

2020年5月20日(水) 膵がん教室



- ① がんとわかったときから始まる緩和ケア
- ② 人生会議 (ACP)



J A 尾道総合病院  
医療福祉支援センター  
緩和ケアチーム  
藤原 ちえみ

# 緩和ケアのイメージとは

最期のとき、と  
思われますか？



# 緩和ケアとは

重い病を抱える患者やその家族一人一人の、  
身体や心などの **様々なつらさ** をやわらげ、  
その人らしい人生を送る事ができるように  
支えて行くケアのことです



緩和ケアについて考える時期が早すぎることはありません  
緩和ケアは、がんとわかった時から、受けたい時から

診断

がんの経過

従来  
×

がんの治療

緩和ケア

ギアチェンジ

現在  
○

がんの治療

つらさや症状をやわらげる  
= 「緩和ケア」



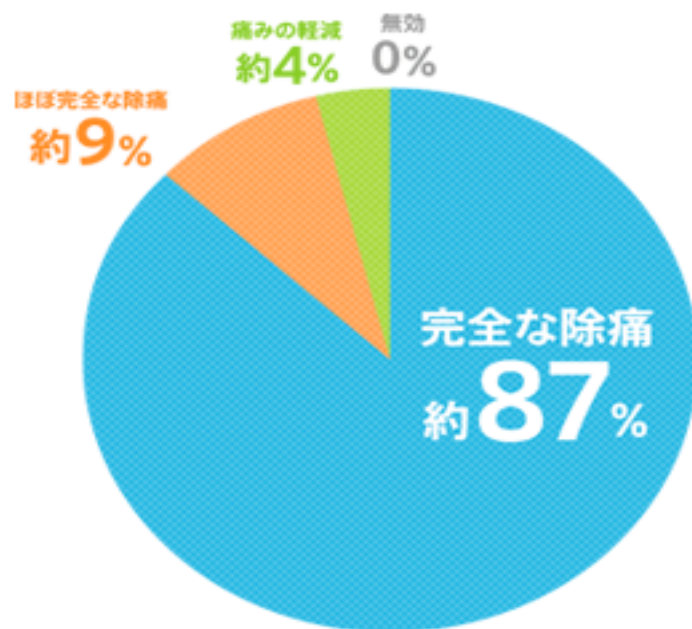


## がんの痛みって、とることができるの？



がん患者さんの痛みの90%以上は、がんの痛みの治療により抑えることができるという結果がでています。

がんの痛みは取り除くことができる症状であり、緩和ケアでは、痛みを取り除くことを第一に考えています。



武田文和：  
がんの痛みを救おう！「WHOがん疼痛救済プログラム」とともに，pp20-21，医学書院，東京（2002）



## 身体的痛み

痛み・だるさ  
嘔気 など

## 精神的な痛み

不安  
いらだち  
うつ状態  
孤独感  
など

## 社会的痛み

仕事  
経済的  
家庭の問題  
役割  
人間関係  
など

全人的な痛み  
トータルペイン

## スピリチュアル的な痛み

罪の意識・人生の意味  
苦しみの意味 など



# 「緩和ケアチーム」の主な構成



## 医師

がんに伴う様々な症状をやわらげます。



## 薬剤師

痛みなどの症状をやわらげるための薬についての助言や指導を行います。



## 患者さん・ご家族



## 看護師

緩和ケアに関する専門的な知識や技術を持つ専門・認定看護師などが支援します。



## 社会福祉士

生活面や医療費など経済面での問題についてご相談を受けたり、社会的サービスや在宅医療をうけるための支援を行います。



## カウンセラー (臨床心理士)

がんに伴う心の問題（不安、うつ状態など）について、専門的に支援します。



## 管理栄養士

食事の献立や味付けの工夫などの助言などを通じて、食生活に関わる問題に対応します。



## リハビリ専門職

(理学療法士、作業療法士、言語聴覚士など)

身体の機能を最大限に活用し、安全に生活できるようにするためのリハビリテーションを担当します。



# 当院の緩和ケアチームメンバー

## ■ 医師：6名

呼吸器外科、麻酔科、放射線科、皮膚科、歯科口腔外科、精神科

## ■ 看護師：4名

緩和ケア認定看護師 2名、がん性疼痛看護認定看護師 1名、がん相談員1名

## ■ 薬剤師：4名

緩和薬物療法認定薬剤師 2名、がん薬物療法認定薬剤師 1名

## ■ 臨床心理士：1名

## ■ 社会福祉士：1名

## ■ 理学療法士：2名

## ■ 管理栄養士：1名

## ■ 歯科衛生士：2名

## ■ 事務職(医事課)：1名





## 「緩和ケア」では、どのようなケアを受けられるの？

緩和ケアで行われる医療やケアは様々です。  
以下に主な緩和ケアの内容を紹介します。

- **自分の病気を知り、治療法の選択を助ける**
- **痛みなどのつらい症状を緩和するケア**
  - ・ 痛みをやわらげる
  - ・ 痛み以外の様々な症状をやわらげる  
(はきけ、便秘、息苦しさ)



# 「緩和ケア」では、どのようなケアを受けられるの？

## ■ 希望する療養ができるようにするケア

- 食事についての調整
- 夜、ぐっすり眠れる調整
- 患者さんにとって心地よい環境の調整
- 患者さんの過ごしたいと思われる場所の提案、調整

## ■ 気持ちのつらさへのケア

## ■ ご家族へのケア



# 緩和ケアはどのような 場所でも受けることが可能です。

入院

がん診療支援チーム  
(緩和ケアチーム)

自宅

在宅緩和ケアチーム

通院

がん診療支援外来  
(緩和ケア外来)

緩和ケア病棟



# 緩和ケア病棟の入院について

緩和ケアで入院の必要な場合は、当院の当該科の病棟、または、近隣の緩和病棟、緩和病床を紹介させて頂いています。

公立みつぎ病院	緩和病棟	6床
福山市民病院	緩和病棟	18床
前原病院	緩和病棟(福山)	14床
三原赤十字病院	緩和病床	5床



# 当院での緩和ケアについて

緩和ケアを希望される患者さん・家族

⇒医療スタッフに相談

⇒主治医と相談

⇒医療福祉支援センターに相談

⇒生活のしやすさの質問票



# 生活のしやすさの質問票について

どんなときに書く？

①化学療法治療前  
(入院時・外来時)

②放射線治療前後

③緩和ケア受診時

## 生活のしやすさに関する質問票 2 入院・放射線・がん診療支援外来

\*患者さんと医療者が相談しながら苦痛の緩和に努め、前向きにがんの治療を受けることができるようにサポートするための質問票です。

ID: \_\_\_\_\_ 氏名: \_\_\_\_\_ 記入日: \_\_\_\_\_ 年 月 日

記入者  患者様  ご家族様  医療従事者 ( )  その他 ( )  
 前回と変わりなし

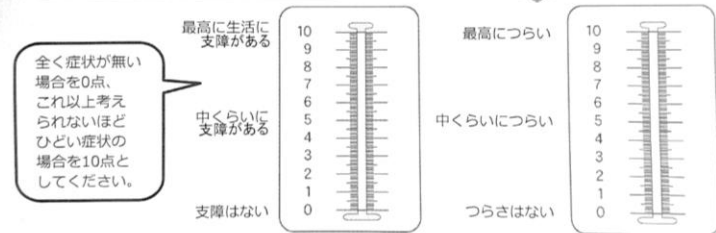
1. 気になっていること、心配なこと、相談しておきたいことをご記入下さい。

- |                                   |                             |                             |
|-----------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| 1) 病気や治療についての情報・相談がある             | あり <input type="checkbox"/> | なし <input type="checkbox"/> |
| 2) 日常生活で困っていることがある(食事・入浴・移動・排泄など) | <input type="checkbox"/>    | <input type="checkbox"/>    |
| 3) 通院に関する問題がある                    | <input type="checkbox"/>    | <input type="checkbox"/>    |
| 4) その他                            | <input type="checkbox"/>    | <input type="checkbox"/>    |

2. からだの症状についてお伺いします。  
1番困っている症状を教えてください。

3. この1週間気持ちのつらさを平均して、  
最もあてはまる数字に○をつけて下さい。

\_\_\_\_\_



4. この1週間で、痛みや下記の症状がどれくらいの強さでしたか？

	全くない										これ以上考えられないほど強い																			
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10								
痛み																														
眠気																														
息切れ																														
睡眠状況	よく眠れる										時々起きるが、だいたい眠れる										眠れない									

5. お困りのことについて誰に相談したいですか？

- 1) 痛みなど、からだの症状や気持ちの辛さに対応する専門のチーム (がん診療支援チーム)  希望する  希望しない
- 2) 経済的な問題や制度の相談、自宅での生活がしやすいように利用できるサービスの情報を提供する医療スタッフ (医療福祉支援センター)  希望する  希望しない

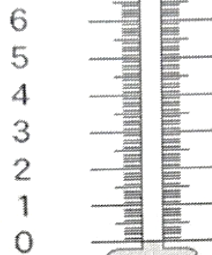
ご記入ありがとうございました

平成26年9月開始平成29年4月改定 緩和ケア委員会

# 生活のしやすさの質問票について

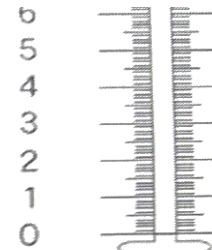
これ以上考えられないほどひどい症状の場合を10点としてください。

中くらいに支障がある



支障はない

中くらいにつらい



つらさはない

4.この1週間で、痛みや下記の症状がどれくらいの強さでしたか？

これ以上考えられないほど強い

全くない

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
痛み	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
眠気	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
息切れ	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
睡眠状況	よく眠れる			時々起きるが、だいたい眠れる						眠れない		

5.お困りのことについて誰に相談したいですか？

希望する  希望しない

1) 痛みなど、からだの症状や気持ちの辛さに対応する専門のチーム

(がん診療支援チーム)

2) 経済的な問題や制度の相談、自宅での生活がしやすいように利用できる

サービスの情報を提供する医療スタッフ (医療福祉支援センター)



平成26年9月開始平成29年4月改定 緩和ケア委員会

受診したい希望があれば、こちらにチェックを！！

# 当院の緩和ケア

2018年度チームの実際  
すい臓癌患者

新規介入 人数134人  
うちの膵臓がんの患者:31人

治療中の患者:10人  
治療開始前の患者:4人

本人家族が希望した患者:11人





J  
緩和ケア内科  
精神神経科

2階で  
売店の  
近くの奥  
にあります

緩和ケアとは、  
自分らしく  
より良く 生きる



がん患者

治療

緩和ケア

# 人生会議

(アドバンス・ケア・プランニング)  
ってご存知ですか??





前の厚生労働省の  
ポスターです。  
今は削除されてます。

「もしものとき」のための話し合い

# 人生会議

「人生会議」とは、もしものときのために、  
 あなたが望む医療やケアについて前もって考え、  
 家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取組のことで、  
※個人の医療的方針について考え、異なるものであり、取り急ぎない、考えにくい等への十分な認識が必要です。



人生会議

検索



# 「人生会議」

## ACP(アドバンス・ケア・プランニング)の愛称

お墓や葬儀などの事前準備をする“終活”だけでなく  
約70%が医療・ケアなどを自分で決めたり  
望みを伝えられない現状を踏まえ  
もしものときのため望んでいる医療やケアについて  
前もって考え、家族等や医療ケアチームと  
繰り返し話し合い共有する取組

厚生労働省HPから



人生会議  
厚生労働省HPから

## 厚生労働省の調査(2017年)

回答 60% → 「人生の最終段階における医療について関心がある」

回答 40% → 「詳しく話し合っている」「一応話し合っている」

# ACP（Advance Care Planning）の特徴

## ACP の利点

- ・ 患者の意向を尊重できる
- ・ 患者の病気に対する
- ・ 自己コントロール感が高まる
- ・ 症状を伝えることによる希望の喪失・抑うつ状態はない

## ACP の欠点

- ・ 病状の悪化を予想して回答することが難しい
- ・ 医師の時間と手間がかかる
- ・ 患者・家族にとってつらい体験となる可能性
- ・ ACP のタイミングが難しい

気がかり

杖をついて歩く姿を人に見られたくないと思っている。

家族の負担にならない医療選択をしたい。

意向

気がかり

夫を残して先に逝くことが辛いと感じている。

最期まで自分の事は自分で決めたい。

価値観

料理の腕に自信を持っている。

意向

延命治療はしない。好きなように生きたいが口癖。

人は、食べられなくなったら、終わりだと言っていた。

価値観

最期まで料理をふるまって自分らしく！

譲れないこと

## ① なぜ 考えなければいけないの？



- 自分の思いや考えを伝えられなくなることが、思わぬ事故や、病気にかかって急に防れたりすることがあります。認知症の進行によってだんだんと防れたりすることがあります。
- 自分の思いや考えを伝えられなくなる時がいつ訪れるかを予測することはできないためです。

## ② 何を 考えればいいのか？

自分の思いや考えを伝えられなくなった時に

### ① どんな治療をどこまで受けていたいですか？

例えば

- 心停止になったとき、心臓マッサージは？
- 食べられなくなったとき、経管栄養（胃ろう）は？
- 人工呼吸器の利用は？

※病状については、かかりつけの先生に相談ください。



### ② どこで誰と最期を過ごしたいですか？

- 長年暮らした家で大切な思い出
- 住み慣れた施設でなじみのスタッフと
- 治療した病院のスタッフと 等



自宅でも訪問診療・看護や訪問の介護サービスを利用しながら生活できる仕組みがあります。

### ③ あなたの代理意思決定者は誰ですか？

自分の思いや考えを代弁してくれる人をあらかじめ決めておくことも大切なことです。

## ③ いつ 考えればいいのか？



自分の思いや考えを伝えられなくなる時が、いつ訪れるのか誰にも予測することはできません。だからこそ元気な時に話しておくことが必要です。今がそのタイミングではないでしょうか。



例えば

- お盆や正月の家族が顔を合わせるときに
- 自分の誕生日に
- 仕事を退職・引退したときに
- 退院したときに
- 介護が必要になったときに 等

## ④ どのように 話し合えばいいのか？

- 自分の思いや考えを家族や医療・介護関係者らと話しておくことで、「いざ」という時でも安心して対応できます。
- 一度決めたら終わりではありません。思いや考えは揺れ動くので、何度でも繰り返し、話し合うことが必要です。
- 話し合ったことを何かに書いておくとうっかりやすいです。





# 豊かな人生とともに

～私の心づもり～

アドバンス・ケア・プランニング  
Advance Care Planning (ACP)

## アドバンス・ケア・プランニングとは？

人はそれぞれ人生観や思いに基づく人生設計を持って将来のことを考えています。それは、医療についても同じことが言えます。これから受ける医療やケアについてあなたの考えを家族や医療者と話し合っ、「私の心づもり」として文書に残すことで、あなたの希望や思いが医療やケアに反映されるでしょう。その手順をアドバンス・ケア・プランニング (Advance Care Planning : ACP) と呼んでいます。これからの豊かな人生を目指して一緒に考えてみましょう。

発行：平成30年12月

制作  
広島県地域保健対策協議会

在宅医療・介護連携推進専門委員会  
ACP普及促進WG

〒732-0057 広島県広島市東区二葉の里三丁目2-3 TEL:082-568-1511 FAX:082-568-2112  
ホームページ <http://citalkyo.jp/>



ACP愛称

人生会議

さあ！  
今から始めましょう！

Step 1

希望や思いについて  
考えましょう

今のあなたの考え方を示しておくことは、将来ご家族などがあなたの気持ちを考えて判断するのに役立つでしょう。



人生の目標・希望や思いは何でしょうか？

あなたにとって、何が大切ですか？

Step 5

考えを「私の心づもり」に  
書きましょう

話し合ったことは記録として残しましょう。希望や思いは時間とともに変化したり、健康状態によって変わる可能性があります。その都度「私の心づもり」を見直して書き直して構いません。



Step 2

健康について学び、  
考えましょう



医師とあなたの健康について相談することも大切です。病気がある場合には、将来どうなるか、どういう治療ができるのか、その治療でどうなるのか学びましょう。

健康で長生きを  
目指して！

主治医に質問  
してみましょう。

A あなたの C ところに P びたつと  
よりそう

## 豊かな人生とともに

あなたが自分の考えを伝えられなくなった場合に備えて、前もって受ける医療に対する希望を、家族や医師に伝えておくことは重要なことです。

何度も、  
繰り返し考え、  
話し合いましょ

Step 3

あなたの代わりに  
伝えてくれる人を  
選びましょう

予期しないできごとや突然の病気で、自分の希望を伝えることができなくなるかもしれません。自分で判断できなくなった時に、あなたの代わりに伝えてくれる人（代理人）を選んでおくことが大切です。

どんな時でもあなたの  
希望を尊重できる人



家族や医師は、あなたの希望を  
知っていますか？

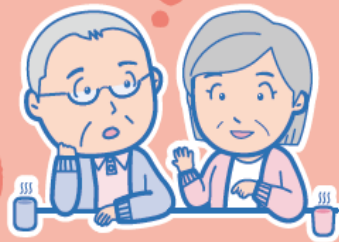
Step 4

希望や思いについて  
話し合いましょ

延命のためだけの  
治療は望まない。

医療や生活に関する希望や思いを家族・代理人や医療者と話し合いましょ。しっかり話し合うことで、お互いの理解が深まることでしょう。

どのような状態でも  
長く生きたい！



# 今の自分が望む最期の過ごし方はこのように伝える

## どんな医療、闘病を望むか

来年生まれる孫の顔を見たい。胃ろうを使うことも希望する

## 大切にしたいこと

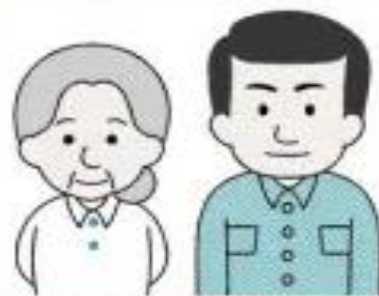
自宅で過ごしたい。認知症になって妻や子どもに迷惑をかけるなら、近所にグループホームを見つけしてほしい

## これだけは嫌なこと

もう治らない病気ならば、検査や治療に時間をかけたくない

本人  
日ごろから  
繰り返し伝える

家族・友人など



信頼できる人を選んでおく

医師



身近なかかりつけ医



まずは、家族や友人と

話し合ってみることが大事だね！



がんによる、痛みや辛さをやわらげる。  
「緩和ケア」の正しい知識を、  
ひとりでも多くの人に知ってもらうために、  
「オレンジバルーンプロジェクト」始まっています。

## Orange Balloon Project



おぼえてください、「緩和ケア」。

あなたの大切な方のために、

あなた自身のために。

がんのあらゆる相談＝医療福祉支援センター

担当：豊田 藤原

ご清聴ありがとうございました

