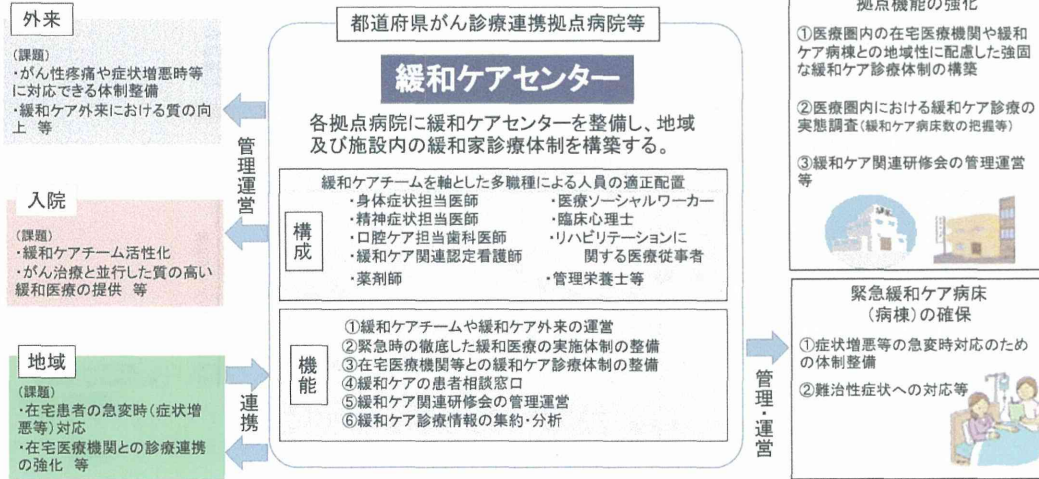
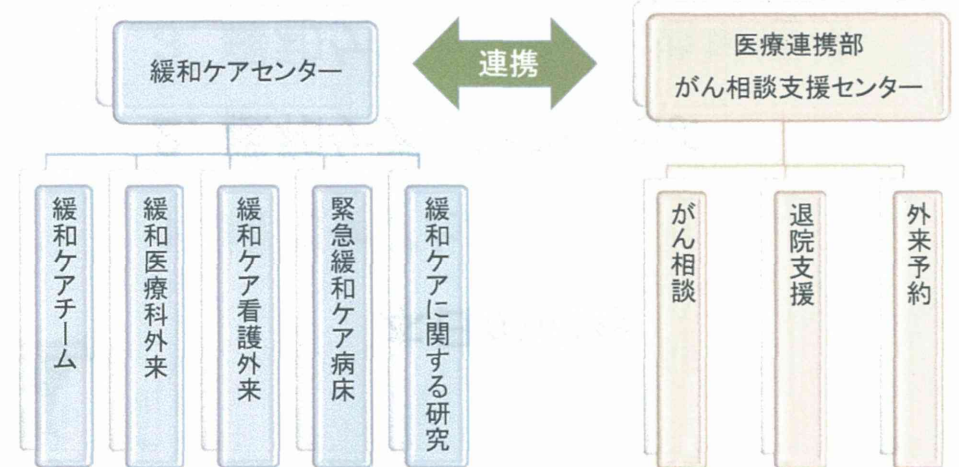


緩和ケアセンターの概要



県立中央病院緩和ケアセンター



本日の内容

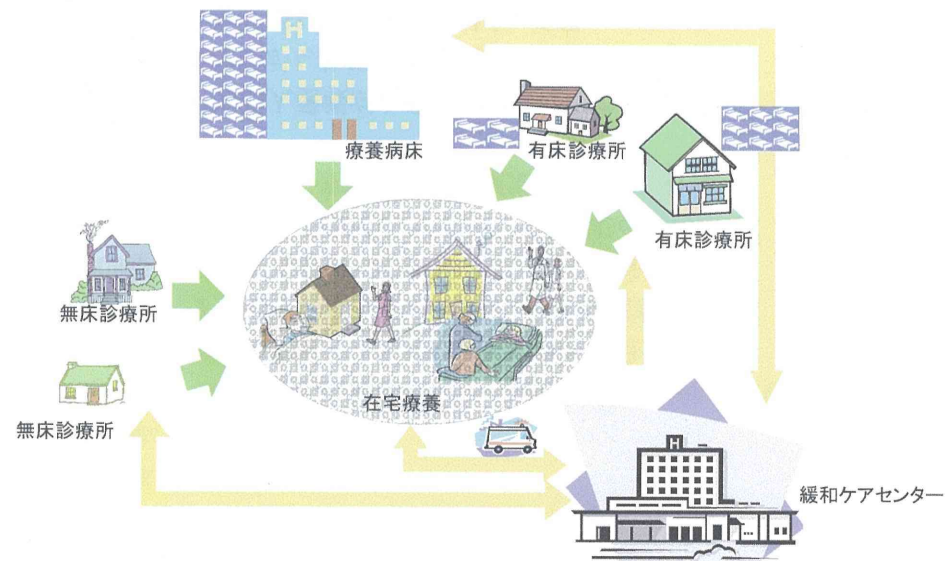
1. 緩和ケアとは
2. 緩和ケアセンターとは
3. 緩和ケアセンターと地域連携

緊急緩和ケア病床 : 2床

1. 対象
緊急緩和ケア病床登録医※が、訪問診療を行っている患者で在宅での対応困難な症状が出現したとき
※緩和ケアについて、当院で定めた研修を修了し、登録医として申請した医師
2. 退院
症状が緩和するまで、緊急の処置が終了するまで、おおよそ1週間
退院後は、在宅、または、入院加療が必要な場合は転院

地域連携が重要

- ・在宅緩和ケアマップの作成
- ・緩和ケアに関する研修会の開催 等



御清聴ありがとうございました。

ちゃんと伝えてつらくない療養を

青森けんみん講座 2014年11月8日

NPO法人愛媛がんサポートおれんじの会 松本陽子

愛媛から来ました



青森けんみん講座141108

愛媛から来ました

- ▶ 1965年 愛媛県出身
- ▶ 1984年 父親をがんで喪う
- ▶ 1988年～ NHK松山放送局でニュース番組、情報番組のキャスター
医療問題を中心に取材 番組制作も担当
- ▶ 1999年 子宮頸がんが見つかり手術と化学療法を受ける
- ▶ 2008年 愛媛がん患者・家族会 おれんじの会を設立
- ▶ 2009年 NPO法人愛媛がんサポート おれんじの会に改組
- ▶ 2013年3月まで 厚生労働省がん対策推進協議会 委員

- ▶ 現在 NPO法人愛媛がんサポートおれんじの会 理事長
愛媛県がん診療連携協議会 委員
愛媛県がん対策推進委員会 委員
厚生労働省がん登録検討会 委員

「がん対策推進基本計画」

- 2007年 「がん対策基本法」施行
第1期計画策定
- 2012年3月 第2期計画について
協議会から答申
- 6月 閣議決定



全体目標

- ▶ がんによる死亡者数の減少
- ▶ 全てのがん患者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

「がん対策推進基本計画」

▶ がんと診断された時からの緩和ケアの推進

患者とその家族などががんと**診断された時から**身体的・精神心理的・社会的苦痛などに対して適切に緩和ケアを受け、こうした**苦痛が緩和されること**を目標とする。

▶ 青森けんみん講座141108

「がん対策推進基本計画」

▶ がんになっても安心して暮らせる社会の構築

がん患者とその家族の精神心理的・社会的苦痛を和らげるため、新たに、がん患者とその家族を社会全体で支える取組を実施することにより、「がんになっても**安心**して暮らせる社会の構築」を実現することを目標とする。

▶ 青森けんみん講座141108

苦痛をなくすためにできることは？



▶ 青森けんみん講座141108

わたしのこと

▶ 青森けんみん講座141108

家族として

父：松本末三

1984年 54歳で胃がんのため他界

「胃潰瘍」とウソを貫いた家族
こころの通った会話はできないまま

“ある日突然”朦朧とした状態に…
苦痛に満ちた表情のまま旅立ってしまった



▶ 青森けんみん講座141108

わたしの闘病



- 1999年6月 ・不正出血で近医受診
・がんセンターで子宮頸がん確定
- 7月 ・子宮摘出手術
- 8月 ・抗がん剤治療 3クール
- 11月 ・退院
- ・以降3年間 経口抗がん剤服用



▶ 青森けんみん講座141108

わたしの闘病

「痛い！」

手術後、病室に戻ってから一晩中続く痛み
看護師に訴えると

「先生から、これ以上痛み止めは出せないと言われてます
少しは我慢してください！」



医師によって痛み止めの使い方に違いがあることを
後日知らされる

▶ 青森けんみん講座141108

わたしの闘病

「こころの専門家に診てほしい」

主治医：なんで？
あなたはわたしの患者なんだから
わたしが診ます。



これ以降、こころの痛みは医療者には話せず

▶ 青森けんみん講座141108

わたしの闘病

・退院後

周囲からのことば

「元気そうじゃない？」
「もう治ったんでしょう？」
「これからは前向きにね」



深まっていく孤独

▶ 青森けんみん講座141108

わたしの闘病 ～15年経って



いまでも続く苦痛

- ・抗がん剤治療の痕
…再発と死の恐怖
- ・子どもを持たない痛み
- ・生き残ることの罪悪感

がんが体の中から消えても、人生から消えることはない

LIVE STRONG財団マニフェスト

▶ 青森けんみん講座141108

愛媛がんサポートおれんじの会

- ・2008年4月
- ・2009年4月
- ・2013年末現在

任意団体として設立
NPO法人に改組
会員数 約180



▶ 青森けんみん講座141108

愛媛がんサポートおれんじの会

- ・交流 「ひとりじゃない」
- ・学び 「がんは情報戦」
- ・社会へ向けての情報発信
「わたしたちの声を届けたい」



▶ 青森けんみん講座141108

患者、家族が語る痛み

おれんじの会 8月例会での聞きとり

- ・「うまく言葉にできないのがもどかしい」
- ・「倦怠感を伝えるのは難しい」
- ・「痛みの基準がわからない」
- ・「予測してくれたら伝えやすい」
- ・「がんばって伝えたのに、医療者の反応がうすいと次に話すのが億劫になる」
- ・「共感してくれる医療スタッフがいてくれて救われた」
- ・「なぜ起こっている痛みなのか知りたい」

▶ 青森けんみん講座141108

がんで苦しまないために
患者・家族にできること

▶ 青森けんみん講座141108

患者・家族にできること



- ・患者と家族の苦痛を汲み上げる
- ・心情に十分に配慮して
診断結果や病状を伝える
…など



考える
伝える
借りる

▶ 青森けんみん講座141108

1. 考える

自分の病気について考える、向き合う

- ▶ 病名
- ▶ 治療法
- ▶ できなくなること
- ▶ できること
- ▶ 今後の見通し
- ▶ 希望=したいこと

▶ 青森けんみん講座141108

2. 伝える

医療者、家族に自分の状況を伝える

- 痛いこと、苦しいこと、辛いこと
- うれしいこと、やりたいこと



…「以心伝心」は難しい
ことばを使って伝えましょう

▶ 青森けんみん講座141108

3. 借りる

他のチカラを借りる

- 主治医に質問する
- 主治医以外の医療職を活用する
- 家族・友人に甘えてみる
- 仲間、先輩患者のチカラを借りる

▶ 青森けんみん講座141108

3. 借りる

主治医に質問する

- 「今後起こりうる症状はどのようなものですか？」
- 「治療法はいつまでに決めなくてはいけませんか？」
- 「わからない事が出てきたら、どうすればいいですか？」



『みんなの質問ノート』

医療者への質問項目を整理
経験者の声を反映して作成
無料で配布中

▶ 青森けんみん講座141108

3. 借りる

主治医以外の医療職を活用する

- がん診療連携拠点病院の相談窓口
…看護師やソーシャルワーカーなどが
電話や対面で相談に対応



相談は無料
秘密は守ります

▶ 青森けんみん講座141108

3. 借りる

仲間、先輩患者のチカラを借りる

- 病院で開かれている「サロン」(語り合いの場)
- 病院外の「サロン」



がんと向き合う人のための 町なかサロン

ピアサポーターが運営
松山市中心部で常設

青森けんみん講座141108

仲間が教えてくれたこと

青森けんみん講座141108

友人 Mさん

29歳でがんが見つかる
1年後他界



治療を終え、自宅へ戻ったときに

『こころの中に、湖のような平安が広がっています』

最後の言葉は

『すべての事に感謝しています』

青森けんみん講座141108

友人 Mさん

なぜそんな心境になれたか？

- 病気に正面から向き合った
- 自分にとって大事なものを見つけた
- 支えてくれる医療者と出会えた



「介護用ベッドは使いたくありません！
だって……」

青森けんみん講座141108

いまのわたしがすべきこと

・緩和ケア病棟に入院中

痛み止めの注射をしている看護師に
「一度に薬を入れられると痛い。
半分入れたらちょっと休んで
それからゆっくり入れてくれますか？」



緩和ケア病棟のベッドで寝たきりでも
わたしにはできることがある。
わたしがすべきこと。

▶ 青森けんみん講座141108

自分の人生を決定すること

いまは治療と同時に「緩和ケア」が
あります。

でも多くの人は関わるのが怖いみたいで、
自分にはまだ関係ないと
逃げている感じもします。

そしてあるときに
「しまった」となる人がほとんどです。
痛みがあっても気のせいかもしれないとか…
緩和にはなかなか行きません。



もっと緩和ケアについて勉強してほしいと思うんです。
勉強することは、自分の人生を決定することです。
私が伝えたことが命のリレーになればと思っています。

▶ 青森けんみん講座141108

ご静聴ありがとうございました



NPO法人愛媛がんサポートおれんじの会

<http://machinaka-orange.jp/>

▶ 青森けんみん講座141108