

# 緩和医療（ケア）

～津山市医師会～



ガンを扱ったテレビドラマなどで緩和医療あるいは緩和ケアという言葉をご存じの方も多いことでしょう。しかし、中身を正しく理解されている方は、医療者も含め少ないと思います。「治療法がなくなったガン末期の痛みを麻薬で取ること？」ですとか「でも結局は苦しむんだよね！」といった誤解が幅をきかせているのが現実です。

世界保健機構（WHO）による緩和ケアの定義は以下のように表現されています。

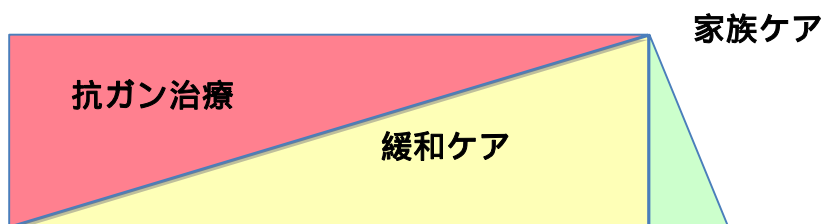
**「ガンなどの命を脅かす病気に罹った患者とその家族の身体の痛みだけでなく心の痛みや社会生活を営む上での苦しみを病気の早い時期から評価しその苦しみの予防と軽減を行うことで生活の質を向上させるための様々な手法」**

この定義には、皆さんの誤解を解くキーワードがたくさん盛り込まれています。まず対象となる病気ですが、ガンだけではなく命を脅かす病気は、すべて対象になると思われまます。また、ケアを受けるのは、患者さんだけではなく家族も含まれ、取り除く痛みも身体的痛みに限られてはいません。「不安」や「いらだち」といった心の痛みや、社会生活を営む上での痛み、たとえば経済上の問題などもできる限り取り除くように努めます。緩和ケアは、ガン医療が行われる中でいつから始まるのでしょうか。皆さんは、図1のように選択可能な抗ガン治療がすべてなくなった段階で始められ、そこから後は緩和ケアだけが行われると考えていませんか。図2は、WHOが推奨している「早い時期」の緩和ケアを表しています。必要とされるなら、ガンの告知と同時に緩和ケアを始めることもあります。

図 1



図 2



私たちは、患者さんに対し痛みを我慢しないでくださいとお願いします。我慢することで事態が好転することはありません。心の苦しみも私たちに話してください。私たちは、皆さんのお話に耳を傾けます。これだけで苦しみが和らぐこともありますし適切な薬剤を使うこともできます。また経済的問題や家庭内の問題を解決するための専門員に相談することもできます。身体の痛みに至ってはもっと顕著です。痛みが始まる前に鎮痛薬や麻薬を使うことで痛みが始まってから使うよりも良好な鎮痛効果が得られます。WHO の定義の最後に様々な手段とありますが、苦痛を和らげる手段は、麻薬だけではありません。皆さんのお話を聴くことから始まり、抗うつ薬や鎮静薬、ステロイドなどの様々な薬剤を使います。苦痛を和らげ生活の質を高めるために放射線療法や内視鏡治療を行うこともあります。麻薬の使用については依存症の不安や、反社会的なイメージから躊躇される方がおられますが、心配はいりません。患者さんの苦痛を取り除くために適切に医療用麻薬を使うことは違法ではありませんし、決して依存症を起こすこともありません。むしろ諸外国に比べ日本での医療用麻薬の使用量は少ないためもっと使うように推奨されています。社会的苦痛や家族の苦しみのすべてを除くことは困難ですが、薬剤の種類や投与方法は進歩していて身体的苦痛のほとんどを取り去ることができます。



ガン拠点病院は勿論のこと、多くの病院で緩和ケアチームがつくられ、医師や看護師だけではなく栄養士、薬剤師、ソーシャルワーカーなどの様々な職種が、患者さんを中心とした緩和ケアに取り組んでいます。診療所にも在宅や外来で緩和ケアを行う施設があります。津山市でも緩和ケア研修会が毎年開かれていて、これを修了した医師や看護師は、インターネットで検索することもできます。相談したいことがあればお尋ねになってください。

薄元医院 薄元亮二

お問合せ先：津山市健康増進課 0868-32-2069