

3. 情報を集める

3

情報を集める

(1) 病名、性質、病期

がんと付き合っていくには、ご自身のがんの正確な「病名」、詳しい「性質」、そして「病期」を知ることが大切です。

まず「病名」ですが、肺がんという病名は、治療を考えるうえでは不十分です。肺の「小細胞がん」、肺の「腺がん」といった正確な病名を主治医から聞くことが必要になります。

つぎに「性質」です。近年では、より詳しいがんの性質や遺伝子の変異を調べる検査を行うことが多くなってきました。

がんの性質によって使用する薬剤を選択したり、その効果が事前にある程度わかるようになってきています。特に、分子標的薬や免疫チェックポイント阻害薬などのがん細胞の持つ特異的な「性質」を利用した新しい治療薬が多く使われ、効果を上げるようになってきています。

そして「病期」は、がんの進行の程度を表し、「ステージ」とも呼ばれます。病期が「I期からIV期」のどれに当たるのかを主治医から聞いてください。同じがんでも、病期の違いで治療法が変わることが多いため、正しく把握することが重要です。

がんはどこから始まったのか（原発巣）、どこまで広がっているのか（浸潤や転移）についても知ってください。たとえば「S状結腸が原発巣、肝臓に転移しているが、肺には転移していない」などです。

これらの情報を確実に手に入れるために、主治医に対して「私のがんの正確な病名や詳しい性質、病期を紙に書いてください」とぜひお願いしてみてください。

面談にのぞむときの質問集 → P100



コチラもCheck! 『がんになったら手にとるガイド』

→ 「がんの病期のことを知る」

(2) 主治医の説明を聞く

がんの診断がついた段階で、外来主治医が患者さんに診断名・病期・今後の治療方針などの説明を行います。このとき、ひとりやふたりではなく3~5人で聞きましょう。ご家族や頼りになる友人に同席していただくのもよいことです。よく「家族に心配はかけたくないので、一人で聞きたい」とか「子どもが内地で働いていて同席できない」という患者さんがいますが、がんになったことは人生の一大事です。なるべく都合をつけて、今後の闘病の際に頼りになる方に同席してもらう道を探るのが大切です。

通常の外来日に説明を聞く場合、時間が十分にとれないことがよくあります。事前に主治医にお願いして、30分以上の時間をもらいましょう。それができない場合は、外来日以外に約束をして、改めて説明を聞くのもおすすめです。主治医や看護師に申し出るか、がん相談支援センターに相談してみてください。

説明された内容はメモに残すとあとの確認に便利ですが、落ち着いて話を聞くのは難しいものです。同席する人を書きとめてもらうようお願いしてみてください。主治医に聞きたいことは当日までに「面談にのぞむときの質問集」(P100)に書き出して、説明のときに携帯しましょう。

また、説明は一度限りのものではありません。1回の説明で理解したり、今後の方針を決めることがむずかしいことは、主治医も十分に理解しています。どうぞ遠慮せずに、もう一度説明してほしいと、主治医（または看護師やがん相談支援センター）に伝えてください。



コチラもCheck! 『がんになったら手にとるガイド』

- 「医療者とよい関係をつくるには」
- 「がんに関わる“チーム医療”を知ろう」

3

情報を集める

(3) セカンドオピニオン

主治医とは別の医師の意見を聞くことを、セカンドオピニオンといいます。ここでは、①診断の確認、②治療方針の確認、③その他の治療方法の確認とその根拠を聞くことができます。主治医と同じ判断となることもあります。それでも今の選択が正しいことが分かると、納得して治療を受ける気持ちになります。ときには医師によってすすめる治療が違う場合もあり、よりよい治療法が見つかることもあります。

主治医は、がんの診断がついた段階で、患者さんにセカンドオピニオンを聞くようにすすめることが一般的となっています。

患者さんからも「セカンドオピニオンを聞きたいので、紹介状やデータをお願いします」と主治医に伝えましょう。担当医との関係が悪くならないかと心配になるかもしれませんが、多くの医師はセカンドオピニオンを聞くことは一般的なことと理解しています。納得した治療法を選ぶために、気兼ねなく相談してください。その際は、セカンドオピニオンにおすすめの病院と専門医を複数紹介してもらいましょう。

①セカンドオピニオンの受診方法

まず、担当医に相談し、希望先の医療機関に申し込み（予約）をしましょう。次に紹介状や画像などを担当医から受け取り、予約した医療機関でセカンドオピニオンを取りましょう。取った後は、担当医に必ず報告し、その意見を参考に今後のことを相談しましょう。

②セカンドオピニオンの費用

相談料の目安として30分～1時間程度で、沖縄県内の場合1万円～2万円程度、県外では2万円～5万円程度となっています。また、別途診断料が発生する場合があります。

詳しくは、沖縄県がん診療連携協議会ホームページをご覧ください。

➡ 巻頭綴り込み、P24



コチラもCheck! 『がんになったら手にとるガイド』

➡ 「セカンドオピニオンを活用する」

(4) セカンドオピニオン実施施設

(2020年12月現在)

連携拠点病院 がん診療	琉球大学病院(医療福祉支援センター)	☎ 098-895-1371
	沖縄県立中部病院	☎ 098-973-4111
	那覇市立病院(地域医療連携室)	☎ 098-884-5134
診療病院 地域がん	北部地区医師会病院	☎ 0980-54-1111
	沖縄県立宮古病院	☎ 0980-72-3151
	沖縄県立八重山病院	☎ 0980-87-5557
その他の医療機関	沖縄県立北部病院	☎ 0980-52-2719
	たいら内科クリニック	☎ 0980-53-0033
	中頭病院	☎ 098-939-1300
	ハートライフ病院	☎ 098-895-3255
	国立病院機構 沖縄病院	☎ 098-898-2121
	浦添総合病院(医療相談・医療推進室 かけはし)	☎ 098-879-0630
	同仁病院	☎ 098-876-2212
	宮良クリニック	☎ 098-878-3311
	沖縄赤十字病院	☎ 098-853-3134
	沖縄協同病院(地域連携室)	☎ 098-853-1201
	那覇西クリニック	☎ 098-858-5557
	与那原中央病院	☎ 098-945-8101
	沖縄県立南部医療センター・こども医療センター	☎ 098-888-0123
友愛医療センター	☎ 098-850-3811	
宮古島徳洲会病院	☎ 0980-73-1100	
石垣島徳洲会病院	☎ 0980-88-0123	

※沖縄県「医療施設一覧」に基づき、琉球大学病院がんセンターより各医療機関に照会の上、同意のあった医療機関を掲載しています。


(5) 書籍とインターネットで情報をさがす

がんに関する医療情報はさまざまで、真偽が怪しい情報も少なくありません。「新しい情報か」、「発信者は誰か」、「偏った情報ではないか」といったことが、信頼できる情報を見極める手がかりです。

書籍では、国立がん研究センターの編著による『患者必携 がんになったら手にとるガイド』が、がんに関する必要な情報を取りまとめた冊子として推奨でき、ホームページでもダウンロード可能です。


また、インターネットから情報を得ることに慣れていないときや、ほとんど知識がないときは、公的機関が発信する情報をさがしましょう。

■ 沖縄県のがん情報、がん対策に関するサイト

 沖縄県がん診療連携協議会 うちなーがんネット がんじゅう
https://www.okican.jp

■ 各種がんの診断や治療、医療機関などに関する情報サイト

 国立がん研究センターがん対策情報センター
がん情報サービス https://ganjoho.jp

 がん情報サイト Cancer Information Japan
https://cancerinfo.tri-kobe.org
公益財団法人 神戸医療産業都市推進機構 医療イノベーション推進センターのサイトです。

■ がんの予防や検診、がん患者さんやそのご家族に必要な情報サイト

 公益財団法人 日本対がん協会
https://www.jcancer.jp

■ 希少がんについての情報サイト


 国立がん研究センター希少がんセンター
https://www.ncc.go.jp/jp/rcc/

■ こどものがんについての情報サイト

 国立がん研究センター小児がん情報サービス
https://ganjoho.jp/child/

 公益財団法人 がんの子どもを守る会
http://www.ccaj-found.or.jp

■ 免疫療法についての情報サイト

 国立がん研究センターの免疫療法情報サービス
https://ganjoho.jp/public/dia_tre/treatment/immunotherapy/immu02.html

■ がんであっても自分らしく生きるための場所情報

 認定NPO法人 マギーズ東京 ☎03-3520-9913
https://maggiestokyo.org/about

がんになった人とその家族や友人などがくつろげて、看護師や心理士などと相談もできる施設です。食事や運動、メイクやリラクゼーションなど、がんであっても自分らしく生きるためのグループプログラムもあります。

信頼できるインターネット情報 ➡ 巻頭綴じ込み

