

1. 情報を集める

(1) がんを正しく知る、相談する

まず、がんと言われて心穏やかな人はいません。今までの日常が奪われ、これからのことが不安になり、家族を含めて焦る気持ちが出てくるのは当然のことです。このような感情に襲われていたら、冷静になって判断することはできません。だからこそひとりで悩まないでください。誰かに、そしてがん相談支援センターに相談してください。

その感情の波が引いてきて余裕が出てきたら、がんと少しずつ上手に付き合っていけたら良いと思います。その上で大切なことは、相手を正しく知ることです。1つ目は、正確な病名です。2つ目は、がんの広がり具合を示す「病期（ステージ）」です。これらの情報をもとに、治療方針を検討します。さらに、がんの「性質」によって、薬剤を選択することもあります。

それでは、「正しい情報」はどこから得たら良いのでしょうか。まずは、担当医です。「私のがんの正確な病名や病期（ステージ）、詳しい性質を、紙に書いてください」とぜひお願いしてみてください。そしてインターネットから情報を得る場合は、情報元を必ず確認してください。インターネットでは一度検索すると、同じような情報が目に付くように設定されているため、視野が狭くなる危険があります。国立がん研究センターの「がん情報サービス」(P14) に載っている情報には、まず間違いはありません。

📄📄📄 面談にのぞむときの質問集 ➡P92



右のQRコードから、記入欄を広く取ったPDFがダウンロードできます。



📖📖📖 コチラもCheck! 『がんになったら手にとるガイド』

➡「がんのステージ(病期)」

(2) 担当医と今後の治療について話し合う

症状や検査結果からがんの診断がついた段階で、担当医から検査結果や診断の説明があります。「医学的な難しいことはわからない」と言う方がいますが、自分の病気のことです。今後の治療方針を話し合っていく上で、自分で理解していないと、「こんなはずではなかった」と後悔することがあります。また、「家族に心配はかけたくない」という声もよく聞きます。しかし、みんなが納得した治療選択をしていくために、担当医との話し合いは自分ひとりで聞くより、頼りになる家族や友人が可能な限り同席することをおすすめします。

さらに、十分に時間をかけて話し合うためには、担当医が「忙しい」でも、時間を確保してもらう必要があります。実際に話し合うときには、言いたいことを言いそびれないよう、「面談にのぞむときの質問集」(P10・92) に書き出して、当日それを見ながら話すのも良い方法です。説明がわかりにくかった場合は、もう一度説明をしてほしいと、遠慮せずに担当医に伝えてみてください。担当医に言いにくい場合は、看護師やがん相談支援センターに相談もできます。

今後の方針を決める上で大事な要素は、医学的な適応と患者さんの価値観です。もちろん緊急性が高い際には、患者さんの価値観を聞いている時間が取りにくいときもあります。しかし、がんの治療方針は、時間をかけて選べる場合が多いです。納得した治療を選択できるよう、あなたが大事にしていることを担当医と話し合えるようにするのも重要です。



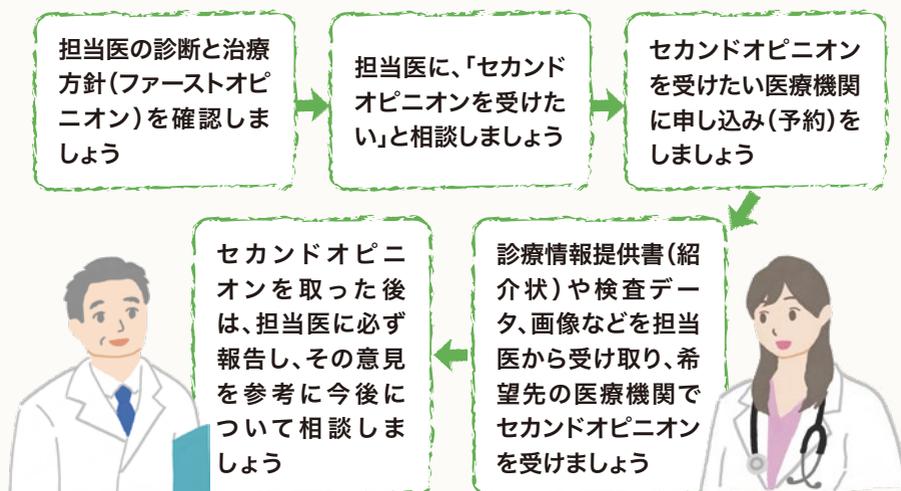
📖📖📖 コチラもCheck! 『がんになったら手にとるガイド』

- ➡「自分の病状と治療法を知る」
- ➡「大切にしていることを考える」

(3) セカンドオピニオン

セカンドオピニオンとは、納得のいく治療方法を選択できるように、現在診療を受けている担当医とは別の病院の医師に意見を求めることです。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。担当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わかると、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ます。

【セカンドオピニオンの流れ】



セカンドオピニオンの費用と注意点

- ・相談料は医療機関によって費用が異なり、沖縄県内では1万円～2.5万円、県外では2万円～5万円となっています。(30分～1時間程度)
- ・セカンドオピニオンは医師を変えること、検査・治療を受けること、転院することではありません。
- ・予約の取り方など詳しい情報は、各医療機関にお問い合わせください。



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には」

(4) セカンドオピニオン実施施設

(2025年12月現在)

連携拠点病院 がん診療	琉球大学病院	☎ 098-894-1301
	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
	中頭病院	☎ 098-939-1300
	中部徳洲会病院	☎ 098-923-1091
	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	☎ 098-878-0231
	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(地域連携課)	☎ 098-853-1201
	那覇西クリニック	☎ 098-858-5557
	那覇西クリニックまかび	☎ 098-884-7824
	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
	南部徳洲会病院	☎ 098-998-3221
友愛医療センター	☎ 098-850-3811	

※沖縄県「がん診療を行う医療施設」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

■ 推奨書籍



国立がん研究センターの
がんになったら手にとるガイド

編著：国立がん研究センター → 表紙裏

■ 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 がん情報サービス



がん情報サイト
Cancer Information Japan

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。

■ 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〜がんネット がんじゅう



■ 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

■ 免疫療法についての情報サイト

国立がん研究センター 免疫療法情報サービス



■ 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

国立がん研究センター中央病院 希少がんホットライン

☎ 03-3543-5601 (平日 9時~12時・13時~16時)

希少がんについて、お困りのことや不安なことがあればご相談ください。

全国の希少がんホットライン



九州大学病院希少がんセンター
希少がんホットライン

☎ 092-642-6134 (平日 12時~16時)

専任の看護師が、患者さん・ご家族、医療関係者からの希少がんに関するご相談をお受けいたします。

