

# 緩和ケアができること

緩和医療科 鈴木 尚樹

## はじめに

緩和ケアという言葉聞いたことがある方は、あまり良いイメージはないかもしれません。緩和ケアを正しく知ること役立つことは多く、今回は私たちの活動を紹介します。

緩和ケアは、患者さんとその家族の生活の質(QOL)を改善する取り組みのことを指します。緩和ケアの対象は診断・年齢・場所等を問わず、重い病とともに生きるすべての人とその家族です。緩和ケアという言葉聞いたことのある方は「がん」や「終末期」などを思い浮かべるかもしれませんが、心不全や神経難病などのがん以外の病気に関わったり、病気の診断がついた早期から関わったりなど、多くの場面で緩和ケアが力になります。

## 緩和ケアの役割

①症状緩和、②コミュニケーション、③地域連携の大きく3つに分けられます。①は痛みだけでなく倦怠感や吐き気、息苦しさなどの症状をやわらげ、日々の生活を過ごしやすくします。その方法は薬だけでなく、看護ケアやリハビリテーションなどの薬以外の治療も大きな役割を占めます。②は患者さんやその家族の気がかりに気づくことや、先行きの見えない不安等を十分な時間をとってお聞きします。時には悪い知らせを伝えることもありますが、治療とケアのゴールに関する話し合いを患者・家族・医療者で行い、希望に沿った医療を受けられるように支援します。③はイメージが湧きづらいと思いますが、病院だけでは医療が成り立ちません。住み慣れた地域で過ごすため、地域のクリニックや調剤薬局・訪問看護ステーション等との連携や、介護保険等の社会福祉サービスの利用が必要になることがあります。ソーシャルワーカーが中心となり、患者さんと家族の生活を支援します。

## 当院の緩和ケアの提供体制

### ①緩和ケア外来

当院通院、または他院通院中の患者さんやご家族と関わります。各担当診療科の外来に並行して、患者さんの身体のつらさや不安や気がかりなどに対応

します。後述する緩和ケア病棟に関する相談も行っていきます。

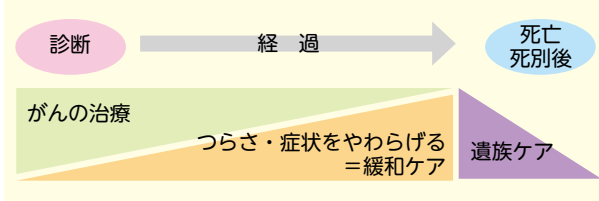
### ②緩和ケアチーム

入院中の患者さんやご家族と関わります。リハビリスタッフや栄養士、心理士など多職種で構成されたチームで集中的にサポートします。

### ③緩和ケア病棟

当院緩和ケア病棟は、2001年5月に開設されました。専門的・集中的な緩和ケアを提供し、患者さんやご家族のつらさを和らげて生活の質を高めるための病棟です。「最期を迎える場所」というイメージは強いですが、自宅で過ごす準備をするために一定期間利用される方も多くいらっしゃいます。

緩和ケアの概念図<sup>1)</sup>



緩和ケアは診断・年齢・場所等を問わず、重い病とともに生きるすべての人とその家族が対象です。あなた自身や大切な人のため、緩和ケアについては是非知ってください。患者さん・ご家族の具体的な困りごとに焦点を当てた解説動画がありますので、よろしければご覧ください<sup>2)</sup>。

## 参考文献

- 1) Bruera E, et al. Textbook of Palliative Medicine and Supportive Care. 3rd ed, CRC press, 2021.
- 2) 日本緩和医療学会. あってよかった緩和ケア <http://attheyokatta.kanwacare.net/> (2023/2/19最終アクセス)





令和3年度厚生労働省委託事業 緩和ケア普及啓発活動

# あってよかった緩和ケア



## マンガ動画 「家族ががんになったら知っておきたい緩和ケア」(全10話) 日本緩和医療学会(JSPM)公式YouTubeチャンネルにて公開中!!



### ◎マンガ動画 全10話

- ・第1話 「がんと診断されたときのショック」
- ・第2話 「医療用麻薬の誤解を解く」
- ・第3話 「「これからは緩和ケアですね」と言われる」
- ・第4話 「先のことを考える ACP、早期緩和ケアの関わり」
- ・第5話 「家族として何ができるか」
- ・第6話 「緩和ケア病棟は看取りだけではない」
- ・第7話 「在宅緩和ケアの紹介」
- ・第8話 「若い世代の患者への緩和ケア」
- ・第9話 「せん妄について」
- ・第10話 「医療費の心配」

QRコードで今すぐアクセス!



日本緩和医療学会(JSPM)  
公式YouTubeチャンネル



日本緩和医療学会



特定非営利活動法人 日本緩和医療学会  
令和3年度厚生労働省委託事業 緩和ケア普及啓発活動

緩和ケアについてさらに知りたい場合には、「がん相談支援センター」や、「緩和ケアチーム」までご相談ください。