



第8号

がん患者さんとそのご家族へ

外来治療センターだより オリーブ



オリーブは「幸せを呼ぶ木」といわれ、花言葉には「平和」「やすらぎ」「知恵」などがあります。がん患者さんやそのご家族のからだやこころの不安やつらさが少しでもやすらぐような情報を発信していきます。



在宅療養

近年のがん治療は、入院期間が短くなり、外来に通院しながら抗がん剤治療を続けることが多くなっています。治療の後には体のだるさや食欲不振、吐き気などの副作用症状があります。症状が辛かったり、どう対応したらいいのかわからなかったりする時、次の外来まで誰にも相談できなくて困ったことはありませんか。そういった時に通院で抗がん剤治療を受けながら、自宅で副作用のケアや生活のサポートを受けることができます。

訪問看護の活用

定期的に自宅に訪問し、血圧や体温、脈拍、副作用などを観察して、適切な対処ができるようにアドバイスしてくれます。必要に応じて、主治医の指示のもとで薬の投与や処置を行います。療養生活の相談にも応じます。ご家族の介護の心配などの相談も受けてくれます。また、治療や病気に対する不安やストレスなどについてもサポートを行います。安心して治療を受け、療養ができるように、患者さんの心に寄り添って支援してくれます。体調悪化の時には24時間対応してくれます。



リハビリテーションの活用

抗がん剤治療を受けると、その副作用によって体力が大きく奪われることがあります。もし体力が低下しつづけて日常生活動作も行えなくなると、治療の継続が難しくなってしまいます。こうした問題を防いで治療を継続するために、体力の維持、日常生活動作の維持を目的としたリハビリも効果的です。



参考としたホームページ

公益財団法人
在宅医療助成
勇美記念財団



・いろいろナース
コラム&ニュース



訪問看護が知っておきたい！
がんの化学療法を受ける利用
者の特徴とアセスメント項目

・タツミ訪問看護
ステーション長津田



在宅のがんの療養を
支える訪問看護の役
割とは

訪問看護については、医療保険で受ける場合と、介護保険で受ける場合の2通りがあります。患者さんの状態によって変わりますので、まずはご相談ください。

また、毎日の生活の中で、「こんなことに悩んでいるけど、どうしたらいいかな」「家族としてどうやって支えてあげたらいいかな」など、思っていることがありましたら、どんなことでもがん相談支援センターにお声がけください。いつでもお待ちしております。

文責 がん相談支援センター 大串 亜華音

実際にこういったサポートが受けられるのか、具体的な例を挙げて紹介します。



Aさん

患者さん:Aさん 72歳 女性 夫と二人暮らし
いつも明るく、友人も多い
健康のため、夫と毎日散歩をしていた
病名:肺がん
治療:3ヶ月前から月1回、外来で抗がん剤の投与を受けている
症状:抗がん剤治療の副作用でだるさ、吐き気、食欲不振あり

Aさんは、外来で抗がん剤治療中です。治療日当日は、何の症状もなく 病院から帰ってきました。しかし、3日後には家事もできず、パジャマ姿で横になっています。治療のたびにこの状態を繰り返していました。

Aさん:「気持ち悪いし、食欲もない。だるくて何もできない。」

夫 :「抗がん剤の副作用かな。いつもと同じ感じ?病院行こうか。」

Aさん:「今は動けないよ。病院行けないよ。ああ、気持ち悪い。」

夫 :「(辛そうだな。どうしよう。救急車呼ぶほどじゃなさそうだけど、毎回かなり辛そうだな。) ちょっと様子みようか。」

Aさん:「副作用がこんなに辛いなんて、もう治療受けたくないな。」

夫 :「次の外来で、先生に相談してみよう。」



Aさんは次の外来で、自宅で副作用が辛かったこと、食事も摂れなかったこと、夫との日課の散歩にも行けず、寝てばかりいることを主治医に伝えました。夫からは、毎日辛そうだが何もしてあげられないので困っていた、日課の散歩も行けず、このままでは寝たきりになって病院にも通えなくなってしまうのではないかと伝えました。その様子を聞いた主治医から、訪問看護を勧められました。

訪問看護師の訪問が始まり、体調について相談したところ、吐き気止めを飲むタイミングや、食べられる時に食べたいものを食べることをアドバイスしてもらいました。

また、Aさんは1日のほとんどをソファやベッドで過ごしていたため、筋力の低下も考えられました。そこで、訪問看護師から訪問リハビリの提案があり、主治医と相談して訪問リハビリも開始しました。

その後の外来での様子です。

主治医:「体調はどうですか。自宅での生活はどうですか。」

Aさん:「吐き気はあったけど、薬を飲んで少し楽に過ごせました。普通にご飯を食べるまではいかなかったけど、半分くらいは食べられて。他にアイスとかカステラとか、食べられる時にちょっと食べてます。動けなくなったら病院にも通えなくなっちゃう、って心配だった。心配なことやわからないことを訪問看護師さんに聞いて、気持ちが楽になった。最近はりハビリで外も歩くようになって。少し歩いただけでも疲れるけど、気分がいいですね。早く夫と散歩できるように回復したいです。」

夫 :「最近笑顔も増えました。私もわからないことを訪問看護師さんに相談できて、安心しています。」



Aさんはその後も治療を続けていますが、訪問看護師さんのサポートを受けながら、自分で上手に副作用を乗り越えています。体力も気力も改善してきたので、そろそろ夫とも散歩を再開したいな、と思えるようになりました。

副作用や病気、治療について悩んでいる方は、一度主治医や看護師に相談してみてください。