

## 「がんの痛みを取り、自分らしく生きる」

がん性疼痛看護認定看護師 西田 沙都子



皆さまは、がんの痛みと聞いてどのように感じるでしょうか。がんは痛い病気、こわい病気というイメージも多く、さらに、痛みと聞くと身体的な痛みを連想し、「怖い」「不安」「絶望」などマイナスな感情が湧き、「もう末期なのではないか」「痛いということはもう何もできなくなってしまうのではないか」など、未来に対する不安が強くなってくると思います。そして、がんの痛みは身体的なものだけではありません。精神的な痛み、社会的な痛み、スピリチュアルな痛みを統合したものとされています。この4つのうち、一つでも欠けてしまうと患者さんのバランスは崩れてしまい、苦痛に繋がってしまいます。がん患者さんの20~50%は診断時から何らかの痛みを抱えていると言われており、進行がんの場合、その割合は75%になるとも言われています。

『がんの痛み』はとても嫌なイメージが多く、できれば体験したくない症状の1つだと思います。しかし、現在痛みを抱えながら生活している方、治療している方、今後起こりうる痛みに不安を抱えている方、たくさんいらっしゃいます。そのような方たちの痛みを取り除き、自分らしく生きることができるようサポートに目を向けることが必要だと考えています。



がんの痛みの治療法の一つに薬物療法があります。近年さまざまな薬が開発され、痛みの状況に応じて使い分けることができ、適切な内容、量の使用により、痛みはほぼ取れると言われていています。ところが、「麻薬を使用するという事はもう悪い状態だ」「死ぬ直前の人を使うものだ」「モルヒネ=死」のようなイメージを持つ方も多く、医療用麻薬に対する誤解が生じ、治療が滞ってしまうことも少なくありません。しかし、私が関わった患者さんの中には、入院時は痛みで歩けなかった方が、医療用麻薬の使用により痛みが緩和され、歩いて退院したという方もいらっしゃいます。また、痛みで眠ることができなかった方、肛門痛で座ることが出来なかった方も医療用麻薬の使用により、少しずつ元の生活に戻ることができました。そのように、医療用麻薬を適切に使用することで自分らしく生活することに繋がるため、一つの手段と考えていただいても良いと思います。



### 京浜東北線 「大森駅」(約8分)

西口より東急バス①~④番「大田文化の森」下車

### 東急池上線 「池上駅」(約10分)

東急バス「大森駅」行き「入新井第四小学校」下車

### 東急大井町線 「荏原町駅」(約10分)

東急バス「蒲田駅」「大森駅」行き「大森日赤前」下車

### 車

首都高速 湾岸線 「大井南」出口下車 (約18分)

首都高速 1号羽田線 「平和島」出口下車 (約15分)

首都高速 2号目黒線 「戸越」出口下車 (約16分)

### 駐車場のご案内

立体駐車場 (107台) 車椅子用駐車場 (2台)

【料金】最初の30分無料 以降30分100円

入庫後24時間 最大1,000円

※患者・面会者に限る



大森赤十字病院

〒143-8527 東京都大田区中央 4-30-1 TEL 03-3775-3111 fax 03-3776-0004

No.59 2017年7月1日発行

# 大森日赤 だより

2017  
7月号

## Contents

### □ 「東京都がん診療連携協力病院」

部位追加指定 (肝がん) について

副院長兼消化器内科部長 後藤 亨

### □ 特集 『足の疾患』は整形外科へ急ごう!

整形外科部長 大日方 嘉行

### □ 特集 『症状に合わせたリハビリテーション』をプログラムします

リハビリテーション課係長 小山 智生

### □ 食と栄養をとおして患者さんをサポート

「当院における管理栄養士の仕事紹介」

栄養課長 杉山 真規子



整形外科スタッフ一同

# 「東京都がん診療連携協力病院」 部位追加指定(肝がん)について

副院長・消化器内科部長  
**後藤 亨**



**【学会認定医・専門医】**  
日本内科学会認定総合内科専門医・指導医  
日本消化器病学会専門医・指導医  
日本肝臓学会専門医  
日本消化器内視鏡学会専門医・指導医  
超音波医学会認定専門医・指導医  
医師会認定産業医日本消化器病学会関東支部評議員  
医学博士  
横浜市立大学医学部非常勤

**【専門分野】**  
消化器一般  
特に肝臓(原発性、転移性)の診断治療

このたび本院が「東京都がん診療連携協力病院」の肝がんについて追加指定を受けました。「東京都がん診療連携協力病院」は肺がん、胃がん、大腸がん、肝がん、乳がん及び前立腺がんの6つの部位ごとに、専門的ながん医療を提供している病院を、東京都が独自に認定しているもので本院は大腸がんで以前より指定を受けておりましたがこのたび肝がんが追加されました。大学病院やがん専門の病院以外で肝がんが指定されている病院は東京都でも多くありません。患者の皆様や近隣の医療施設にとっても有益なことと考えております。

肝がんは私が勤務した1999年から力を入れている分野であり、特に侵襲の少ない局所治療であるラジオ波焼灼療( radiofrequency ablation: RFA) は都内でも有数の件数を行っております。

また、RFAが困難な状態となっても経動脈治療や内服の抗がん剤治療など様々な治療を組み合わせ治療成績の向上に努めております。実際当科では初発肝がん397例の5年生存率は64%、一般にRFAの適応といわれる3cm3個以内のものでは278例で76%と他院と比較しても遜色ない成績です。

## 治療中の超音波画面

やや黒っぽい2cm弱の肝がん(矢印)、点線に沿って針を刺します



針先(矢頭)から熱が発生し白く変化しています



時間の経過とともに腫瘍を含む範囲が焼けて白く変化しました

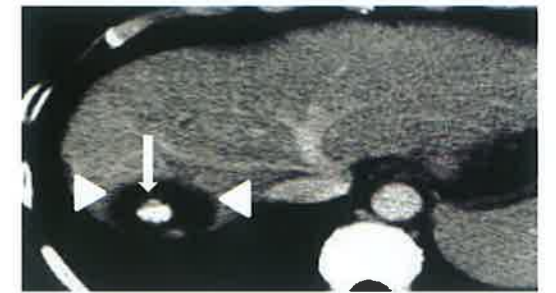
肝がんはC型肝炎の管理が進んだおかげで数は減ってきました。しかし再発が多いことは変わりがなく、その早期発見や肝機能の管理にはきめ細かい診療が必要です。実際経験豊富な施設とそうでない施設では治療成績に大きな差が出てしまいます。本院のように20年近くの経験を有する専門医がいる施設での診療が安心と考えます。肝がんが疑われる患者の方や他院での診療に不安をおもちの方は一度当科を受診していただければと思います。

また転移性肝がんに対しても積極的にRFAを行っております。本来第一選択である手術が施行困難な方や希望されない方は多数おられます。そのような方に対してもRFAは多くの場合で施行可能であり施行により長期生存されている方も多数です。他院で手術と言われたけど希望されない方や手術困難で抗がん剤しか方法がないと言われた方は一度受診をお勧めします。

## 治療に用いる針



長さ 20cm、太さは 1mm 強です



## RFA で治療した肝がん

がん部(矢印)を囲んで焼灼した黒い壊死範囲(矢頭)が広がっています



## ラジオ波装置

## 消化器内科 外来日程表

平成 29 年 7 月 1 日現在

	月	火	水	木	金
午前	井田・千葉 中岡・立川	後藤・芦荻 須藤・西村	諸橋・千葉 河合・阿南	後藤・桑原 芦荻・新倉	諸橋・井田 河合・河野
午後	—	桑原・河野	新倉・西村	中岡・須藤 立川・太原	阿南

※診察日が変更となる場合がありますので、事前にお問い合わせ下さい。



消化器内科スタッフ一同

## 「症状に合わせたリハビリテーション」を プログラムします！

リハビリテーション課係長 小山 智生

当院では、脳卒中や骨折、心臓・肺や消化器に病気のある方など、多くの病気やけがをした方を対象にリハビリテーションを行い、それぞれの症状に合わせたプログラムを組んで実施しています。



### 脳卒中のリハビリテーション

半身麻痺などの運動障害、言葉が不自由になる失語症、飲み込みが悪くなる嚥下障害など脳卒中により生じる障害は多種多様です。一般にリハビリテーションは、急性期、回復期、生活期に分けられ、当院では、発症直後から日常生活の早期自立を目指した急性期のリハビリテーションを担っています。

### 骨折のリハビリテーション

約 200 個ある骨のうち 1 本でも骨折すると日常生活への支障は大きいものです。

骨を早くつなげるためにギプス固定や手術が行われますが、筋力低下、関節が固まらないように、ギプスを巻いた直後や手術翌日からリハビリテーションを開始します。骨折以外の整形外科疾患として、人工関節置換術、脊椎疾患、じん帯・腱損傷などのリハビリテーションを行っています。



骨折のリハビリテーション

### 心臓のリハビリテーション

心筋梗塞、心不全によって心臓の働きが低下した場合でも、入院後早期から心臓の状態に合わせた安全な運動を行い、低下した体力を回復させます。また、心臓手術を受けた場合でも、手術をした翌日から開始し、段階的に負荷量（活動量）を増やしリハビリテーションをすすめていきます。

### 呼吸のリハビリテーション

呼吸に障害のある方は、少しの運動で息が切れ、苦しい思いをします。肺の隅々まで空気を行きわたらせる呼吸法や、運動による息切れが生じにくくなるように、運動のペースと呼吸のリズムをコントロールできるような練習を行います。

### 最後に

その他にも様々な病気やけが、手術後のリハビリテーションを行っています。共通していえることは、できるだけ早く、安全な方法で、継続して、実施することです。そして、リハビリテーションは、運動だけでなく精神、栄養、服薬、生活習慣、再発防止、環境などに対し多くの職種がチームで行うことが不可欠になってきます。

速やかに回復して頂くために、一人ひとり症状の違う患者さんに最も適した治療プログラムを多面的、包括的に組み立て、質の高いリハビリテーションを提供していきたく思います。

## 食と栄養をとおして患者さんをサポート 「当院における管理栄養士の仕事紹介」

栄養課長 杉山 真規子

最近、テレビなどに「管理栄養士」の名が出る機会も多く、「栄養・食事に関する専門職」とご理解いただけるようになったと思います。今回は、私達管理栄養士の当院における仕事内容を紹介させていただきます。

### 入院患者さんの栄養管理

当院に入院されるほぼ全員の患者さんの栄養状態のチェック（栄養アセスメント）を行っています。その結果、栄養状態の悪い患者さんについては、治療の中でも栄養補給が効果的に行えるように、栄養ルート・栄養補給内容などについての担当医への提案、ベッドサイドでの細かな食事調整などを、多職種と協力して行っています。院内の栄養管理の専門チームである「栄養サポートチーム（NST）」の運営管理も担っています。

### 病院給食の企画・管理

当院でお出ししている、病院給食の種類、内容、形態の企画を行い、実際のメニュー作成を行っています。病院の食事は「治療」の役割を担いますので、「患者さんの病気や身体の状態に適した内容・量を過不足なくお出しすること」、「特別なものではなく、退院後の生活の中でも実践、継続できる内容であること」を第一にメニューを考えています。多種に及ぶ治療食を限られた予算や人手の中で、いかに効果的に、食べやすく工夫できるか、非常に難しい仕事ではありますが、日々改善を重ねられるように努力をしています。また、調理面での食品と人の衛生・安全管理も行っています。

### 栄養食事指導(相談)・地域連携

退院後や外来通院の患者さんが、栄養食事療法を継続して行えるように、栄養食事指導（相談）を行っています。患者さん毎に病状や生活は異なりますので、個人に寄り添った、実践可能な相談を心がけています。大田・品川地区の医療福祉施設の栄養士と連携を行い、地域の皆様がどこに居ても適切な栄養ケアが受けられるように情報共有や活動を行っています。

### 栄養食事療法についての調査研究

1～3の内容が科学的根拠に基づいた効果的なものとなるように、調査研究を行っています。関連の研究会や医学会に参加し、日々研鑽を積んでいます。

私達は「食事・栄養に関する技術で、多くの人を支えたい」と思いのもと、当院の管理栄養士という職についています。これからは、管理栄養士が積極的に患者さんの元へサポートに伺える体制を作っていきます。是非お声かけください。

