



## 緩和ケアとは…

みなさん緩和ケアについてご存知でしょうか？聞いたことはある、なんとなくわかる気がする。多くの方はそのような印象ではないかと思えます。ターミナルケア、看取りの医療、終末期、何も治療法がなくて最後の時、そんなイメージではないでしょうか。

WHO（世界保健機関）の2002年に定義した緩和ケアの内容を示します。

「緩和ケアは生命を脅かす疾患に起因した諸問題に直面している患者とその家族のQOL（Quality of Life）を改善するアプローチで、痛み、その他の身体的、心理的、スピリチュアルな諸問題の早期かつ確実な診断、早期治療によって苦しみを防止し、苦しみから解放することを目標とする。」

ちよつと堅苦しく、難しい言葉が多いかも知れません。緩和ケアの対象となる疾患は、がん患者さんが主体になります。もちろん、がん以外でも生命を脅かす疾患があります。（エイズや慢性呼吸器疾患など）しかしがん患者が増加の一途をたどっているからです。医学の進歩は目覚ましく昔と比べてがん患者の生存率は格段に向上している

と言えます。それでもすべてのがん患者の治癒率は、良くて5割〜6割ほどで、がんの種類にもよりますが半数近くの方は治癒することなく担癌の状態です。統計的には一生のうちで、2人に1人はがんになり、3人に1人はがんて亡くなる計算です。現実にはがんという病気はとも身近く、だれにでもなりえる病気です。



そのような状況で、がんに伴って起きるさまざまな症状をやわらげる、緩和ケアは大切です。体のつらさ、心のつらさ、生活のつらさなどを抱えたがん患者さんと家族の方を支えるケアのことを言います。長い間つらい状態が続くと考えたり、眠つたりすることも大変になります。食欲や気力も落ち、これまで通りの生活を送るのも難しいでしょう。体や心のつらさをやわらげることが、とても大切なことです。

緩和ケアは、がんが診断された時から、いつでも受けることができます。決して末期のケアではありません。以前は、緩和ケアはがんを治す治療の継続が難しくなった患者さんに対してだけ行うものと考えられていました。しかし現在、辛さを取って自分らしく生きていくことは、病気の時期を問わず、とても大切なことと考えられています。

緩和ケアは、がんの治療や検査が原因となるつらい症状、副作用もやわらげていきます。「患者さんご家族が、自分らしい生活を取り戻すこと」それが、緩和ケアの目標です。最善の治療を受けても、がんを完全に治しきれず、治療そのものが難しい状態になっても、できるだけ普通の日常生活を送れるよう、緩和ケアは患者さんとご家族を支えていきます。

緩和ケアを希望される場合、病院の相談支援センターや担当医師、看護師に相談することをお勧めします。この機会に一度、緩和ケアについて考えてみませんか？

### これからの緩和ケアの考え方

