がん患者さん、ご家族の心のケア

国際医療センター 包括的がんセンター 精神腫瘍科
大西　秀樹

はじめに

平成 19 年 4 月がん対策基本法の施行により、がん医療においては心のケアを行うことが医療側の義務とされ、がん医療における心のケアへの関心が高まっています。しかし‥‥。

「がん医療での心のケア」よく聞かれる言葉ではありますし、感覚的には大切なことだとすぐにわかります。ただ、実際はどのような医療が行われているのでしょうか？まだ、あまり知られてないのが現状だと思います。そこで、本日は私ども埼玉医科大学で行っている心のケアの医療活動を通して、がん医療における心のケアとは何なのか皆様と考えてみたいと思います。

がんと心の関係

近年、がん治療はすばらしい進歩を遂げました。しかし、このように医療技術の進歩した現在でも年間 30 万人の方々がこの病気で命を落としており、わが国における死亡原因の第一位となっています。ですから、がんという病気にかかることで、患者さんは「死」の連想をすることが多いと言われています。また、患者さんは、がんの告知、手術、放射線治療など治療の経過中に多くの精神的ストレスを受けることが知られています。治療経過中にあらわれるこれらストレスは不安、うつ状態など様々な精神症状となって現れてきます。完治を目指した治療が行えない状況になってきますと、医療側からもう見放されたのでは

ないかという「見捨てられ感」を感じることも多く、自分の人生の意味は何だったのだろうという不安感なども生じてきます。終末期には意識障害も多くみられます。

がん患者さんが呈する精神医学的な病態は適応障害（反応性の不安、抑うつ）、うつ病（抑うつ気分、意欲の低下といった症状に加えて、様々な身体症状を伴う病態）、せん妄（軽度の意識障害に幻視などの精神症状を伴う病態）が三大疾患であることが明らかになっています。これらの精神症状は患者さん、ご家族を苦しめ、がん治療に影響を与えかねませんが、精神科的治療により改善が期待できます。したがって、適切な精神科治療はがん医療を行う上で欠かすことはできません。

がん患者さんの心のケアの実際

診療は患者さんから話を聞くことが基本で、必要があれば薬物療法も行ないます。しかしながら、最も大切だと感じていることは患者さんのよきパートナーとして「共にいる」ことではないかと考えています。がんになり今までの人生の変更を余儀なくされ、不安感、孤独感に悩んでいる患者さんに対して少しでもお手伝いが出来ればと考えています。

がん医療における心のケアでは、心の状態ばかりではなく、身体の状態にも注意しています。抑うつは痛みで誘発されることも多いので、痛みがあるときには、まず痛みの治療を優先します。また、痛みが激しいようにみえる患者さんで、うつ病に罹患していることがあり、うつ病治療で痛みが軽減することあるので、この点のチェックも欠かせません。せん妄は薬物、代謝異常など何らかの原因によりで生じるので、身体科医と共同でダブルチェックすることでせん妄原因の見落としを少なくしています。

ご家族へのケア

ご家族も患者さん同様、精神的なストレスを受けることが知られています。看病にあたるご家族も 10～30%に不安・抑うつなど何らかの精神医学的な疾患が認められ、その程度は患者さんと同程度かそれ以上であることが知られていますが、ご家族はその苦悩を訴えることは少なく、医療現場でもご家族の苦悩は過小評価されることが多いと言われています。

臨床の現場でご家族を診ていますと、患者さんよりも落ち込んでいたり、精神医学的な治療が必要な場合もあります。ですから、がん医療においてご家族は“第 2 の患者”でもあり、治療およびケアの対象とみなすことが大切と考えられています。埼玉医科大学国際医療センター精神腫瘍科ではご家族向けの外来「家族外来」を設けており、ご家族がよりよい看病ができるようお手伝いしています。

ご遺族へのケア

患者さんが亡くなれば患者さんにたいする医学的な治療は終了します。しかしご遺族は、家族の一員を亡くした精神的ショック、経済的な問題、亡くなった患者親族との付き合い等の問題を抱えて生活しなければなりません。人生の様々な場面でのストレス度調査では、配偶者の死が最も大きいことが知られています。したがって、死別は心身に様々な影響を及ぼします。例を挙げますと、死別後では身体疾患による死亡率が上昇することが知られていますし、精神疾患に罹患する割合も高くなり、死別後 1 年で 15%の方々がうつ病にかかっていると言われています。また、自殺の危険性が高まることも指摘されています。しかし、英国ホスピスでは遺族への相談事業の開始後、遺族の自殺が減少して

いることから、遺族に対する何らかの介入は有用であると考えられています。

埼玉医科大学国際医療センター精神腫瘍科ではご遺族向けの外来（遺族外来）を開設していますが、死別を語る場の提供、死別後に起きる様々な問題の検討、死別後に多いうつ病の早期発見と治療などを行っています。