患者さんとご家族がより良く生活するために

国際医療センター 包括的がんセンター 緩和ケア認定看護師
塩井厚子

がん患者さんは、診断そして治療中、終末期と病期に限らず、さまざまな苦痛を体験しています。苦痛には、痛み、息苦しさ、だるさ、食欲の低下などの身体的苦痛、不安、孤独、恐れなどの精神的苦痛、役割、地位の喪失、生活環境の変化などの社会的苦痛、さらには生きる意味、自己の価値観などに関するスピリチュアルな苦痛があります。このように苦痛は様々で、医師、看護師だけでは解決できません。医師、看護師のほかに栄養士、薬剤師、理学療法士、ソーシャルワーカーなどの多職種の医療チームで苦痛を軽減できるように支援していきます。

がん患者さんの苦痛のなかでも、身体的苦痛である痛みは、治療中から 1/3 の患者さんが経験していると言われています。痛みが強いと、「痛くてなにも出来ない、考えられない。」「今こんなに痛いのに、この先どうなってしまうのか。」「こんなに辛いなら死んだほうがましだ。」などと考えてしまい、適切な治療を受けられないばかりか、生きていくことも辛くなります。そして、それを見ているご家族は「辛そうで見ていられない。」「何もできることがない。」「どうしたらいいかわからない。」と不安に思ってしまいます。このように痛みは患者さんばかりではなく、ご家族にとっても辛く、生活に大きな影響を与えます。この痛みを始めとする身体的症状を軽減することは、患者さんとご家族の生活をより良いものにするために、非常に重要なことです。痛みを軽減するためには、医療用麻薬を使用することが多くあります。患者さんのなかには、麻薬使用に

ついて説明すると、「麻薬を使うと廃人になる。」「使うともう駄目だ、早く死んでしまう。」などの誤解をされて、ショックを受ける方がいます。医療用麻薬は、副作用はありますが、副作用を予防しながら、正しく使用すれば怖い薬ではありません。痛みが軽減することで、睡眠が十分にとれ、食事量が増え、気持ちも明るくなり、生活の幅を広げることができるようになります。

患者さんとご家族がより良く生活するためには、このように身体的苦痛を軽減することが重要です。それと同時に、患者さんとご家族が現状を理解し、その上で「どのように生活を送りたいか」を考えることが大切であると思います。私たち医療従事者は、患者さん、ご家族の望む生活ができるように一緒に考え、支援していきます。