

緩和ケアについて

2024年10月9日

JCHO 宮崎江南病院

外科医師



日本ホスピス緩和ケア協会では、「世界ホスピス緩和ケアデー（World Hospice & Palliative Care Day）」である 第2土曜日を最終日とした一週間を、「**ホスピス緩和ケア週間**」とし、全国の会員、関連団体へ呼び掛け、イベント開催などを通して啓発普及活動を進めています。今年で19回目の開催となります（2006年度から開催）。

2024年の「ホスピス緩和ケア週間」は、10月6日(日)～12日(土)の日程で開催いたします。この期間に合わせて、**ホスピス緩和ケアに関連したイベントを開催しませんか？** イベントはとりまとめ、当協会のウェブサイトへ9月中旬頃から掲載を予定しています。

ホスピス緩和ケア関連企画の募集について

【内 容】 ホスピス緩和ケアに関連したセミナー、パネル展示、ミニレクチャー、演奏会など

【開催形式】 対面・オンライン・ハイブリットなど

【開催時期】 2024年9月1日(日)～11月29日(金)

・詳細は[案内チラシをご覧ください。](#)

・ホスピス緩和ケア週間内の開催でなくても受け付けております。是非企画をご登録ください。

・開催後、Googleフォームで簡単な報告書の提出をお願いしております。

緩和ケアとは

緩和ケアは、がんにともなって起きる様々な辛さを和らげるためのケアを目的に始まりました。今ではあらゆる疾患の方々に提供できることが求められています。

体の辛さ、心の辛さ、生活の辛さなど様々なつらさを抱えたがんの患者さんと御家族を、総合的に支えるケアのことを言います

病気による辛さを和らげる

体や心の平穏



がん情報サービス

ganjoho.jp

心理士

つらい気持ちを傾聴し、心のつらさを和らげます

ケアマネジャー

在宅生活を整えます

ソーシャルワーカー

経済的な問題や退院・転院に向けた不安に対応します

理学療法士 作業療法士

言語聴覚士

無理のない動きや生活の工夫をアドバイスします

薬剤師

薬の副作用への不安を和らげ、飲み方などをアドバイスします

看護師

体や心のつらさを和らげ、生活を支えます

管理栄養士

食欲がないときなど、食事の工夫をアドバイスします

医師

がんの治療を行う担当の医師や、体のつらさの緩和を専門とする医師、気持ちのつらさの緩和を専門とする医師が対応します



出典：「国立がん研究センターがん情報サービス」

緩和ケアはいつでも受けられる

昔

緩和ケアは、がんを治すための治療の継続が難しくなったら行うもの

がんの治療
手術・抗癌剤・放射線療法など

緩和医療

緩和ケアはいつでも受けられる

緩和ケアは がんを治すための治療の継続が難しくなったら行うもの

がんの治療
手術・抗がん剤・放射線療法など

緩和医療

がんと診断された時からいつでも受けることができる

病気の辛さをとって、自分らしく生きていくことは、病気の時期を問わず大切なこと

がんの治療

緩和医療

緩和ケアはいつでも受けられる

昔

緩和ケアは がんを治すための治療の継続が難しくなったら行うもの

がんの治療
手術・抗がん剤・放射線療法など

緩和医療

がんと診断された時からいつでも受けることができる

病気の辛さをとって、自分らしく生きていくことは、病気の時期を問わず大切なこと

今

病気の治療

緩和医療

患者さんが自分らしく生きていく

がん患者さんに限ったことではない

がん患者さん以外にも辛い人はいる

早期に緩和ケアを受けた方が余命延長した
2010年進行肺癌対象：米国



学びの広場シリーズ

診療編

緩和ケアとは？



静岡県立静岡がんセンター

緩和ケアとは

緩和ケアは、がんにもなって起きる様々な辛さを和らげるためのケアを目的に始まりました。今ではあらゆる疾患の方々に提供できることが求められています。

体の辛さ、心の辛さ、生活の辛さなど様々なつらさを抱えたがんの患者さんと御家族を、総合的に支えるケアのことを言います

病気による辛さを和らげる

体や心の平穏



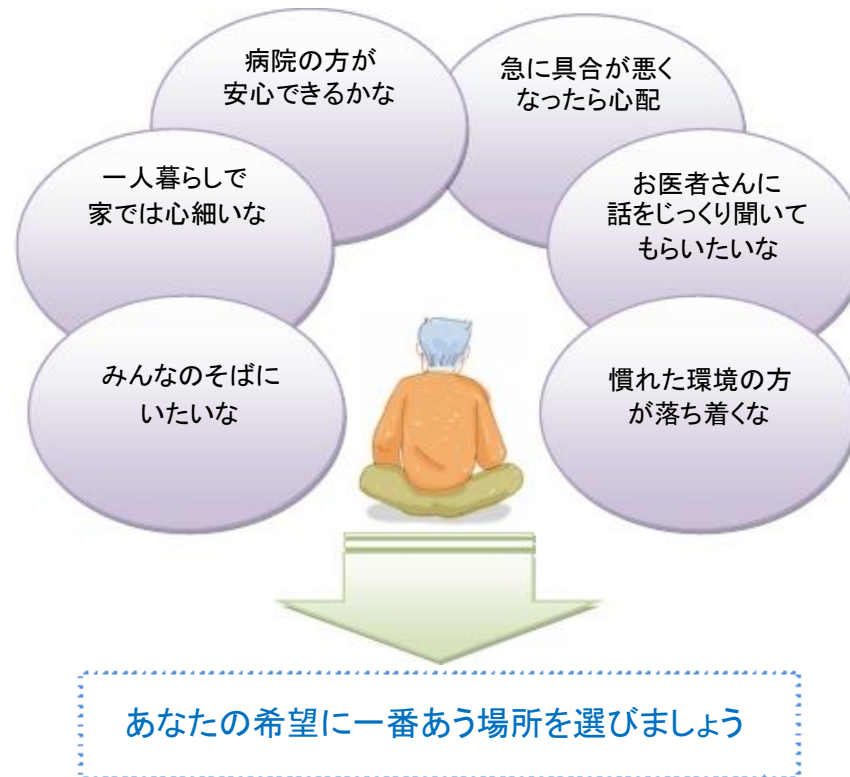
「チームケア」のイメージ



緩和ケアチームのサポートは、
一般病棟(⇒ p.15) や ご自宅(⇒ p.25) でも
受けることができます。

緩和ケアはいろいろな場所で受けられる

緩和ケアは、外来、入院（一般病棟、緩和ケア病棟）、在宅など、希望にあわせて、様々な場所で受けられるようになっています。



入院して緩和ケアを受ける

- 設備が整っている
- 医師や看護師が常時ケアしてくれる
- 周りの方と悩みを共有できる
- ご家族の介護負担が少ない
- △ ご家族と一緒に過ごせない
- △ 生活に制限がある



ケアは場所を選ばない

病院 自宅 施設

自宅で緩和ケアを受ける

- 住み慣れた環境で療養できる
- 地域の中で暮らすことができる
- 自分の生活リズムを維持できる
- ご家族と一緒に過ごせる時間が増える
- △ 医師や看護師が常に近くにはいない
- △ 通院や介護でご家族の負担が増える



○はプラス面、
△はマイナス面ですが、
あくまで一般論として
お考えください。

緩和ケアの内容

痛みが楽になると
ご飯が食べられる人がいる



痛みや つらい症状の軽減

痛みやつらい症状(息苦しさ、吐き気、食べられない、不眠、だるさなど)をやわらげます。

生き甲斐があると
気持ちが前向きになる

「あなたらしさ」を 大切にします

ケアの内容や、生活面であなたが大切にしたいと思うことについては、できる限り、あなたの希望を尊重します。



大切な人たちとの時間

ご家族や友だちと
気がねなく過ごせます。
緩和ケア病棟では、面会、
外出、外泊、飲食などの
制限が一般の病棟よりも
緩やかです。



こころのケア

患者さんをご家族のこころをケアします。病気に関することはもちろん、生活上の悩みも受けとめて、サポートします。



日常生活のサポート

食事、入浴、排泄、散歩など、日常生活のいろいろな場面で専門スタッフによるサポートを受けることができます。訓練を受けたボランティアも患者さん・ご家族の支援に活躍しています。



家族のケア

家族は、患者さんにとって大切なサポーターですが、悩んだり、疲れたりすることもあります。家族のサポートは、緩和ケアの大切な目標のひとつです。必要に応じて、家族の休養のためのケア（レスパイトケア）を提供します。



病院で緩和ケアを受ける

病院で緩和ケアを受ける方法は、大きく分けて二つあります。

一般病棟で「緩和ケアチーム」のケアを受ける

「緩和ケアチーム」は、入院治療中におこる体やこころの様々なつらさをやわらげるための専門チームです。あなたが入院している病棟のスタッフと協力しながら、あなたを支えます。

地域のがん診療の中心を担う「がん診療連携拠点病院」には、緩和ケアチームが必ずあります。

緩和ケアチームの役割

※ 通院で受ける緩和ケアについては ➡p. 25 をご覧ください。

「緩和ケア病棟」でケアを受ける

「緩和ケア病棟」は、緩和ケアを専門的に行う病棟です。
「ホスピス」と呼ばれることもあります。

特に、外来や在宅でつらさをやわらげることが難しい患者さんが利用します。

多職種で様々なケアを提供できる

「緩和ケアチーム」の普及によって、一般病棟でも緩和ケアが受けられるようになってきました。

入院中つらいときには、「緩和ケアチーム」の支援を受けられないか、スタッフにたずねてみてください。

緩和ケアチーム

緩和ケアチームは、一般病棟で治療を受けている患者さんとそのご家族を支えます。緩和ケアチームでは、症状緩和の専門医師、精神科医、看護師、薬剤師、心理療法士などが、それぞれの役割を尊重しながら、力をあわせて活動しています。

チームカンファレンス

緩和ケアチームのメンバーは、カンファレンス(会議)で互いに対等な立場で意見を出しあいながら、患者さんやご家族にとって最も望ましい支援のあり方を考えます。患者さんの治療を担当している医師たちとも、しっかりと連携を取りあいます。



宮崎江南病院 緩和医療チーム (平成16年発足)

◆構成メンバー（現在）

外科医師1名

麻酔科医師1名

内科医師1名

看護師5名

薬剤師2名

栄養士1名

訪問看護ステーション1名

リハビリテーション部1名

併設介護老人保健施設より看護師1名

医療福祉相談室1名



緩和ケアメンバーの増員

2004年11月発足時

医師 3名（外科1、麻酔科1、内科1）

看護局 4名

薬剤部 2名

栄養管理部 1名

2010年1月

リハビリテーション部 1名

2011年

介護老人保健施設 1名

2013年4月～

医師 3名

看護局 6名

薬剤部 2名

リハビリテーション部 1名

介護老人保健施設 1名

訪問看護ステーション 1名

医療福祉相談室 1名



症例検討

- 毎週水曜日 14：30より緩和医療チームへコンサルトされている患者さんについて検討を行う
対象：外来、入院、老健施設入所の患者





季節の行事やコンサート



四季折々の行事

お花見、納涼祭、クリスマスなどの
四季折々の行事、誕生日などの
それぞれの方の大切な記念日を、
スタッフやボランティアと一緒に
楽しめます。

コンサート

プロの演奏家が
ボランティアとして演奏に
くることがあります。



ご家族との時間を大切に

緩和ケア病棟の面会、外出、外泊の制限は、
一般の病院に比べて緩やかで、
ご希望に合わせて調整されます。
患者さんご家族のプライバシーは
最大限に守られます。



レクリエーション



大正琴演奏会



クリスマス会



お茶会（県立看護大茶道部）



ビデオ鑑賞会

お花見会（病院職員駐車場）



緩和ケア病棟 よくあるご質問

緩和ケア病棟入院の条件

原則として、がんの治癒が困難で、体やこころにつらさを抱えている患者さんが入院の対象になります。

入院の条件は、通常、①患者さんご家族が入院を希望すること、②外来や在宅で緩和ケアを行うことが難しいこと、の二点です。

患者さんにとって緩和ケア病棟に入院した方がよいのかどうか、入院するとしたらその時期はいつにするか、ということは、緩和ケア外来での診察結果をもとに、緩和ケアチームの医師や病棟スタッフらが話し合いながら決めます。

緩和ケアに何を期待しているか

末期がんの人が入院するの？

一般的には、緩和ケア病棟では、がんを治すための治療が体力的に難しい患者さん、またはそういった治療を希望しない患者さん、「がんによるさまざまなつらさを楽にするためのケアをしてほしい」という患者さんを受け入れています。

施設によっては、レスパイトケア（介護者の休養のための一時入院）ができる場合もあります。詳しくは、各施設にお問い合わせください。

病院は引き取り先ではない



病名告知
病状告知
余命告知



病気を告知しなければダメなの？

施設によって方針に違いがあるので、たずねてみてください。

緩和ケア病棟の中には、病名や病状を知っていることが患者さん自身のよりよい生活につながると考えて、病気の告知を入院の前提条件としている施設もあります。

施設によっては、患者さんが病名や病状を理解していることを入院の条件とはしてはいませんが、入院後には、患者さんの求めに応じて、病気のことや入院の目的をお話する、という方針をとっている場合もあります。



すぐに利用できますか？

施設にもよりますが、一般的には、緩和ケア病棟は希望してから入院まで、何週間か待つことが多いようです。

体調が急に悪くなってからでは、間に合わないこともあります。

緩和ケア病棟の利用をご希望の場合は、「緩和ケアを受けたい」という意思を担当医に伝えた上で、希望する病院の緩和ケア外来を一度受診して、相談しておくといでしょう。

緩和ケア外来は多くの場合、予約制になっています。また、担当医の紹介状（診療情報提供書）が必要になります。まずは希望する施設に電話をし、必要な手続きや書類を確認しましょう。

入院の順番については、申し込みの順番だけでなく、患者さんの体の具合や緊急度を配慮する施設が多いようです。



家に帰ることはできますか？

患者さんの体調が落ち着けば、外出はもちろん、外泊や退院も可能になります。

また、限られたベッド数でできるだけ多くの患者さんをケアするため、緩和ケア病棟では、体調が落ち着いた患者さんに、ご自宅での療養を勧めることもあります。

病状が悪化した際には、再入院することもできます。

前向きになれるならば

病気を知っている方が
患者さんは落ち着くことが
多いことがわかった

患者さんや
家族の方が
落ち着く環境を
提供する

自宅で緩和ケアを受ける

緩和ケアは、自宅で生活を続けながら受けることもできます。

自宅で緩和ケアを受ける際には、病院や診療所に定期的に通院して受ける方法と、在宅でかかりつけ医や看護師の訪問を受ける方法があります。

通院して緩和ケアを受ける（緩和ケア外来）

入院して受ける緩和ケアと同じように、通院でも、痛み止めの薬をもらったり、悩みごとを相談したりすることができます。

また、専門の緩和ケア外来を設置している病院もあります。

病院生活は制約がある

同様に自宅でできることにも
限界がある



在宅で訪問サービスを受ける

通院して緩和ケアを受けることが難しくても、自宅に居ながら、さまざまな訪問サービスを受けることが可能です。

在宅で受けられる訪問サービスには、訪問診療（かかりつけ医）、訪問看護（看護師）、訪問介護（ホームヘルパー）、訪問薬剤管理指導（薬剤師）、訪問リハビリテーション（理学療法士など）などがあります。

医療保険や介護保険を使うこともできます。

何が大事であるか
一人一人違う



色々なサポートができることを
知っていることが大事

薬の進歩や制度の充実によって、自宅でも、質の高い緩和ケアを受けることができるようになりつつあります。

在宅緩和ケアは、特にこんな方選ばれています。

住み慣れた自宅で
できるだけ長く
暮らしたい。

人間関係の
わずらわしさを忘れ
家族や知人と
できるだけ多くの
時間を一緒に
楽しみたい。

やり残した仕事を
やりとげたい。
家族としての務めを
果たしたい。

誰にも気がねなく
自由に好きなことを
して過ごしたい。



在宅緩和ケアでできること

在宅緩和ケアでは、次のようなサービスを受けることができます。
医師や訪問看護師、ケア マネジャー（介護支援専門 員）と 相談し
ながら、上手に利用しましょう。



外来での診察 ／訪問診療

病院に 通院したり、自 宅 で
か かりつ け 医 による定 期 的
な診 察を受 け たりす る こ と
がで きます。

訪問看護サービス

看護師がご自宅を訪問します。
体の具合をチェックするほか、
医師の指示による医療処置や
体調などの報告を行います。



訪問介護サービス

ホームヘルパーがご自宅を
訪問して、食事、着替え、
入浴、用便などのお手伝いを
します。



訪問入浴サービス

自宅のお風呂に入るのが難しいときは、携行式の専用バスタブを使う訪問入浴サービスも受けられます。

訪問リハビリテーション

専門のスタッフが、日常生活をスムーズにして、痛みを予防するためのリハビリテーションを行います。



デイケア／デイサービス

家族が不在の日中だけ施設に通って、ケアを受けたり、友だちと交流を楽しんだりすることができます。

このほ かに、訪問歯科診療、福祉用具の貸し出し、具合が悪くなったときの短期的な施設入所など、いろいろなサービスを利用することができます。くわしく は、医師(担当医、かか り つけ医)、病院の医療相談室、お近くの訪問看護ステーションなどにご相談ください。

在宅緩和ケア よくあるご質問

● 自宅での介護は大変なのは？

緩和ケア病棟に入院することに比べると、確かにご家族の負担は大きくなります。ただ、**介護のふれあいの中で、お互いにとって大切なことが伝わる場合**もあります。

また、最近では、在宅で利用できるさまざまなサービスも充実してきました。これらのサービスのほとんどは、医療保険や介護保険を使って、総費用の1割～3割の自己負担額で受けられます。

● 家族だけで支えていけるのでしょうか？

適切なケアの方法をお伝えするのも、在宅緩和ケアを行うスタッフ（訪問看護師、かかりつけ医など）の大切な役割です。わからないこと、不安な点は、どんどん質問しましょう。

患者さんやご家族の中には、「いつも相手がどんな様子か、『気配で感じられる』というのが、家ならではの安心感」、とおっしゃる方もいます。

● 在宅緩和ケアを受ける条件はあるの？

患者さんご本人が家で過ごすことを希望することが、在宅緩和ケアを受けるためにまず必要な条件です。

これに加えて、日常生活をサポートしてくれるご家族が（できれば複数）いることや、在宅緩和ケアを行う病院や診療所が自宅の近くにあることも、在宅緩和ケアを受けるために望ましい条件と言えます。

病状によっては在宅緩和ケアを受けることが難しい場合もあります。ご自分の場合はどうなのか、担当の医師に相談してみてください。



急に具合が悪くなったときに診てもらえますか？

訪問看護師やかかりつけ医に相談して、急に具合が悪くなった時にどこに連絡すればよいか、きちんと確認しておきましょう。

[訪問看護ステーション](#) や[在宅療養支援診療所](#)が、24 時間体制で患者さんご家族を応援します。在宅療養支援診療所の詳細については、次のページをご覧ください。

自宅で療養することが難しくなったときには、一時的に入院して、その後のことを医師と相談することも可能です。在宅緩和ケアに力を入れている病院も出てきています。

なるべく
患者さんや家族の方の
要望に応える



自宅で最期を迎えることはできますか？

継続して医師による訪問診療を受けていれば、自宅で最期まで過ごすこともできます。

患者さんが実際に亡くなる時に、必ずしも医師や看護師がそばに立ち会う必要はありません。たとえば、深夜に亡くなられた時には、翌朝まで待ってから連絡しても問題はありません。

亡くなる前には、患者さんの体やこころの状態が変化することよくあります。変化の多くは、誰もが経験する、自然なものです。

どのような変化が予想されるのか、どんなことが起きたら医師や看護師に連絡すればよいのかなど、心配なことを、担当の医師や看護師に必ず相談しておきましょう。

治療 → 良くなるために我慢も必要

ケア → 我慢する必要はない

ケアとキュアの違い



緩和ケアとは

緩和ケアは、疾患にともなって起きる様々な辛さを和らげるためのケアです。

体の辛さ、心の辛さ、生活の辛さなど様々なつらさを抱えたがんの患者さんと御家族を、総合的に支えるケアのことを言います

病気による辛さを和らげる

体や心の平穏



がん情報サービス

ganjoho.jp

心理士

つらい気持ちを傾聴し、
心のつらさを和らげます

ケアマネジャー

在宅生活を整えます

ソーシャルワーカー

経済的な問題や退院・
転院に向けた不安に
対応します

理学療法士 作業療法士

言語聴覚士

無理のない動きや生活の
工夫をアドバイスします

薬剤師

薬の副作用への不安を
和らげ、飲み方などを
アドバイスします

看護師

体や心のつらさを和らげ、
生活を支えます

管理栄養士

食欲がないときなど、
食事の工夫を
アドバイスします

医師

がんの治療を行う
担当の医師や、体の
つらさの緩和を
専門とする医師、
気持ちのつらさの
緩和を専門とする
医師が対応します



出典：「国立がん研究センターがん情報サービス」