

くす通信

第131号
2012年1月1日

国立病院機構 熊本医療センター発行

緩和ケアについて

- ・ 緩和ケアのお薬について
- ・ がんと上手につきあうために



「くす(樟)」の由来について

くす(樟)は常緑の広葉樹で、熊本城内に多く見られます。種々の精油成分を含み、良い香りがします。樟脳をはじめ色々な薬用成分が抽出されるなど有用な薬用樹でもあります。また、くすし(薬師)とは、医師のことを指し、くすしぶみ(薬師書)は医術に関する書物のことを言います。本誌はこの「くす」にあやかり、健康な生活を送るために情報を提供しております。お気軽にお読み下さい。

がんと上手につきあうために

がん看護専門看護師 安永 浩子

がんが診断されると、多くの人は不安になったりやり場のない怒りを感じたりさまざまな場面でストレスをお感じになられています。それでも、家族や親戚、友人、会社の人にどう話せばいいのか一人で抱え込まれることもしばしばです。

そこで、がんという病気と取り組むためのガイドラインの一部(筆者一部改変)を、ご紹介したいと思います。

1. 「がん=死」と思い込まないようにしましょう。医療の進歩によりがんの多くは慢性疾患と言われるようになりました。
2. 情報を集めたり、人に話すことがよいこともあります。がんサロンなどグループのサポートを得るのもよいでしょう。また、こころの専門家に相談することをためらう必要はありません。それは精神的に弱いということではなく、むしろ強さなのです。
3. いつも前向きな考え方ができないからといって、自分を責める必要はありません。不安やおちこみがあるのはむしろ自然なことです。そんな時には自分に優しくしてあげてください。
4. 何でも質問できてお互いに尊重と信頼のできるような関係を医療者との間に築いていきましょう。医療者は治療上の「パートナー」です。あなたの大切にしたいことや希望を教えてください。
5. 治療をやめて安易に代替療法に走らないようにしましょう。それは不安のサインかもしれません。まず信頼できて、客観的に判断のできる人と話し合ってみましょう。

●「がんの治療や療養、緩和ケアに関するご相談等がございましたら地域医療連携室相談支援センター(10番)までお気軽にご相談下さい。」



緩和ケアのお薬について

薬剤師 高田 正温

がんによる痛みや吐き気などに使用するお薬について説明します。

1. 痛み

痛みには、“うずく”“深く絞られる”などの侵害受容性疼痛と“しびれる”“ひりひりする”などの神経障害性疼痛の2種類あり、WHOのガイドラインにより薬を使い分けします。侵害受容性疼痛にはオピオイド鎮痛薬と呼ばれる医療用麻薬を使うことがありますが、麻薬中毒や依存はなく、決められた通りに服用することで生活の質を高めます。

非オピオイド鎮痛薬

痛みの軽いときの鎮痛薬でアセトアミノフェン(カロナール®)などがあります。痛みが強くなるとオピオイド鎮痛薬と一緒に使うこともあります。

オピオイド鎮痛薬

飲み薬や坐薬、貼り薬など様々ありモルヒネ(アンペック坐薬®など)、リン酸コデイン10%、オキシコドン(オキノーム散®, オキシコンチン錠®)、フェンタニル(デュロテップパッチ®など)があります。痛みの程度や体の状態にあわせて組み合わせたり変更したりもします。

鎮痛補助薬

プレガバリン(リリカ®)は興奮する神経を鎮める働きがあり神経障害性疼痛に使われます。その他、抗うつ薬や抗けいれん薬を使うこともあります。

2. 吐き気・便秘など

がんそのものや鎮痛薬による副作用でおきる場合があります。吐き気にはプリンペラン®, ナウゼリン®などが、便秘にはマグミット®, ベルベロン®などが使われます。

3. その他の注意

鎮痛薬の飲みはじめや量が増えた時に眠気がくる場合がありますので、車の運転など危険な作業は注意してください。

お薬のことでわからないことや気になることがありましたら、医師・薬剤師にご相談ください。

国立病院機構 熊本医療センター

診療科

- 総合医療センター 総合診療科、血液内科、呼吸器内科、糖尿病・内分泌内科、腎臓内科
- 消化器病センター 消化器内科
- 心臓血管センター 循環器内科、心臓血管外科
- 脳神経センター 脳神経外科、神経内科
- 感覚器センター 眼科、耳鼻いんこう科、皮膚科
- 画像診断・治療センター 放射線科
- 救命救急センター 救急科
- 精神科 ■ 小児科 ■ 外科 ■ 整形外科
- リハビリテーション科 ■ 泌尿器科 ■ 産婦人科
- 歯科口腔外科 ■ 形成外科 ■ 麻酔科 ■ 病理診断科

- 🕒 診療時間 8:30～17:00
- 🕒 受付時間 8:15～11:00
- 🕒 休診日 土・日曜日および祝日

急患はいつでも受け付けます

〒860-0008 熊本市二の丸1-5
 TEL 096 (353) 6501 (代表)
 FAX 096 (325) 2519
 H P <http://www.nho-kumamoto.jp/>

緩和ケアチーム

当院の緩和ケアチームは麻酔科・放射線科・精神神経科・内科・外科の医師と看護師、薬剤師、理学療法士、ソーシャルワーカーなど診療科・職種を超えて組織されています。痛みや吐き気など、がんと診断され治療中の方々が療養中に感じる様々な不快な症状を取り除き、身体的にも精神的にもできる限り早期から安定した療養生活を送れるように支援することを目的としています。放射線治療や薬剤による痛みの緩和や、精神的なサポート、日常生活の心配事に対する支援などチームの担当者それぞれが得意な分野を中心に、持っている知識・経験を出し合いながら、病棟への緩和回診や緩和ケア外来を通じて、主治医の先生とともに診療しています。

緩和ケアについて



血液内科医長
 榮 達智

「例えばあなた自身やご家族が『がん』と診断されたとします。ほとんどの方が不安を感じたり、食欲がなくなったりすると思います。このような時も緩和ケアの対象です。」

こうお話しすると意外に思われる方が多いようです。今でも緩和ケア＝ターミナルケア（終末期の療養）と考えていらっしゃる様です。

世界保健機関 (WHO) は緩和ケアを以下のように定義しています。「生命を脅かす病に関連する問題に直面している患者と家族の痛み、その他の身体的、心理社会的、スピリチュアルな問題を早期に同定し適切に評価し対応することを通して、苦痛を予防し緩和することにより、患者と家族の生活の質を改善する取り組みである。」この言葉では難しいのですが、

- 緩和ケアとは、日常生活をできるだけ維持しながら抗がん治療を続ける手段である。
 - 対象は患者さんのみでなく、ご本人をサポートしていくご家族も含まれる。
 - 診断の後、何らかの不快な症状や心配を持った時が緩和ケアが必要な時期である。
- と解釈できると思います。

きつさは治療にはつきものだと考えるのではなく、つらい症状や気持ちのつらさを少しでも軽くしていこうと皆さんと主治医の先生と一緒に考えて実践していくのが緩和ケアだと考えています。

つまり緩和ケア＝ターミナルケア（終末期の療養）ではないということです。

具体的に私たちが緩和ケアで行っていることは、

- 気持ちのつらさを持つ方へのサポート、お薬を使った対応。
- 身体への症状への対応（がんそのもの、あるいは治療に伴う不快な症状。痛み、吐き気、食欲不振、呼吸困難など）
- 自宅での療養を行うための援助
- 利用できる制度のご紹介（介護保険など）などです。

がんに伴う痛みを感じる方も多いのですが、その痛みを和らげるためには時に医療用麻薬（モルヒネなど）を使うこともあります。モルヒネという言葉にショックを受けてしまう方もいらっしゃいますが、痛みに対しては非常に有効であり、使い方も確立していますので、安全に使うことが可能です。

緩和ケアやモルヒネに対する誤解は比較的多いようです。それらをご説明し誤解を解くことが私たちの最初の仕事になっています。より多くの方に現在の緩和ケアの考え方を知っていただき、私たちが活用していただければと考えています。

国立病院機構 熊本医療センター 二の丸がんサロン	開催日	毎月第一金曜日 13時00分～15時00分
	場所	国立病院機構 熊本医療センター 研修センター2階(研修室3)
	対象者	患者、ご家族、医療関係者、支援スタッフ (当院以外の方もご参加できます)
	会費	無料
	問合せ先	地域医療連携室

国立病院機構 熊本医療センター がん看護 専門看護師 がん相談	時間	相談時間 9:30～17:00
	場所	国立病院機構 熊本医療センター 相談支援センター(10番) 安永浩子がん看護専門看護師
	対象者	患者、ご家族 (当院以外の方もご相談できます)
	費用	無料