

私のカルテ

No. 3 8 3

緩和ケアについて



津島市民病院
緩和ケア担当部長(腫瘍外科部長兼務) 高木 健司

緩和ケアとは

「緩和ケア」という言葉に、どんなイメージを持っていますか？

「がんの治療ができなくなった人のため」「がんの終末期に受けるもの」と思っている方が、まだまだ多いです。がんやがん治療によって引き起こされる「つらさ」は、痛みや体のだるさなどの「体のつらさ」だけではなく、「心のつらさ」「生活のつらさ」などもあります。それらすべてのつらい症状を軽減するのが緩和ケアです。「心のつらさ」などは、がんと診断された時から感じることでしょう。

緩和ケアとはがんと診断された時から、がん治療と一緒に受けられるケアです。

どこでも受けられる緩和ケア

緩和ケア外来や緩和ケアチームなどの専門的な緩和ケア、すべての医療従事者が提供する基本的な緩和ケアの充実が進められています。そうすることで、外来に通院中であっても、入院していても、在宅でも、診療の場を問わずに、また、がん治療の有無にかかわらず「いつでもどこでも切れ目のない質の高い緩和ケア」を提供できる体制が整えられていきます。

「緩和ケア病棟」のあり方も変わりつつあります。少し前までは、緩和ケア病棟のイメージは、「看取りの近くなった患者さんが入るところ」「終の棲家」といったイメージでした。しかし、今は、緩和ケア病棟で苦痛が軽減して体調が整えば、自宅や施設に退院したりする方も年々増えてきています。

津島市民病院では

がんと診断された時からの緩和ケアのために、緩和ケア外来を行っています。また、精神緩和ケアチームが活動しており、一般病床に入院中の方であっても、主治医の先生と連携しながら緩和ケアを行っています。緩和ケア病棟では、患者さん、ご家族の方が明日への希望をつなぎ「自分らしく生活していく」ことに寄り添い支えていけるように、多職種で協力しながらケアを行っています。

病棟での生活の中でも季節を感じていただけるように、豆まき・春祭り・夏祭り・クリスマス会などの行事も行っていきます。また、月に2回、ボランティアの方のご協力もいただき、お茶会を催しています。入院の形態としては、体験入院・レスパイト入院(介護者の休息のため)・通常入院を整えています。

緩和ケアについて思うこと

がんは、日本人の2人に1人と言われるほど、誰にでもかかる可能性のある当たり前の病気です。しかし、大人も含めて正しい知識を得る機会が少ないのが現状です。

2021年度から、全国の中学校でがん教育が行われます。がんをむやみに怖がったり、誤解や偏見を無くすためにも、子どもたちへのがん教育はとても大切です。それに先立ち、津島市では今年度すでに市内のいくつかの小中学校でがん教育の授業を行いました。来年度は、すべての小中学校で行われます。

授業では、がんに対する正しい知識、検診の大切さ、がん患者さんへの理解などと共に、緩和ケアについても子どもたちに伝えています。そして、がん患者さん、そのご家族を助けてくれるたくさんの仲間がいることも伝えています。子どもたちに知ってもらうことで、家族や周囲の人たちのがんに対する意識も変わっていくと思います。

こうした取り組みにより、緩和ケアに対する理解が進んでいくと良いと思います。

治療の有無にかかわらず、体や心のつらさを抱えていると、自分らしく生きていくことは難しいでしょう。緩和ケアは、がんと共に生きていくために大切なケアです。つらさが緩和されれば、穏やかな時間を取り戻せます。自分らしく生きていくことができます。

怖がらずに、当たり前「緩和ケアを受けたいです」と言っていたら、そんな世の中になると良いと思います。