

# 緩和ケア講演会

—患者さんと家族を支える患者ケア—

団塊の世代の方が75歳を迎える2025年に向かって、年々高齢化が進み、がん患者さんが増加しています。これは生命を脅かす問題で、これに立ち向かっていくにあたっては、緩和ケアがキーポイントになります。

昨年11月に市立病院で「患者さんと家族を支える患者ケア」と題して、滋賀県立成人病センター緩和ケアセンター長の堀泰祐先生、当院緩和薬物療法認定薬剤師、緩和ケア認定看護師による講演会が開催され、約50名の参加者と緩和ケアについて考えました。



緩和ケアとは  
生命を脅かす疾患を持つ  
患者とその家族を対象として  
疾患の全過程において  
全人的痛みを緩和することで  
QOLを改善させる  
アプローチである

## 希望を支える緩和ケア

滋賀県立成人病センター  
緩和ケアセンター長

堀泰祐先生

「まさか私が  
がんに…」

私は7年前の8月31日、朝ごく疲れていて、起きるのがとても辛かったことを記憶しています。そして翌日には大量の黒色便がありました。痛みは何もなかったのですが、上部消化管出血でがんだと思いました。その日、覚悟を決めて病院へ行き、内視鏡検査でがんだとわかりました。

胃全摘出の手術を受け、切除標本からがんは非常に広い範囲に広がっていて、進行がんでした。体重は68kgから53kgに減り、体力がなくなりました。

「ごはんは一度に  
食べられない」

がんは今では男性で2人に1人、女性で3人に1人がかかると言われていますが、私のがんになったときに「まさか私が…」と思いました。しかし、「やっぱりがんになった」と思わなくてはいけなかったのだと思います。

今は60kgまで体重が戻りましたが、手術後は、ご飯を一度に食べることができなくなりました。1日に5〜6回にわけて食べないと教科書に書いてありますが、仕事を始めるとそんなことはできません。今でも実行

しているのはカロリーメイトを仕事の合間に食べることで。ただ、消化が十分でないので、すぐに下痢をしてしまいます。ガスもたくさん出ます。これはなぜかと言いますと、通常は食べ物がいっただん胃で消毒されて少しずつ腸に送られ便になるのですが、胃を全部取ってしまったので、一気に大腸に栄養豊富なものが送られるために発酵がすごいわけなんです。今でも異常にガスが発生します。職場だと非常に困って、我慢できずにトイレに駆け込むわけです。



堀泰祐先生  
昭和51年 京都大学医学部卒  
著書:緩和ケア医が見つめた「いのち」の物語(飛鳥新社)

結局抗がん剤を  
飲むことに

それとダンピング症状と言って食べたあとに急に血糖値が上がるので、それがないように少しずつ食べています。

がんはステージ2に準ずるくらいの進行でした。Ts1という抗がん剤があり、生存率が10%くらい上がるというデータもあつたのでこれを飲むことにしました。私はもともと下痢をしやすいのですが、さらに下痢をしやすいになりました。車通勤な

## 医療用麻薬は安全に使用できます

草加市立病院  
緩和薬物療法認定薬剤師 鈴木 慶介

段で「消極的な治療」という考え方がありました。しかし、現在は治療的治療と緩和ケアを同時に進めていくことが推奨されています。

医療用麻薬とは

皆さんは麻薬に対してどのようなイメージを持っているでしょうか。「中毒になってしまうのではないだろうか」「もう積極的な治療ができない段階ではないか」など負のイメージを持っている方が多いのではないのでしょうか。しかし、これらは誤解です。

医療用麻薬は、医療用に関する比較強い痛みを取つてくれる薬で、非常に良い薬です。錠剤、散剤、注射剤、坐剤、貼り薬などがあり、患者さんの症状に合わせて適切な量や時間などが設定され、安全で効果的に使用できます。

がん治療の初期から  
使用できます

がんの治療において、従来は手術や抗がん剤治療などの治療的治療は「積極的な治療」で、緩和ケアは最後の手段



鈴木慶介 薬剤師

緩和ケアはがんと診断されたときから始まり、治療の初期から医療用麻薬を使用します。副作用が心配な方も多くいらつしやると思いますが中毒のようにはおかしな感じがしません。内服初期に軽い吐き気や眠気が生じることはありますが、内服しているうちに体が慣れてきます。頻度の高い副作用としては便秘が挙げられますが、下剤と併用することで解消していきます。

また、痛みを我慢することが治療につながるということがありません。標準的な治療と並行して医療用麻薬の使用を含む緩和ケアを早期から開始した人は、標準的な治療しか受けなかった人に比べて、生活の質(QOL: Quality of Life)を高く保つことができて、生存期間が長かったという研究結果があります。積極的な緩和ケアによって体の痛みだけでなく、心の痛みも改善したことで質の高い生活が送れ、長生きができたのだと考えられています。

医療用麻薬は  
身近な薬

医療用麻薬は日常生活を送り、通院しながら飲める薬ですが、治療の初期は「麻薬は

こわい」「まだ我慢できる」などの誤解から敬遠されがちです。日本では緩和ケアの普及が諸外国に比べて遅れており、医療用麻薬の消費量はアメリカの18分の1くらいで、医療用麻薬が必要な人に使われていないという印象を持ちます。

私が一番お伝えしたいことは、痛みを我慢する必要はないこと、そして医療用麻薬は安全に使用できる薬であるということです。医療用麻薬を誤解することで、必要のない我慢を強いられている患者さんを一人でも減らしたいと思っています。一番つらいのは患者さん本人だということも言うまでもありませんが、ご家族や医療者も心を痛めています。がんの早期発見、早期治療は広まりつつありますが、「早期からの緩和ケア」についても知ってほしいと思っています。

がんの痛みをとることはもちろん大事ですが、最終的な目標は、患者さんが自分らしい時間を過ごしていただくこと、そして大切な人と素敵な時間を過ごしていただくことです。そのためにこれからは薬剤師としてできる限りの支援をしていきたいと考えています。