

質問

58歳の父が、胃が重く病院で検査を受けたところ、臓器が二期と診断されました。手術で切除した後には化学療法を行うと、医師から説明を受けましたが、治療に伴う痛みが心配です。緩和ケアを紹介されましたが、痛みはまだないし、緩和ケアを受ける時期でもないと思っていますが、どうすればいいですか。



答え

緩和ケアは、がん患者の体や心のつらさを和らげ、生活やその人らしさを大切にする考え方です。病状によって緩和ケアを受けるか受けないかを決めるというものではありません。

これまでのがん医療の考え方は「がんを治す」ということに関心が向けられていました。しかし最近では、患者の「療養生活の質」も「がんを治す」と同じように大切だと考えられる



坂本 佳也

徳島大学病院緩和ケア
看護認定看護師

痛みなくとも緩和ケア受けるべきか

よくなってきています。

身体的、精神的、社会的、スピリチュアル(霊的)な苦痛について、つらさを和らげる医療やケアを積極的にを行い、患者と家族の社会生活を含めて支える緩和ケアの考え方を早い時期から取り入れていくことで、がん患者と家族の療養生活の質をよりよいものにしていくことができます。治療の早期から緩和ケアを取り入れた方が生活の質が高く、生存期間も延長したという研究も発表されています。

また、がんに伴う身体的な痛みのほとんどは、鎮痛薬を適切に使うことで緩和することができます。痛みを和らげるために必要な量は▽痛みの原因▽痛みの強さ▽鎮痛薬に対する反応の個人差―などによって異なります。それぞれの患者にとって十分に痛みを止めることができる量を、鎮痛薬の効果を見ながら、痛みによる生活への影響がなくなるまで調節していきます。

痛みを伝える時の大切な点(一例)

時期	痛みは1日中あるか、どんな時に痛いか、たいていは良いけど時々痛くなるのか
場所	どこが痛いか、1カ所か広範囲か、痛む場所はいつも同じか
感じ方	鋭い痛みか鈍い痛みか、ビリビリ、ジンジン、ズキズキ、しびれた感じ、ヒリヒリ、キリキリ、しめつけられる感じ
日常生活への影響	トイレや入浴の時につらい、眠れない、食べられない、身体が動かせないのが困る、座っているのもつらい、何も手につかない
痛みの程度	イメージできる最も強い痛みを10点、全く痛みのない状態を0点とすると、今回の痛みは何点ぐらいか
痛み止めの効果	途中で切れる、全体に少し和らいだ、ほとんど効果を感じない

強い痛みがあると、必要な治療が受けられなくなったり、自宅での生活がつからなくなったりしてしまいます。なるべく早く相談して、十分な痛みの緩和治療を受けられるようにしていくことが大切です。

がんの痛みの治療法は、WHO(世界保健機関)が公表した「WHO方式がん疼痛治療法」と呼ばれ、世界的に最も効果的で安全な治療法とされています。この方法は、痛みの強さから段階的に鎮痛薬を使い

質問募集 がんに関する悩みに「徳島がん対策センター」がお答えします。質問内容を詳しく書き、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を明記し、〒770-0857 徳島新聞社文化部「がん相談」係へ。紙上に住所、氏名、電話番号は掲載しませんが、同センターへ電話088(063)9438でも平日午前8時半～午後5時に受け付けています。

治療早期から取り入れて

強い痛みがあると、必要な治療が受けられなくなったり、自宅での生活がつからなくなったりしてしまいます。なるべく早く相談して、十分な痛みの緩和治療を受けられるようにしていくことが大切です。

がん診療連携拠点病院の指定を受けている医療機関は緩和ケアに対応できる機能があり、入院だけでなく外来診療でも対応できるように整備が進みつつあります。現在診療を受けている医療機関が、がん診療連携拠点病院の指定を受けていない場合でも、緩和ケアを提供したり、ほかの医療機関と連携しながら対応できたりすることもありますので、医師や看護師にお尋ねください。