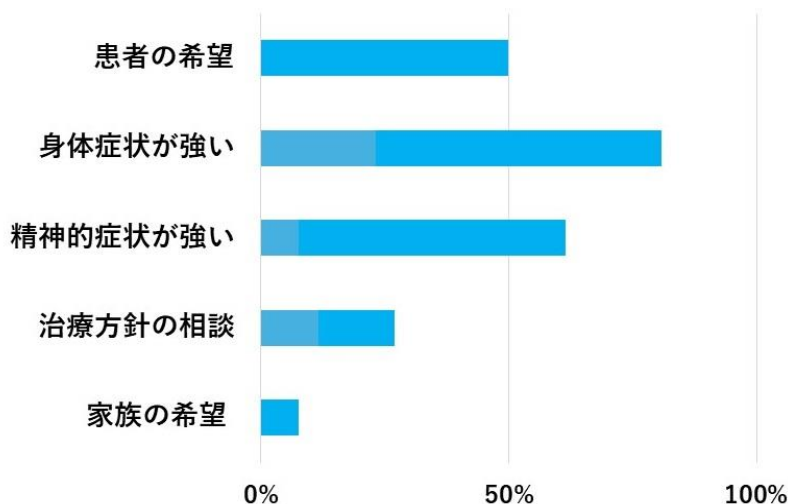
私は過去に、緩和ケアについて医師にアンケートを取りました（当院消化器内科の31人中26人が回答）。

「どんな理由で緩和ケアチームへ患者さんを紹介するか」という質問では、「身体症状が強い」というものが1番多かったのですが、「患者の希望」も半分の先生が理由に挙げていました。

医師も頼る緩和ケアチーム。そして、患者さんの希望も、私たち医師が緩和ケアチームに相談をするきっかけになっているのです。

癌治療に携わる医師に対するアンケート

緩和ケアチームへ介入を依頼する理由として多いものは？（複数回答可）



●まずは相談を！

緩和ケアニュースを読んでいる方は、緩和ケアに少なからず興味を持たれていると思います。「自分や大切な人がつらいときに、きちんと緩和ケアが受けられたら。」と考えていても、一番はじめにどこへ相談したらいいのか、最初から緩和ケアチームへの紹介を希望していいのか、わからない方も多いのではないのでしょうか。

当院では、癌治療にあたる医師だけでなく、「生活しやすさ質問票」をはじめとして丁寧に問診を行う看護師、薬の調整の相談に乗る薬剤師、食べやすい食事内容の検討や栄養指導を行う栄養士、運動機能を改善・維持するための支援をするリハビリ療養士、社会復帰や金銭的な悩みの相談も可能ながん相談支援センターの職員など・・・その他たくさんの職種のスタッフが連携して、患者さんのサポートにあたっています。

どのスタッフに相談しても、必要なことは主治医に伝わります。

安心して、言えるタイミングで希望をお伝えください！

編集後記

3月9日は「感謝の日」だそうです。

感謝とは「優しさや贈り物、手助け、好意などに対して、ありがたいと感じて礼を述べること。また、ありがたいと思う気持ち。」とのこと。感謝できる日々でありたいものです。

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：伊墻 美幸（薬剤師）笠原 真由美（事務）酒井 清裕（医師）平田 佳子（看護師） 50 音順