

第10回 気仙がんを学ぶ市民講座

がん医療フォーラム 2016

がん患者さんを在宅で支える

第1部

がん患者さんを支える
情報づくりと地域づくり

がんの在宅療養



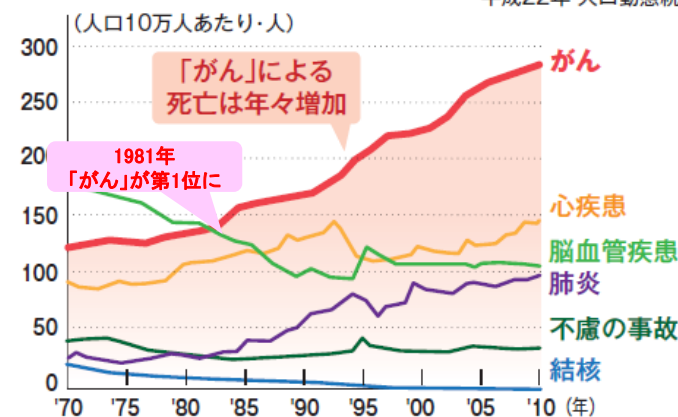
帝京大学医学部内科学講座 腫瘍内科
渡邊 清高

2016年11月3日
大船渡市カメラホール

がんになる人はどのくらいいるの？

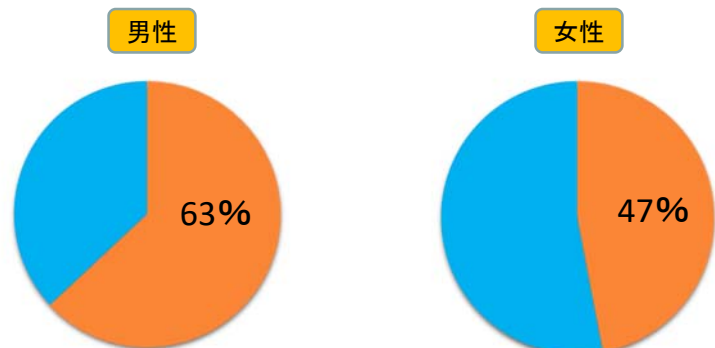
主な死因別にみた死亡率の年次推移

厚生労働省/
平成22年 人口動態統計



年間36万人の方ががんで亡くなり、
1年間で86万人の方が新たにがんと診断されています。

日本人の2人に1人ががんになる

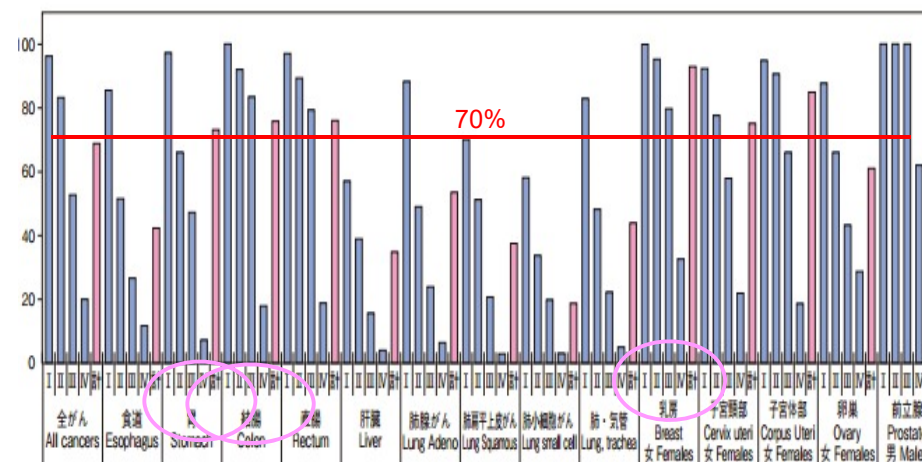


生涯累積発がんリスク (2012年)

国立がん研究センター
がん対策情報センターによる推計値

医療の進歩→患者と家族を支える社会へ

がんの5年生存率(2004-2007 診断治療症例)
全国がん(成人病)センター協議会(全がん協)



がんの統計2015
2016年11月3日

がん情報サービス

(国立がん研究センター
がん対策情報センター)

<http://ganjoho.jp/>

がん情報 検索



インターネット

患者さんの支え:情報



手にとれる手引き

心構え
療養のヒント
生活支援
用語集



手帳、記録

わかったこと
わからないこと
聞きたいこと



地域の情報

「いわてのがん療養サポートブック」
がんと診断されたあなたへ
身近な地域の医療機関
相談窓口

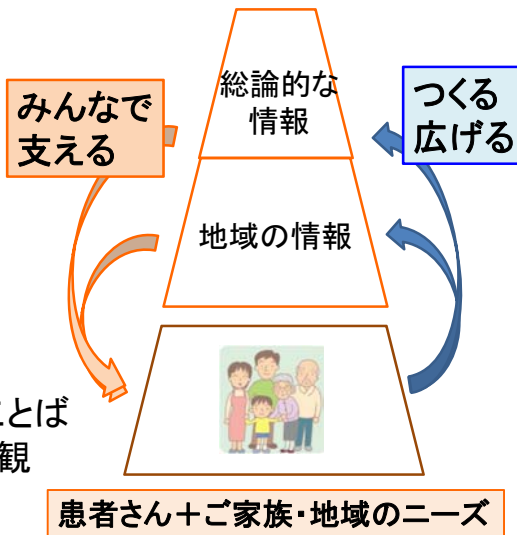
書籍・手帳 患者必携 がんになったら手にとるガイド
学研メディカル秀順社 2013年
インターネット「がん情報サービス」でも無料で閲覧可

がん患者さんとご家族を支える社会

医療・介護・療養を支える

地域の医療
緩和ケア
在宅医療
社会資源
患者会・ボランティア団体

歴史・風土・文化・教育・ことば
気候・風俗・家族観・死生観



がん患者さん・ご家族向け「地域の療養情報」の作成

35道府県で公開 のべ77冊作成・更新(2016年10月)



地元の相談員、ソーシャルワーカー、
看護師、医師、患者さんご家族の
アイデアで作成・更新されています

患者さんとご家族をつなぐ在宅療養ガイド

<http://homecare.umin.jp>

地域におけるがん患者の緩和ケアと療養支援情報普及と活用プロジェクト
がんの在宅療養



HOME 在宅療養ガイド 活動・フォーラム 活動に寄せて

みんなで支える チームで支える

「がんの在宅療養」サイトは在宅療養に関する情報をがん患者さんのご家族、医療従事者、介護・福祉スタッフ向けに提供しています

ご家族のための がん患者さんとご家族をつなぐ 在宅療養ガイド Home Care Guide PDF版公開

必要ところから読む

- 第1章 在宅での療養を始める
- 第2章 「最期のとき」に向き合うこと
- 第3章 人生の最期をともに生きる
- 第4章 お別れの時期

2015年10月公開 全文を無料で閲覧可能 (インターネット)

がん医療フォーラム 仙台 2015

がん患者さんとご家族をつなぐ在宅療養ガイド

第1章 在宅での療養を始める

本人と家族の心構えと準備
一緒に療養を支えるパートナーを探す
在宅での療養を始めるにあたって



第2章 「最期のとき」に向き合うこと

「最期を考える」ことに向き合う
在宅での療養について考える

第3章 人生の最期をともに生きる

人生の最期をともに過ごす
一心と体の変化に寄り添うには



本人と家族の心のケア

第4章 お別れの時期

看取りのときを迎える
大切なひとを失ったご家族へ

在宅での療養を考えたい、
寄り添いたいとき、
役に立つ情報をまとめた
冊子

在宅での療養を始める

① 本人と家族の心構えと準備

② 家族の心の準備は、相談できる話し相手を見つけることから

在宅での療養にはマニュアルもなければ、決まった型もありません。患者さん本人と家族ごと、それぞれに準備のかたちがあります。はじめは、定められた型がないからこそ、不安も湧き上がってくることもあると思います。あまの形式にとらわれず、患者さんと家族でつくり上げていくという気持ちで進めていきましょう。まず始めてみて、そのあと相談したり、話し合ったりすることで解決や納得に結びつくこともあります。



これまでは入院していることが多かったので、通院しながらの生活は短期間で済ませ、病気が治らないことを受け入れることはつらいのですが、限られた時間を家でゆったり過ごすことができるのであれば、本人の思いをかなえてあげたいと思います。ただ、最期を身近にしている人に推すのはもちろん、今まで入院していた家族を家でケアするのも初めてです。生活の準備も必要だし、手続きのこともある、そして気持ちの整理もついでないですし、どこから始めたらよいのか、混乱しています。



この半年ほどで、目まぐるしい変化が来て、本当につらい、大変な時期を過ごされてきたのだと思います。これからの在宅での生活では、ご主人と S さんふたりで心を開き語り合っていくように、お手伝いします。必要なものをそろえたり部屋を整えたり、介護保険などの制度的な手続きをしたりいろいろ行うことがありますが、その前に大切なことがあります。それは、あなた一人での身の回りの全てのことを必ずしも肩負おうとは思わずに、ということ。ほかのご家族やご主人を支えてくれる人たち（支援者）明によってご主人とともに、一緒に支え合っていくというくらいに気持ちで大丈夫です。

Sさん(55歳)は都内に住む専業主婦です。ご主人(59歳)は大企業に長年勤めていたが、定年を迎えたら8歳のときに脳腫瘍を患い、闘病生活に入りました。「オンコ夫婦」とはいえない関係でしたが、定年後のんびりとした生活を二人で思い描いていた矢先のことで、また、がんとは診断されたことには、戦いが難しい状態だったので、旦那様から病名と今後の経過が厳しいことの説明を受けたあとは、まさに夫婦で頭が真っ白になりました。会社での引き継ぎもそこそこに入社生活が始まりました。がん用治療に加え、緩和ケアとして痛み止めや抗がん剤の服用が始まりました。外来での治療が頻りに繰り返されましたが、がんの広がりや程度から考えると、今はご主人の痛みや生活上のつらさを取り除くケアを重点的に行うこと、住み慣れた環境で暮らせるように在宅での療養に向けた準備を進めていくのがよいだろうと担当医から説明を受けました。治療に伴う副作用も考慮して、これからの経過について考えられるようになってきたこともあり、ご主人の話し合いの結果、今後は在宅での療養のコントロールを受けながら療養していくことを選択しました。長女が同居しておろし暮らし、長男は結婚して独立しています。



「在宅療養ガイド」制作とプロジェクト創設にいたるまで

渡邊 清高 さん
(帝京大学医学部内科学講座 准教授 / 腫瘍内科・がん情報)

<http://homecare.umin.jp>

- ・がん患者さんとご家族を支える情報の大切さ
- ・患者さんとご家族の声から生まれた「地域における緩和ケアと在宅療養情報プロジェクト」
- ・「在宅療養に役立つ情報」を冊子にまとめました



がんの在宅療養

在宅療養を支える情報

内容についてのご意見

- ・本人との**コミュニケーションの取り方**がわかる
- ・**家族のケア**のやり方、最期のときの様子がわかる
- ・気持ちが動転しているときに、**大変役立つ**内容
- ・**心の準備**ができる、気持ちの余裕を取り戻せる

届け方についてのご提案

- ・手に取る**タイミング**が非常に重要。自他ともに受けとめる時期が良いのでは
- ・病院、在宅医、訪問看護ステーション、薬局など、**目に触れる機会**を増やすことが大切

気仙がんの在宅療養研修会を5月に開催しました



研修会での話題

●がん患者さんとご家族を支える仕組みづくり

- ・いろいろな**職種・立場**の方の意見が聞けた
- ・今後の**仕事の励み**になった
- ・ネットワークづくり、**コミュニケーション**が大切
- ・安心して在宅ケアを選べるための**共通認識**

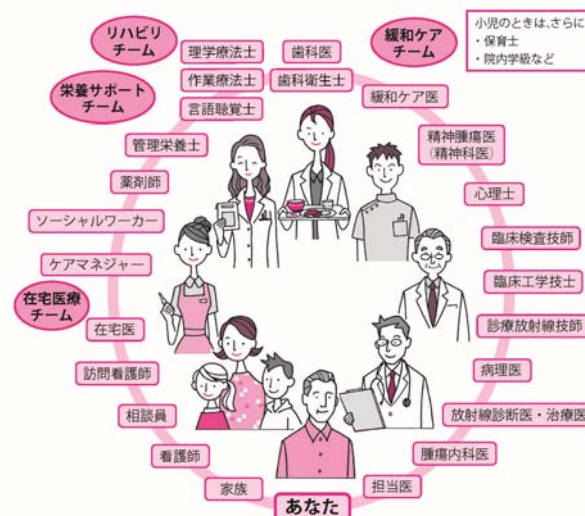
●地域の緩和ケア

- ・緩和ケアに関する**正しい情報と理解・教育**の普及
- ・**地域性を考慮**しながら支えることが大切

●患者を取りまくコミュニケーション

- ・チームで話し合う**グループワーク**で**解決策を共有**

顔の見える関係から 患者さん・ご家族とともに歩む地域づくりを



チーム医療のイメージ

患者必携
がんになったら手にとるガイド
(国立がん研究センター
がん対策情報センター)



アンケートへのご協力をお願い

- お答えいただいた結果は、よりよい緩和ケア・療養支援の取り組みを普及していくための資料にさせていただきます。

- 市民講座終了後、出口で回収させていただきます。