

NEWS

今回は、平成30年11月15日に大崎保健所で開催した研修会の様子をお伝えします。



宮城県がん征臣イメージキャラクター
グーチちゃん & がん助くん



テーマ：がんと診断された時から始まる緩和ケア

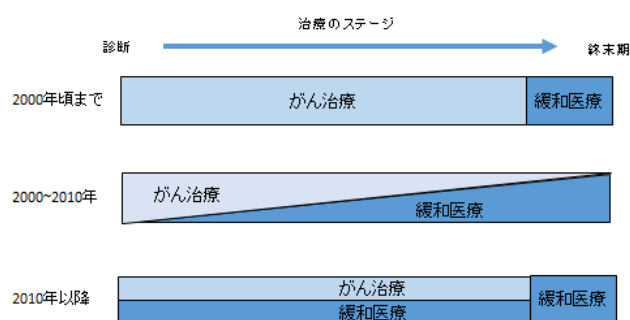
講師：大崎市民病院腫瘍内科 坂本康寛医師

○緩和ケアとは

- ・生命を脅かす疾患に伴う痛みをはじめとする身体のだらさ、気持ちのだらさ、生きている意味や価値についての疑問、療養場所や医療費のことなど、患者や家族が直面するさまざまな問題に対し援助する医療のことです。
- ・以前まで、緩和ケアは「看取りの医療」と言われていましたが、現在は、「身体や心のだらさ」に焦点をあて、がんと診断された早期から、がん治療と一緒に緩和ケアを行っていくことが重要とされています。〔スライド1〕

〔スライド1〕

がん医療モデル



〔スライド2〕

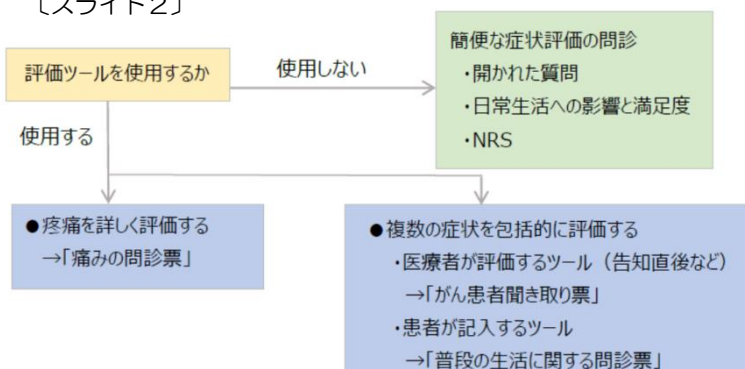


図1 評価ツールの選択

〔スライド3〕

～からだの調子について教えてください～

1 痛みはいかがですか？

「10を最大の痛みとした場合、今の痛みはどのあたりですか？」



痛みがない 中等度の痛み 最悪の痛み

【痛みの程度】

- 0: 全く痛みがない
- 2: ほんの少し痛い
- 4: 少し痛い
- 6: 中くらい痛い
- 8: かなり痛い
- 10: これ以上ないほど痛い



2 吐き気・眠気・便秘はいかがですか？

【吐き気】

- 0: なし
- 1: 少しむかむか
- 2: 強い吐き気 (実際に吐いた)

【眠気】

- 0: なし
- 1: 少し眠い
- 2: 眠くてボーとする

【便秘】

- 0: なし
- 1: あり

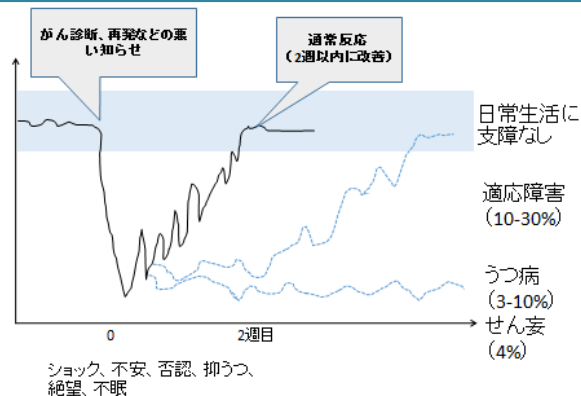
大崎市民病院 院内緩和ケアチーム リンカーン・スター・タルベインチーム 2015年1月改正

○症状評価について

- ・症状のレベルは、患者自身の評価が基準。医療者側がデータをみて評価するものではありません。評価ツールの選択は〔スライド2〕のフローを参考にしてください。
- ・痛みの評価は、患者自身が痛みをどのように感じているかを評価することが大切です。痛みにより日常生活にどの程度支障を来しているのかをまず確認します。特に睡眠の影響については必ず聞きます。痛みの強さは、治療効果判定の意味からも初診時に評価しておくことが重要で、様々なツールはありますが、大崎市民病院では、〔スライド3〕の評価ツールを用いています。

○がん患者の心理面について

- ・抑うつ・不安は、誰しも起こる反応の1つです。がんの告知直後は、ショックや絶望、否認がみられ多くの方は2週間以内に改善しますが、適応障害（改善まで2週間以上時間がかかる人）やうつ病になってしまう方もいます。



○患者の苦痛への対処方法

◇患者の痛みを理解する。

患者が自身の痛みを表現できるよう支援し、客観的・継続的に観察する。また、個々に意味づけされた痛みの体験に関心を寄せ、傾聴しその意味を理解する。

◇痛みに伴う日常生活の変化を知り、生活の調整を行う。

痛みによりどのように生活が変化しているかを明らかにし、患者の希望と現実を調整していく。その際、患者の生活習慣に基づいた方法で生活を再構築できるように患者と目標を共有する。

◇患者自身の痛みの自己管理能力に合わせた援助

- ・薬物療法を確実に実施できるよう支援する。

パンフレットを用いたり自記式服用記録や服用日記を活用し、副作用やその対応についての知識を提供し対処していけるよう支援する。

- ・患者の心理面を支える。

持続する疼痛は気持ちの落ち込みや自己効力感の低下を招くことがあるため、心理面にも目を向け、気分転換を図り、リラックスできる環境を調える。

- ・患者にとって痛みを緩和させる方法を積極的に取り入れ、痛みの原因となる因子を可能な限り取り除く。

痛みを緩和する因子例：安静、保温、冷却、マッサージ、ポジショニング、リラクゼーション など

痛みを憎悪させる因子例：不眠、不安、体動、食事、排泄 など

○在宅療養に関する院内での取組

- ・患者の退院調整の際、病名や余命告知、病状の正しい理解があるかなどは重要な情報ですので、退院前に再度確認するようにしています。また、退院に当たって必要な情報の共有、支援体制の構築のために、本人や家族、地域支援者と退院カンファレンスを行っています。今後より一層、地域の多職種と連携して、院内から地域へのチーム医療をすすめていきたいと考えています。

〈質疑応答〉

- ・長期間、医療用麻薬を使用されている方に、介護職が気をつけるべき観察のポイントはありますか。
→医療用麻薬を使用している方の多くは副作用に便秘症状が現れます。便秘には下剤の調整が必要です。医療用麻薬の長期服用の場合、急にやめると下痢、鼻漏、発汗等の退薬症候が出るので、急にやめずに漸減する必要があります。