

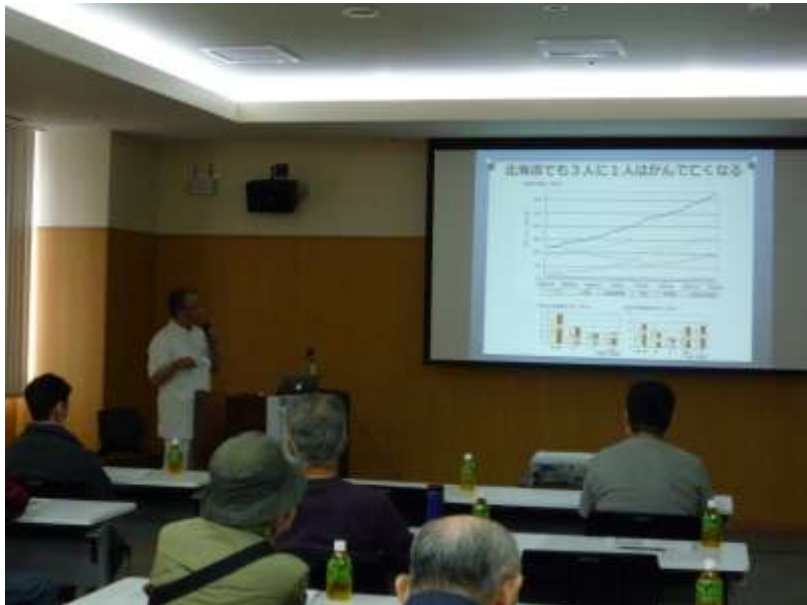
地域医療連携室 NEWS

平成 28 年 5 月発行 第 55 号
社会医療法人札幌清田病院 地域医療連携室

第 55 回地域健康セミナーを実施しました！

「自分らしい生死を考える～がんの痛みとの共生～」

平成 28 年 4 月 28 日（木）当院 2 階会議室にて緩和ケア・麻酔科医師 渡邊 昭彦を講師として、地域健康セミナーを開催しました。講演のダイジェストとをお伝えします★



今回は、「自分らしい「生」,「死」を考える」と題して、主に緩和ケアに関する話題を提供させていただきました。お話しの要点は以下の 3 点です。

【がん医療の近年の流れと現在の状況】

あと 10 年で北海道の人口は 500 万人を切り、2.87 に 1 人は 65 歳以上となります。いよいよ 2 人に 1 人はがんになり、3 人に 1 人はがんで亡くなる時代を迎えることになり、抗がん剤の進歩とも相俟って、がんとの共生期間も長くなることが予想されています。今後は、がんをどう治すかだけでなく、「がんを抱えながら自分らしくどう生きるか」も大きなテーマとなっていくと考えます。

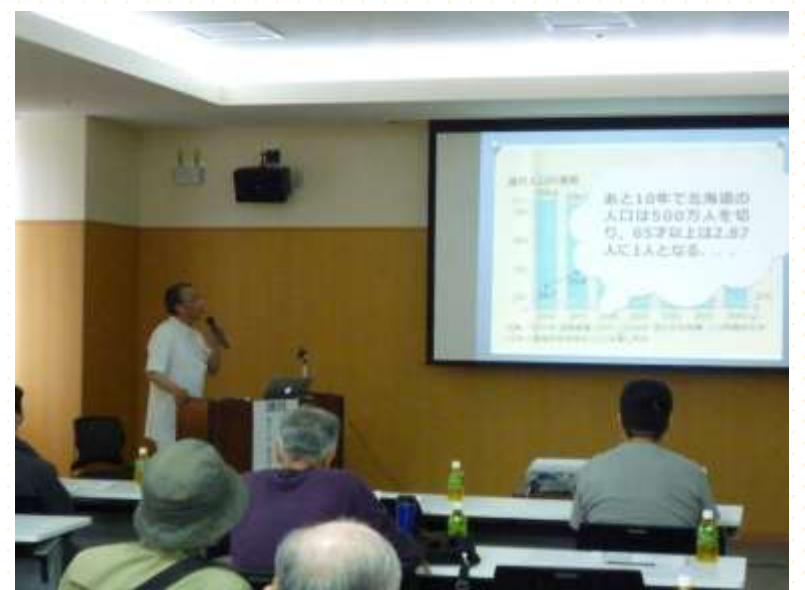
【がんの痛みと上手にお付き合いする】

進行がんでの痛みは、倦怠感や呼吸困難などの他の症状に比較して病期の早い段階から出現し、痛みの大きさと予後とは比例しないことも多いため、結果的に長くお付き合いせざるを得ない症状とも言えます。そのため、如何に上手にお付き合いしながら日々の生活を送るかが大切なポイントになります。がんの痛みに関しては 1986 年に WHO 方式（3 段階徐痛法）が示され、その有効性も確立しています。この方式のキーとなる薬剤はオピオイド、いわゆる医療用麻薬であり、本法を遵守すると満足が得られる徐痛・和痛（痛みスケールで 3/10 以下）が 8 割近く達成されるとされています。まずはしっかりと「医療用麻薬」を使用することが肝要です。

【コミュニケーションの重要性】

日本には「察する」文化や「思いやる」文化があります。この文化は日本らしさを失わないためにも大切にしていきたいものですが、「痛み」は 5 感に含まれないため基本的に相手の痛みを共有する事はできません。察しているだけでは正確な評価に繋がらないため医療者とのコミュニケーションは重要です。

自分の辛さを理解してもらい、自分らしく「生」きていくためにも症状コントロールは必須です。医療者と患者・家族が互いに向き合い、同じ目標に向かって進んでいくためにもコミュニケーションの重要性を改めて強調しておきたいと思います。



平成 28 年 5 月発行 第 55 号

〒004-0831 札幌市清田区真栄 1 条 1 丁目 1-1 地域医療連携室

電話 011-883-6111（代表） 011-883-6114（直通）

発行責任者：社会医療法人札幌清田病院 地域医療連携室室長 井原康二（副院長）