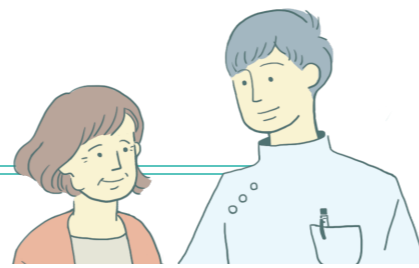


# “がん”になったらどうする？

What would you do if you get cancer?



## 1. 診断

↓ 診断等はできるだけご家族など、どなたかとご一緒にお聞きください。

## 2. 治療方針

医師と相談し、治療方針・治療の場所などを決めます。

### がんの3大治療法

- 1. 手術療法
  - 2. 薬物療法
  - 3. 放射線療法
- 単独またはいずれかを  
組み合わせた治療

どちらでの治療を希望されますか？  
(当院を希望 / 他の医療機関を希望)

## 3. 当院での治療を希望

当院で治療する場合、入院・通院・在宅などの方法があります。  
仕事や生活の予定と調整しながら治療のスケジュールを組みましょう。

入院	●手術療法 ●薬物療法 ●放射線療法 ●いずれかを組み合わせた治療
通院	●主に薬物療法・放射線療法。最初1～4日程度入院することもある。1週間に1～5回程度の通院。 ●働きながら治療することも可能。
在宅	●手術等病院での治療は受けず、緩和医療が中心。 ●40歳以上なら医療保険、介護保険併用可。

## 4. 経過の観察

治療効果があり、軽快しても定期的診察・検査等は行います。  
仕事をされている方は、復帰のタイミングや仕事のペースについて早めに相談を始めましょう。  
患者・家族で在宅療養は、在宅療養支援診療所・訪問看護の支援をうけ、在宅で経過を見ます。

### 再発・転移の場合

- 薬物療法等の治療を選択  
または
  - 緩和医療を選択  
(抗がん剤等の治療は受けず対症療法)
- 症状が強い時には、一般病棟・緩和ケア病棟・地域の病院へ入院

## 5. 経過観察終了

### がんになったときに心掛けること

- ◎ バランスの取れた食事と睡眠、適度な運動を心がけましょう。
- ◎ 治療や暮らしについての情報・相談は、サポーターケアセンターをご利用ください。

### 相談してほしいこと

- ◎ 治療方針に不安を覚える場合、セカンドオピニオンを求めることも可能です。
- ◎ 代替療法、自由診療での治療などは、必ず主治医と相談して下さい。

### 伝えてほしいこと

- ◎ 痛みやだるさを取り、生活のペースを崩さずに治療をすることが大事です。痛みやだるさなどの症状が出ましたら、医療者に伝えることが大切です。医師・看護師にお知らせください。
- ◎ 治療中も自分らしい生活が送れるように、ご自身が大事にしていることを医療者にお伝えください。

### 地域での療養生活

地域での療養生活では、「医療保険」、「介護保険」を使って受けられるサービスがあります。

#### 「医療保険」を使う

- 在宅療養支援診療所・訪問看護(24時間体制)を利用。

#### 「介護保険」を使う

- 介護認定を受ける。
- ケアマネージャーを決めてケアプランを作成する。
- ヘルパーを派遣する。
- 介護機器をレンタルする。(電動ベッド、車いす等)

# がん治療、みんなの悩み

がんを治療するにあたって、患者さんやそのご家族の多くが抱える悩みがあります。医療者と相談しながら悩みを整理し、一つひとつ対処することで前向きに治療することができます。



悩みと疑問

## ① 病気のこと

Q1. 自分の病気についての情報は、どこで調べればいいですか？

悩みと疑問

## ② 治療のこと

- Q2. どんな治療ですか？
- Q3. 民間療法やサプリメントは受けられますか？
- Q4. セカンドオピニオンは受けられますか？

悩みと疑問

## ③ 生活のこと

- Q5. 生活はどんなふうになりますか？
- Q6. 生活で注意することはありますか？
- Q7. 仕事はどうしたらいいですか？

悩みと疑問

## ④ お金のこと

Q8. 治療費はどのくらいかかりますか？

悩みと疑問

## ⑤ 家族のこと

- Q9. 家族とどのように接したらいいですか？
- Q10. 家族の心配事や悩みは誰に相談すればいいですか？

悩みと疑問

## ⑥ こころのこと

- Q11. 私の病気についての心配事や悩みを相談していいですか？
- Q12. この病気とうまく付き合っていくために何かアドバイスはありますか？

悩みと疑問

## ⑦ 医療者とのコミュニケーションのこと

- Q13. 医療者にうまく相談するにはどうしたらいいですか？
- Q14. 患者同士の支え合いの場にはどのようなものがありますか？

悩みと疑問

## ⑧ 今後のこと

Q15. 今後どうなりますか？

## がんの治療に、知っておくと役立つこと

がんの告知を受けたとき、大きな衝撃を受け動揺するのはもっともです。眠れない、食欲がない、気分のアップダウンが激しいなど数日続くことがあります。次第に落ち着いてきます。

### こんな場合は、早めに医師や看護師にお伝えください。

- 眠れない、食欲がない、気分のアップダウンが激しいなどの状態が、二週間以上続く。
- 不眠やだるさ、痛みなどで体調がすぐれない。
- 困っていること、心配なことがある。

### がんと診断されたときから支援(支持・緩和ケア)は行われます。

- 治療の過程で、痛みや吐き気などの体の症状をとることは、治療を無理なく続けるためにも必要なことです。
- がんの治療は時間をかけて行います。治療を続ける上で仕事や家庭、日常生活にも心を配ることが大切です。

### サポーターケアセンターでは『医療連携・相談支援・がんに関する情報提供』を行っています。

- 仕事を続けながら治療を受けるための多くの支援制度があります。詳細をお知りになりたい方は、ぜひご相談ください。
- 医師との面談の際、聞きたいことをきちんと聞くためのパンフレット『重要な面談にのぞまれる患者さんにご家族へ』を準備しています。他にも様々なパンフレットがありますのでぜひご利用ください。
- 同じ経験を持つ患者さんの話を聞くことで、気持ちが軽くなったり、療養生活を快適に送る知恵を得られることがあります。面談を希望される方はご相談ください。

### がんの告知や再発について

- 家族、とりわけ子どもにどのように話せばよいかわからないとき、医師・看護師にお声掛けください。