

**治療中だからこそ
緩和ケアも一緒に
受けましょう**

緩和ケア部

WHOの緩和ケアの定義（2020）

緩和ケアとは、生命を脅かす病気に関連する問題に直面している患者（大人も子供も含む）とその家族の生活の質を向上させるアプローチです。身体的、心理社会的、またはスピリチュアルな苦痛やその他の問題を早期に同定し、正しく評価し、治療することで、苦痛を予防し、緩和します。

WHOの緩和ケアの定義（2020）

緩和ケアを受けることは、健康に関する人権として明確に認められています。個人の特定のニーズや希望に特別な注意を払う、そのひと中心の総合的な医療サービスを通じて提供されるべきです。緩和ケアは幅広い疾患に対して必要とされます。

緩和ケアはだれから受けられるの？

基本的緩和ケアは**どの医療者からでも**受けられます。

初期的な症状緩和や治療・療養に関する話し合いはどの医療者でも身に着けておくべき心構えだからです。

難しい症状や悩ましい問題に関しては、緩和ケアの専門家が対処します。

緩和ケアはいつ受けられるの？

いつでも受けられます。

治療の時期によリません。

治療を行う際には治療とともに。

積極的治療を終えた場合でも、

緩和ケアだけはずっと受けていただくことができます。

緩和ケアはどこで受けられるの

基本的にはどこでも受けられます。
病院（入院・外来）、自宅（在宅医療）、緩和ケア病棟・ホスピス、
各種施設など、どこでも受けられます。

よくある悩み (手術の時)

- 傷が痛い
- なかなか動けない
- 吐き気がする
- 仕事はどうなるんだろう
- 治るように頑張らなきゃ
- 誰にも痛みをわかってもらえない など



よくある悩み (抗がん剤治療)

- こんなに気持ち悪いなんて
- からだがだるい
- 仕事がつらい・家事がつらい
- 職場のひとの理解がない
- 他人の目がきになる
- (症状が見えづらく)
さぼっているように
見られるのがつらい



など

よくある悩み (放射線治療)

- 本当に治るのかな
- 痛くて台の上に上がれない
- 吐き気がする
- だるい
- 本当に痛みはとれるんだろうか
- 食欲がない、食べられない



など

生活における悩み

- 家族に迷惑かけるんじゃないかと心配
- 家で何を食べたらいいのか、どんなことに気を付けて生活したらいいのか？
- 誰にも手伝ってもらえない
- 誰にも分ってもらえない
- みんなはどんな工夫しているんだろう
- 子どものことが心配 など



～緩和ケアにできること～

- ① つらい症状の緩和（和らげる）
- ② 気持ちのつらさの支援
- ③ 仕事や家族や生活の支援
- ④ 治療や療養に関する方針決定の際の支援
- ⑤ 生きるための支援

①つらい症状の緩和

- 痛み、しびれ
 - 息苦しさ、咳、痰
 - おなかの張り、吐き気
 - 便秘、下痢、
 - からだのだるさ
- 和らげます



薬も使うけれど、
暮らしの中での
様々な工夫も行
いながら症状を
和らげます！

②気持ちのつらさの支援

- 怒り、いらいら、心配
 - 集中できない
 - 気持ちが落ち着かない
 - 夜眠れない
 - 気持ちが落ち込む
 - 何をしても楽しめない
- 和らげます



③仕事や家族の支援

- 治療を受けるなら仕事はやめなきゃいけないの？
- 家族にどうやって伝えよう？
- 本人にどうやって協力したらいいの？
- 子どもにどうやって伝えたらいいの？

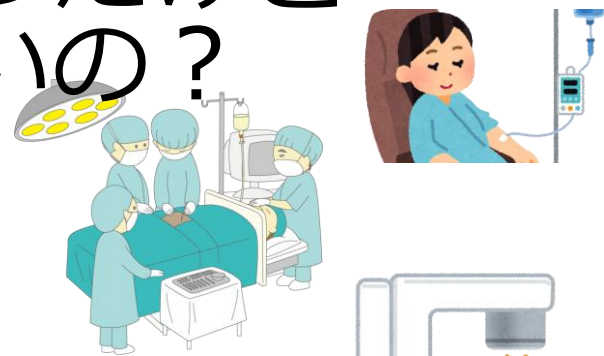


→一緒に方法を考えます



④治療や療養に関する 方針決定の際の支援

- 治療方法を教えてもらったけど
どれにどう決めたらいいの？
- この状態ならどこで
暮らせばいいの？
- こんな状況では家で暮らすのは
無理なんじゃない？
- 緩和ケア病棟ってどんなところ？
→サポートし、一緒に考えます



⑤生きるための支援

- 治療をしながら仕事もしたい
 - 子育てしながら治療を受けたい
 - 趣味を続けて治療を受けたい
 - 好きな旅行に行きたい
 - 自宅で過ごしたい
 - 緩和ケア病棟で過ごしたい
- 一緒に考え、サポートします

