

TOMONI

と

も

に

vol. 12

特集

もっと身近に、早期から 緩和ケアチームの 役割

医療最前線

百薬の聴

この情報 ウソorホント？

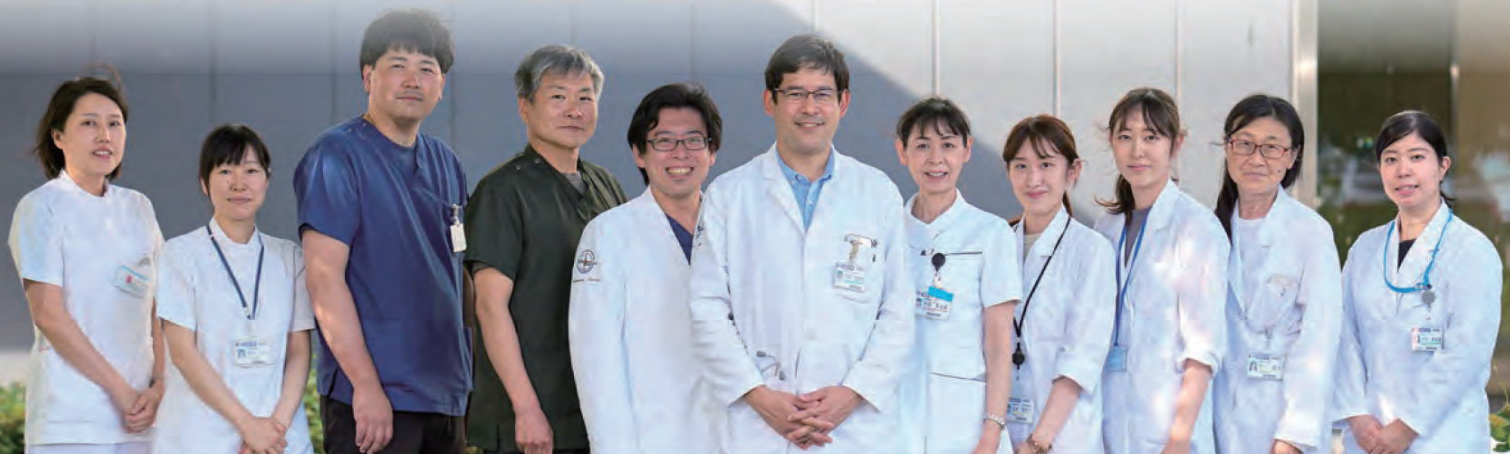
歯ごたえと彩り、野菜を五感で味わう

手軽にできる野菜メニューのひとつ、ピクルス。
野菜のシャキシャキ感とほどよい酸味で
暑い季節や疲れぎみのときにも箸が進みます。
ミニトマトで彩り豊かに仕上げれば
目に鮮やかな一品に。
食卓で映えること間違いなし！
作り置きメニューの常連に加えてはいかがでしょう



もっと身近に、早期から。

緩和ケアチームの役割



左から 松村 暁 / 栗田 さとみ / 島崎 勇人 / 谷井 一夫 / 井村 峻暢 / 村瀬 樹太郎 / 角田 真由美 / 坂本 理咲子 / 清 彩佳 / 赤川 直子 / 渋谷 有佳里

精神神経科

谷井 一夫 / 島崎 勇人

患者さんの気持ちのつらさに
寄り添う姿勢を心がけています

緩和ケアでは、精神科の医師ががんによって患者さんが抱える「気持ちのつらさ」を和らげるための診療を行います。そもそもがんによって体がつらい状況であれば、不安になったり、眠れなくなったりと、気持ちがつかくなるのは当然です。がんを告知された直後は頭の中が真っ白になってしまう方もいらっしゃいます。まずはそうした患者さんの置かれている状況や気持ち、身体的なつらさをしっかりと聞き取って理解し、焦ることなく患者さんの気持ちに寄り添う姿勢を心がけています。そしてこの姿勢は、緩和ケアチーム全体で共有できるようにしたいと

考えています。

がん患者さんの精神的な症状として、不安や抑うつのほかにもがんの進行に伴う「せん妄」がしばしばみられます。せん妄とは一時的な意識障害や興奮状態に陥ったり、幻覚などが出ることです。その原因としては環境の変化や体に痛み、治療で使う薬など、さまざまな要因が考えられ、症状が長引くことも多いのですが、治療可能な場合は改善につながることもあります。我々は可能な限りその原因の把握に努め、病気の治療との兼ね合いを考えながらも、穏やかな状態に導けるように力を尽くしています。(谷井)



がん看護専門看護師 がん性疼痛看護認定看護師

角田 真由美

患者さんにとって最善のケアを
工夫していきたい

緩和ケアに限らず、環境や清潔、食事を適切に整えて、患者さんが本来持っている生きる力、生活する力を消耗させず、生き生きと過ごせるようにするのが看護の基本。そこは緩和ケアでもふれずに大切にしていきたいと考えています。

根治が難しい方であっても、少しでも楽に過ごせるようにするケアが必ずあると思い、その人のその時の状況に合わせたケアを工夫していきたい。そのためにも、患者さんを知ろうという基本姿勢を持つことが大切です。意識していることは、とにかく患者さん

のお話をよく聞くこと。話しやすい雰囲気、場所と空間を作って、気がかりなことや希望、人生史、生活背景なども聞くようにしています。

また、がんと診断された方が、早期から緩和ケアを受けられるように、案内用のチラシや冊子を同封したサポートセットをお渡ししたり、患者さんの痛みや心配事などの聞き取りのために配布する質問票に緩和ケア希望を記入できる項目を作り、そこに書き込むと看護師から緩和ケアにつなぐという仕組みも整えました。誰一人取り残さず、緩和ケアで苦痛を和らげたいと声に出せない患者さんたちをすくい上げて、その方にとっての適切な緩和ケアが適切な時期に受けられるようにしていきたいと思っています。



中川 隼一

薬に対する正しい認識を伝えるのも重要な役割

がんによる痛みや苦痛を和らげるための薬剤は多岐に渡っており、緩和ケアチームの薬剤師はそれらを安全に、適切に使用できるようにマネジメントを行います。

そのなかでも重要なのが患者さんに対して、治療で使われる医療用麻薬についての正しい認識をお伝えすることです。体の痛みを和らげるうえで主役を担う医療用麻薬ですが、その名称から、依存症になる、寿命が短くなるといった誤った認識を持たれている患者さんも多く、問題となっています。そこで我々

薬剤師が医療用麻薬はがんの痛みに対して有効で必要な薬剤であることなどを説明し、ネガティブなイメージが治療の妨げにならないようにしています。

また、緩和ケアチームの薬剤師と病棟薬剤師が連携し、医療用麻薬の服薬指導も積極的に行なっています。これは当院ならではの特徴の1つです。

さらには、当院の薬剤部では、緩和ケアを受ける患者さんについて院外保険薬局の薬剤師とシームレスな情報共有を盛んに行っており、外来患者さんの様子に何か問題があれば病院に報告されるようになっています。これも全国的には数少ない取り組みで、外来患者さんも安心して薬物治療を受けていただけるのではないかと思います。



管理栄養士

松村 暁

患者さんの「食いたい」思いを支えていけるように心がけている

緩和ケアチームの一員として栄養士の主な役割は、患者さんの思いに添った食事を続けていけるようにサポートすることです。

がんの患者さんは、治療による味覚障害や痛み、精神的なつらさで食欲が低下する方も少なくありま

せん。そこで、患者さんから食事に対するご希望などについてお話を伺い、調理担当者とも協力しながら、どうしたら食べやすくなるのかを考え、患者さんにとって最善のものを提供できるように努めています。

また、退院後の食事について不安がある場合には、栄養士がご相談にも乗らせていただいております。患者さんの「食」に対する思いに寄り添ってサポートできればと考えています。



サポートセット

医療ソーシャルワーカー

渋谷 有佳里

「社会的な痛み」を和らげるため、多岐にわたりサポート

緩和ケアチームの一員として、がんの患者さんが抱える「4つの痛み」の概念の中の「社会的な痛み」を取り除けるようなサポートをしています。

「社会的な痛み」とは、仕事や家庭・家族関係、経済的な問題、人間関係から生じるもので、治療と仕事の両立や入院中のお子さんの育児や親の介護、経済的な心配を抱える中での治療選択など多岐に渡ります。これらの問題は患者さん一人ひとり、置かれている状況・担っている役割によって異なるため、まずは患者さんの状況や人生観などを伺い、

時にチームで患者さんの想いや悩みを共有しながら問題解決に向けてアプローチをしています。

また、病状説明の場に同席し、動揺して医師の話が頭に入らない様子の患者さんやご家族の病状理解を促したり、病状に関して理解度に合った説明を受けられるような支援、医師への質問を躊躇する患者さんやご家族のお気持ちの代弁や仲介なども行っています。病状を正しく理解し、ご意向に添った治療を選択できるようにすることも患者さんやご家族の戸惑いや不安を和らげるためには重要なことと考えています。



咽喉頭がんの内視鏡治療の現在

耳鼻咽喉・頭頸部外科 診療部長
志村 英二



近年、喫煙・飲酒・ウイルスが発癌に関与する咽喉頭がんは増加傾向にあります。

これまで治療手段としては放射線治療や、頸部外切開による手術治療が一般的でしたが、現在、早期の咽喉頭がんに対しては、食道がんや大腸がんのような内視鏡治療も可能となっています。

内視鏡治療は傷が小さい、術後の痛みが少ない、治療期間も短くてすむなどの多くのメリットがありますが、咽喉頭は食道や大腸のような消化管と比べて単純な筒構造ではないために

視野確保が難しく、また空気の通り道（声門）も近いため、術後の気道閉塞（喉頭浮腫）のリスクがつきまとう、というデメリットがありました。

それらを安全に行うために、内視鏡医と耳鼻科医が協力して行う内視鏡手術のことを内視鏡下咽喉頭手術（ELPS: endoscopic laryngo-pharyngeal surgery）といい、当院でも内視鏡部の協力を得て2022年度より導入されております。

咽喉頭がんの治療でお悩みの方は、ぜひ耳鼻咽喉・頭頸部外科外来に一度ご相談ください。



図1 ELPSの手術風景



図3 咽喉頭がんの切除後

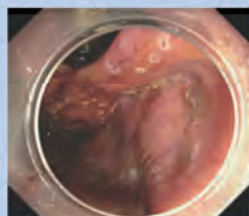


図2 視野展開とマーキング



図4 ELPSにより切除されたがんの検体

第3の星

今回は

がん薬物療法看護認定看護師 浅子 理恵 さん

外来患者さんの生活と抗がん剤治療の両立をお手伝い

がん薬物療法看護認定看護師として外来化学療法室に勤務する浅子さん。「通院しながら抗がん剤治療を受ける患者さんの薬の投与管理や副作用のケアなど、患者さんが生活と治療が両立できるようにお手伝いをすることが主な仕事です」。最近では、抗がん剤による脱毛など、外見に変化による苦痛を和らげる「アピアランスケア」にも力を入れています。もともと抗がん剤の製薬会社に勤務していた浅子さん。より患者さんに近いところで抗がん剤に関わる仕事がしたいと30歳で看護学校に入学。看護師となってからは混合病棟で経験を積み、約7年を経て現在の資格を獲得しました。「自分が製薬会社にいた頃と抗がん剤の仕組みも全く違って、どんどん複雑になっています。患者さんのお役に立つには、まだまだ勉強が必要ですね」



くすりの
耳寄り情報

百薬の
聴



便秘薬について

便秘はありふれた症状のひとつですが、近年新しい薬がぞくぞくと発売されており、その種類は多岐にわたります。中には長期使用や食後に服用すると副作用が強く出る薬もあります。また、その薬を便秘薬と認識せずに使用し、下痢症状を訴える方も少なくありません。たかが便秘薬と思わずに薬の効果・用法用量を理解し、下痢発生時に調整してもよいかなど、事前に対応について医師と相談しておくことが大切です。

薬剤部 茂原 圭佑

この情報

ウソorホント?

Q

X線の検査を受けると
“がん”になる?

A

X線を含む放射線を用いた検査（CTやX線撮影など）を行う場合は、診断を目的とする利益と被ばくするリスクを比較し、利益が十分に上回る場合のみ検査を実施します。医療の現場で用いる放射線は、人体に照射するため放射線量は非常に少なく、“がん”が発症するリスクは極めて低くなります。また、当院はX線装置及び放射線量を適切に管理している施設として「医療被ばく低減施設」の認定を受けており、患者さんの被ばくの最適化に努めています。

放射線部 塚田 亮太

2026年1月の新病院開設に向けて 準備に取り組んでいます

院長 古田 希



当院は1950年に開院し、今年で73年となります。以前より建物及び病院施設のリニューアルを進めてまいりましたが、この度、新病院の開設が2026年1月に決定いたしました。

新病院の理念は、「シームレスな医療をもとに、地域社会に貢献する機動性と機能性の高い基幹病院」です。「シームレスな医療」には、高度急性期から急性期、回復期、地域包括ケア、在宅へと切れ目のない、質の高い医療サービスを提供すること、縦割りの診療ではなく、患者さんや家族の持つ問題点を横のつながり、連携を密に、包括的に解決していくといった意味が込められています。

そして「機動性と機能性」には、いつでも、誰にでも、時代の変化に適切、臨機応変に、柔軟に対応できる組織編成で、効率的な医療を提供するという意味が込められています。

新病院の機能は、「医療機能」「地域貢献」「健康推進」「持続可能な事業展開」の4つの基本的な柱を軸に構成されています。脳卒中センターの新設など新しい医療機能の設置や地域の人を対象にした健康推進事業の充実を図っていく予定です。まだまだ計画段階の部分もありますが、これまで以上に地域に密着した医療サービスの提供ができるよう、職員一同、力を入れていく所存です。



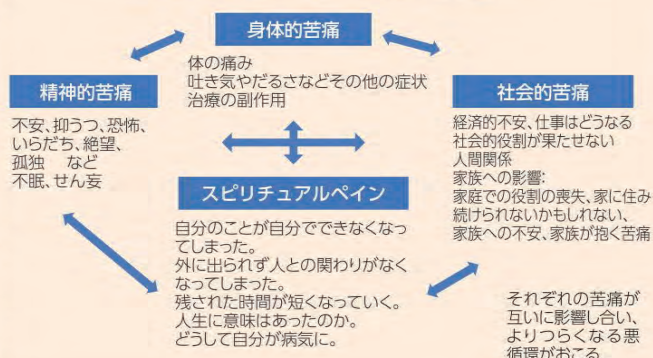
緩和ケアは、患者さんのさまざまなつらさを 和らげるための医療です

緩和ケアチーム専従医 総合診療部 日本緩和医療学会緩和医療専門医 村瀬 樹太郎
総合診療部 井村 峻暢

緩和ケア=末期がんの痛みを麻薬で取るというイメージをお持ちかもしれませんが決してそれだけではありません。診断直後からでも、痛みに限らず様々なつらさは生じるものなので(全人的苦痛=トータルペイン図)、治療と並行して緩和ケアを受ける方が増えているというのが現在の動向です。緩和ケアチームは多数の専門職の視点から患者さんと患者さんを取り巻く環境をみて、どんなつらさを抱えているのか、つらさを和らげるためのアプローチを考え、ご本人とご家族の人生観や希望に添った治療やケアを行います。

当チームは苦痛緩和だけでなく安心して生活できるよう支援することをモットーとしています。当院の地域的特徴として近

痛みの構造 - トータルペイン -



隣に訪問診療クリニックが充実していることがありますので、治療経過の中で生活に支援が必要になる時期には、当院と各クリニックで密な連携を図り、通院治療だけでなくスムーズな在宅医療環境の調整もサポートすることを目指しています。

2026年の新病院開設時には、緩和ケア病棟ができる予定です。地域の皆さんが自分らしく最期まで過ごしていけるよう、当院が支えの一つになれるように努めていきます。

緩和ケアに関するご相談は、まず外来/病棟看護師または1Fのがん相談支援センターにお声がけください。

旬のひと皿

今回の 2023 SUMMER

食材

野菜のバリバリとした食感と酸味で、さっぱりといただけるピクルス。食欲が落ちやすい暑い季節におすすめの献立。火を使う時間が短く、2、3日は日持ちがするので、夏の常備菜として用意しておく便利な一品です。漬物よりも塩分摂取量が抑えられるのもうれしいところです。パプリカやセロリなどを使っても美味しく作れます。酸味を少し和らげたいという場合には、酢をゆずやレモンに替えたり、レモンの皮だけで風味づけをしてみてもいかがでしょう。



ピクルス

- ① 大根、人参、キュウリを長さ5cmの拍子切りにする。
- ② ニンニクは粗みじんに切っておく。
- ③ 調味液の材料を鍋に入れ、ひと煮立ちさせる。
- ④ 保存容器に①とミニトマトを入れ、③を熱いうちに注ぎ、粗熱をとって冷蔵庫でひと晩冷やす。

Recipe (2人分)

栄養素(1人分)

エネルギー33kcal/タンパク質0.6g/脂質0.1g/炭水化物7.4g/食塩相当量0.5g/食物繊維相当量1.2g

大根、ニンジン、 キュウリ、ミニトマトなど… 計70g程度	食塩…………… 4g
〈調味液〉	砂糖…………… 25g
食酢…………… 50g	胡椒…………… 少々
白ワイン…………… 25g	刻みニンニク…………… 0.5g
水…………… 25cc	鷹の爪…………… 1本
	ローリエ…………… 1枚

レシピ作成・監修：第三病院栄養部 管理栄養士 大沼 未奈

患者さんの声にお答えします！

患者さんから寄せられたご質問やご要望をご紹介します、
当院の取り組みについてご説明します。

VOICE 1

正面玄関前ロータリーの路面表示が見えづらく、車道と歩道の区別がつかえません。歩行者が安全に移動できるように整備できませんか？

当院の取り組み

この度はご心配をおかけいたしまして申し訳ございません。正面玄関前ロータリー全体の路面表示について、舗装工事を行いました。



VOICE 2

先生方々、看護師の皆様、看護補助の方々、その他たくさんの方々に大変お世話になりました。痛くてつらいとき、不安なとき、いつも最善を尽くしてくださり、どうしたら私に少しでもつらくならないかと考え、お声をかけていただき、本当に感謝しかありません。本当にありがとうございました。

来院される患者さんは、どなたも何かしらの不安を抱えていらっしゃいます。スタッフ一同、それぞれの専門分野で、できるだけ患者さんの不安が軽くなるよう、努力して参りたいと考えております。



東京慈恵会医科大学附属第三病院

〒201-8601 東京都狛江市 和泉本町4丁目11-1

〈受付時間〉8:00-11:30 〈診療時間〉8:45～

〈休診日〉日曜・祝日、大学記念日(5/1、10月第2土曜)、年末年始(12/29～1/3)

上記以外の休診日につきましては当院ホームページをご確認ください。

〈お問い合わせ〉03-3480-1151(大代表)、<http://www.jikei.ac.jp/hospital/daisan/index.html>

発行：東京慈恵会医科大学附属第三病院広報委員会

