第1部 病気や治療について

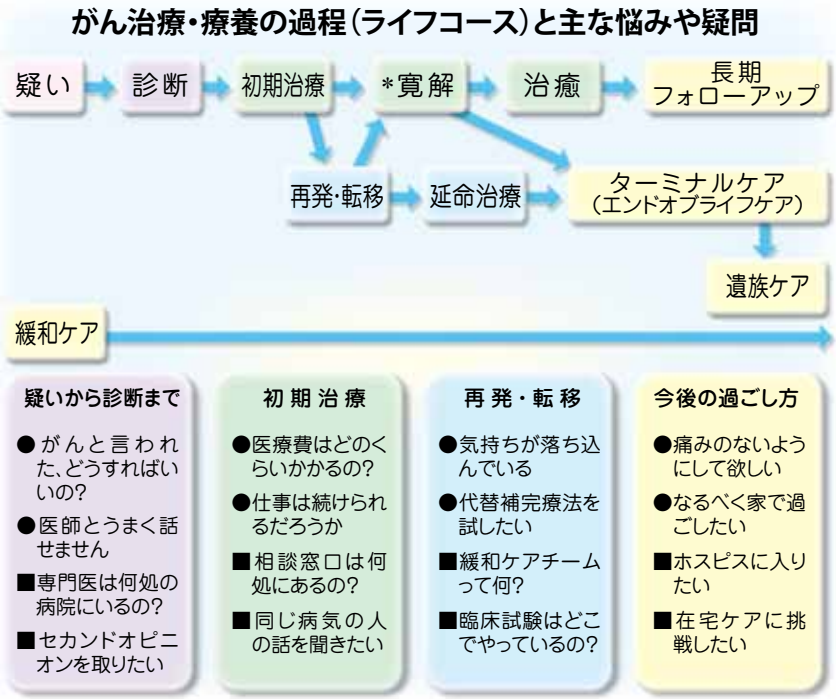
1. がんの診断を告げられたとき

(1)がん治療・療養の過程(ライフコース)と主な悩みや疑問

“がん”かもしれないと言われてから、患者さんやご家族には、気がかりなことがたくさん出てきます。そして、短い期間にいろいろなことを決めなければなりません。そのためには、幅広く適切な情報を早く集めることが必要です。

また、がんに関する悩みや心配・疑問は、治療・療養のステージ(病期・段階)によって様々です。あなたは今、がんの治療過程(ライフコース)のどこに立っていますか？あなたの体や気持ちの状況に応じて、まず一番知りたいことを調べてみましょう。

＊寛解：がんが軽快した状態



(2) がんの疑いがあると言われてから治療が終わるまでに確認しておくと良いリスト

治療をする間、このリストをときどき参考にしてください。また、主治医やその他の医療職、そして、ご家族やあなたをサポートしてくれる人と一緒に、このリストを見ながら、考えたり、相談するのもよいでしょう。

①治療全体を通じて

- □ 利用できる各種の窓口の連絡方法と、どんなときにどんなことが聞けるのか、確認しましたか？
- □ 苦しいこと・つらいこと（気分の落ち込み・不安・不眠・痛み・食欲不振など）は主治医に全て伝えていますか？
- □ 痛みを完全にとってもらっていますか？
- □ 気分の落ち込み・不安・不眠などについて、満足のいく説明と対応をしてもらっていますか？
- □ 呼吸苦、胸水、腹水、だるさ、食欲不振などの症状について、満足のいく説明と対応をしてもらっていますか？
- □ 地域で利用できる制度やサービスを確認しましたか？
- □ 代替補完療法・健康食品・サプリメントを利用するときは、メリット（良い点）・デメリット（悪い点）を確認しましたか？

②疑いがあると言われてから治療開始まで

- □ 十分な時間（30 分以上）をとってご家族や友人と一緒に説明を受けましたか？
- □ 説明を受ける際に、看護師などに立ち会ってもらいましたか？
- □ 自分の正式な病名と病期について理解しましたか？
- □ あなたがすすめられた治療法は標準治療、または科学的根拠（エビデンス）のある治療ですか？

- □ 通院する医療機関の診療内容や体制を確認しましたか？
- □ セカンドオピニオン（他の医師の意見）を取りましたか？
- □ 治療中の生活において、あなたが大事にしたいことを主治医に伝えましたか？
- □ あなたがすすめられた治療法がなぜよいのか、またその具体的な予定を理解できましたか？

③治療開始後

- □ 今後の検査の予定を具体的に書いて整理しましたか？
- □ 今後の治療（手術療法または化学療法または放射線療法、あるいはそれらの組み合わせなのか、外来治療または入院治療なのか）の予定を具体的に書いて整理しましたか？
- □ 副作用（吐き気、しびれ、白血球や血小板の減少など）について、満足のいく説明と対応をしてもらっていますか？
- □ 治療にかかる費用の目安について確認しましたか？
- □ 民間保険や各種制度（高額療養費制度等）の手続きをしましたか？
- □ 治療結果や体調の記録をとっていますか？
- □ 食事や薬についての説明を受けましたか？
- □ 同じ病気の仲間と思いを分かち合い、情報を得ていますか？

④初回治療後もがんが残ったとき・転移・再発した時

- □ 現在の病状や今後の見通しを聞いていますか？
- □ 今できる治療法とその目的を理解していますか？
- □ これからのことについて主治医やご家族と話し合っていますか？

知って得する基礎知識
○主治医の説明を聞く

多くの主治医は、がんの診断（病名や病気の拡がりなど）がついた段階で、患者さんに診断名・病期・今後の治療方針の説明を行います。この時、１人や２人ではなく３～５人で聞きましょう。

ご家族がいる場合は配偶者、両親、兄弟姉妹、子供と一緒に聞きましょう。また、親友や頼りになる友人がいれば、その方に同席していただくのも良いことです。よく「子どもが内地で働いていて同席できない」とおっしゃる患者さんもいますが、がんになった事は人生の“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は全て同席してもらう道を探るのが大切です。

さらに、通常の外来で話を聞くと時間が十分にとれないことがよくあります。主治医と相談して、30 分以上の時間をいただきましょう。場合によっては、外来日以外に話を聞くのもおすすめです。また、話を聞いたときは誰かがメモを取るようにすると、後で聞いたことを確認するときに便利で、聞いた人によって解釈がばらばらになることを避けることができます。

なお、通常、治療方針の説明のときは看護師などが立ち合うのが普通となっています。説明を聞いた後で質問や確かめたいことが生じた場合は、改めて主治医に時間をもらうのも一手ですが、立ち合った看護師などに尋ねることもできるからです。

病気、治療、副作用、今後の生活、治療にかかる費用など、不安に思うことや知りたいこと、解決しておきたいことがあったら、「**わたしの療養手帳**」などを利用して書き出しておきましょう。

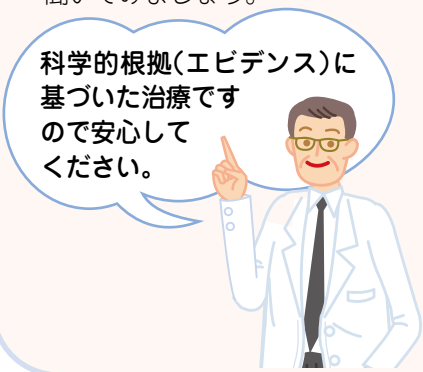
こちらもチェック！

P58「医療者とよい関係をつくるには」

知って得する基礎知識

○ 標準治療と科学的根拠（エビデンス）について

現在、がんの治療で最も“上等”な治療を「標準治療」と呼びます。もし、すすめられた治療が標準治療であれば、まずは一安心です。但し、全てのがんで標準治療が確立されているわけではありません（特に再発後の治療）。患者数の少ないがんでは標準治療が全くないものもあります。それでも根拠の程度が高いものから低いものまでを含めれば、多くの場合何らかの「科学的根拠（エビデンス）」があるものです。また、それがない場合は、基本的に標準治療を決めるための試験である「臨床試験」として治療を行うのが通例です（特に最初の治療など）。治療方法が示されたときには、必ず主治医に、その治療のエビデンスは高いか、低いかを聞きましょう。なお、がんの他に心臓の病気や糖尿病など他の疾患がある場合は、標準治療以外の治療法がよりよい選択となることがあります。標準治療以外をすすめられたときは、主治医にその理由を聞いてみましょう。



こちらもチェック！

P195「標準治療（用語の解説）」
P187「科学的根拠に基づく医療（EBM）（用語解説）」

知って得する基礎知識
○病名と病期について

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

例えば肺がんという病名は、治療を考えるうえでは不十分な病名です。肺がんは、詳しくは10種類に分類されます（肺癌取り扱い規約第7版）。ですから、肺の「小細胞がん」、肺の「腺がん」といった詳しい病名まで主治医から聞くことが必要になります。がんはこのような分類に従って治療が決定され、また治療の効果に差が出ることが多いのです。

同時に、がんの進行の程度を表す病期を把握することも大事です。病期が0期からⅣ期（さらに細かくA，B，Cなどの亜分類され、ⅠAやⅢCと表現されることもある）のどれか、さらに実際にどこにがんがあるのか、どこまでがんが拡がっているのか（例えば、がんはS状結腸にある、がんは肝臓に転移しているが、肺には転移していないなど）を主治医から聞いてください。同じがんでも（詳しい病名まで一致していても）、病期の違いで全く治療法が変わることが多いのです。

まずは、「詳しい病名と病期を紙に書いてください」と主治医にお願いしてみてください。

こちらもチェック！

P120「がんの病期のことを知る」

(3)がんに関する悩みや不安、つらさについて

患者さんやご家族は、病気の時期や治療の場所を問わず、さまざまな苦痛(つらさ)を抱えています。つらさには、体のことだけではなく、心のこと、仕事のこと、お金のこと、残された家族の心配などがあります。(全人的苦痛：トータルペイン)

どのようなことでも、医療者、先輩患者さんなどに聞いたり、教えてもらったりしながら、安心で納得のいく、自分らしい治療・療養生活をおくりましょう。また、患者さんご本人だけでなく、ご家族も一緒に役立つ情報を見つけ、積極的に活用しましょう。

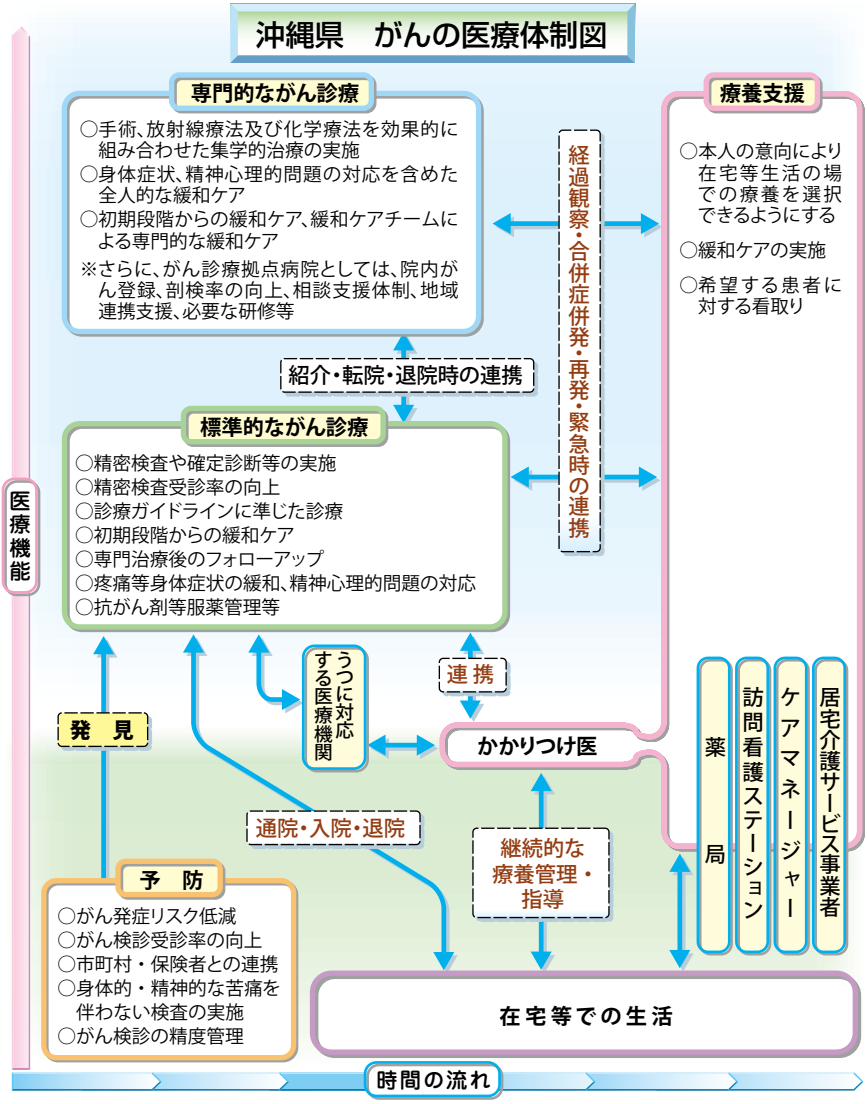
※【スピリチュアルペイン】
＝霊的な苦痛。

こちらもチェック!

P13～34 第1部「がんと言われたとき」
P35～111 第2部「がんに向き合う
ー自分らしい向き合い方とあなたを支える仕組みー」
P111～184 第3部「がんを知る」

(4) 沖縄県のがん医療体制について

沖縄県保健医療計画（2011 年 5 月現在）では、治療から療養までの各ステージを担う医療機関の役割を「がんの医療体制図」としてまとめています。



※沖縄県医務課「沖縄県保健医療計画」より作図しています。それぞれの治療・療養支援を担う医療機関等の名称や連絡先については、沖縄県医務課のホームページをご覧になるか、相談支援センター（P24 参照）にお問い合わせください。

(5) がん診療連携拠点病院およびがん診療連携支援病院

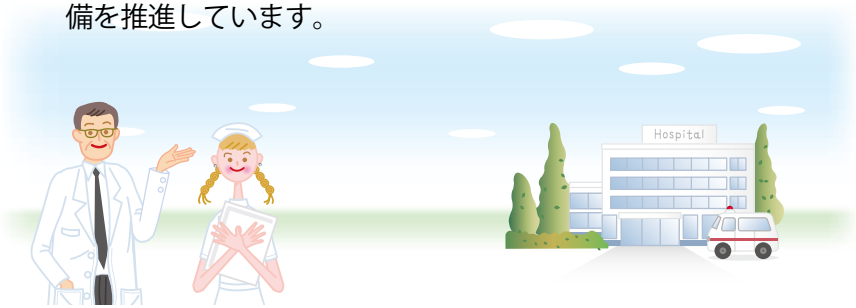
(A) がん診療連携拠点病院

がん診療連携拠点病院とは、全国どこに住んでいても、がんの状態に応じて適切ながん医療が受けられるように設置された病院です。都道府県ごとに約 1 か所置かれる「都道府県がん診療連携拠点病院」と、二次医療圏毎に整備される「地域がん診療連携拠点病院」があります。これらの拠点病院では、①専門的ながん診療、②専門的な知識や技能を持つ医師の配置、③地域の医療機関や医師との連携と協力体制の整備、④患者さんへの相談支援と情報提供、⑤がん登録など、質の高いがん医療を推進しています。

(B) がん診療連携支援病院

沖縄県には、二次医療圏が 5 つあります。現在、国の基準を満たす「地域がん診療連携拠点病院」は、次のページにあるように中部医療圏と南部医療圏の 2 ヵ所でのみ指定されています。

そこで、沖縄県では八重山、宮古、北部医療圏でがん診療や連携の中核を担うことが適当であると認める医療機関を「沖縄県がん診療連携支援病院」として指定しています。補助金を交付し、医療従事者の育成やがん登録の推進、がん患者等への相談支援等を行ない、3 つの拠点病院と連携したがん診療体制の整備を推進しています。

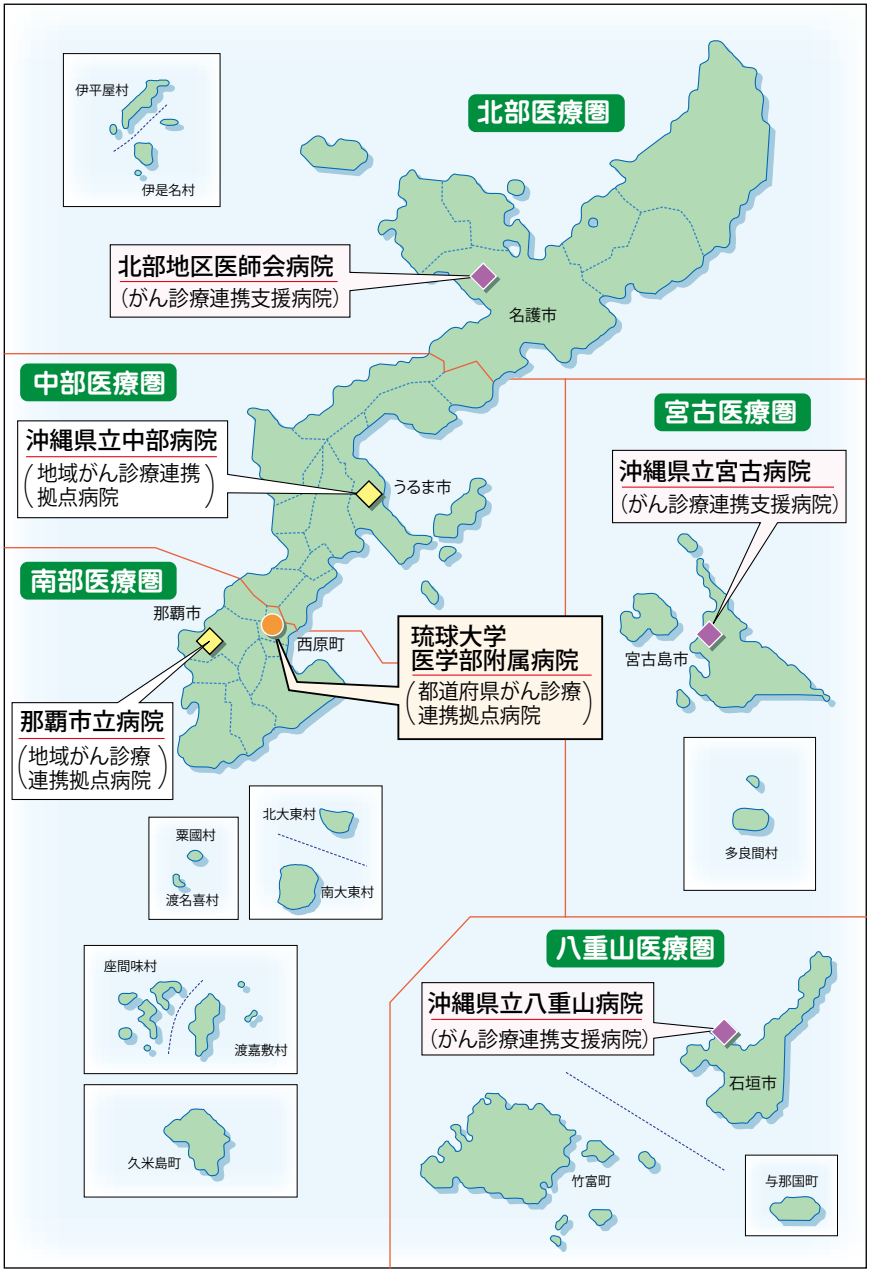


こちらもチェック!

P71「療養生活を支える仕組みを知る」
P72「地域のがん診療の連携の仕組みを知っておく」

沖縄県内のがん診療連携拠点病院および支援病院

- (国指定)がん診療連携拠点病院:1病院
- (国指定)地域がん診療連携拠点病院:2病院
- (県指定)がん診療連携支援病院:3病院



（6）がん診療を行っている専門医療機関について

沖縄県保健医療計画における、がんの医療体制図（2011 年 5 月現在）では、国の指定を受けたがん診療連携拠点病院をはじめ、がん種別の専門医の配置や手術療法、化学療法又は放射療法を組み合わせた集学的治療等を実施する医療機関を専門的がん診療機関として位置づけています。

（備考：県では「専門的がん診療機関」という名称を使っています。）

都道府県がん診療連携拠点病院 …… **琉球大学医学部附属病院**
地域がん診療連携拠点病院 …… **県立中部病院、那覇市立病院**
がん診療連携支援病院 …… **県立八重山病院、県立宮古病院、北部地区医師会病院**

肺がん対応医療機関（12 病院）

北部地区医師会病院、県立北部病院、県立中部病院、中頭病院、国立病院機構沖縄病院、ハートライフ病院、浦添総合病院、沖縄赤十字病院、那覇市立病院、県立南部医療センター・こども医療センター、豊見城中央病院、琉球大学医学部附属病院

胃がん対応医療機関（12 病院）

北部地区医師会病院、県立北部病院、県立中部病院、中頭病院、ハートライフ病院、国立病院機構沖縄病院、浦添総合病院、沖縄赤十字病院、那覇市立病院、県立南部医療センター・こども医療センター、豊見城中央病院、琉球大学医学部附属病院

肝がん対応医療機関（21 病院）

県立八重山病院、県立宮古病院、北部地区医師会病院、県立北部病院、県立中部病院、中部徳洲会病院、中頭病院、ハートライフ病院、国立病院機構沖縄病院、宜野湾記念病院、浦添総合病院、同仁病院、大浜第一病院、沖縄協同病院、沖縄赤十字病院、おもろまちメディカルセンター、

那覇市立病院、県立南部医療センター・こども医療センター、豊見城中央病院、南部徳洲会病院、琉球大学医学部附属病院

大腸がん対応医療機関（13 病院）

北部地区医師会病院、県立北部病院、県立中部病院、中頭病院、ハートライフ病院、国立病院機構沖縄病院、浦添総合病院、沖縄協同病院、沖縄赤十字病院、那覇市立病院、県立南部医療センター・こども医療センター、豊見城中央病院、琉球大学医学部附属病院

乳がん対応医療機関（15 病院、2 診療所）

北部地区医師会病院、県立北部病院、県立中部病院、中頭病院、名嘉病院、ハートライフ病院、国立病院機構沖縄病院、浦添総合病院、大浜第一病院、沖縄協同病院、沖縄赤十字病院、那覇市立病院、県立南部医療センター・こども医療センター、豊見城中央病院、那覇西クリニック、宮良クリニック、琉球大学医学部附属病院

子宮がん対応医療機関（9 病院）

県立中部病院、中頭病院、ハートライフ病院、大浜第一病院、沖縄赤十字病院、那覇市立病院、県立南部医療センター・こども医療センター、豊見城中央病院、琉球大学医学部附属病院

放射線療法可能機関（7 病院）

県立中部病院、国立病院機構沖縄病院、沖縄赤十字病院、那覇市立病院、県立南部医療センター・こども医療センター、南部徳洲会病院、琉球大学医学部附属病院

※その他のがん種の専門施設については、相談支援センター（P24 参照）にお問い合わせください。

(7) 地域連携クリティカルパスについて

地域連携クリティカルパスとは、より良いがん医療を提供するために、専門病院とかかりつけ医などが、がん患者さんの情報を共有し、連携して患者さんの治療をサポートするシステムです。

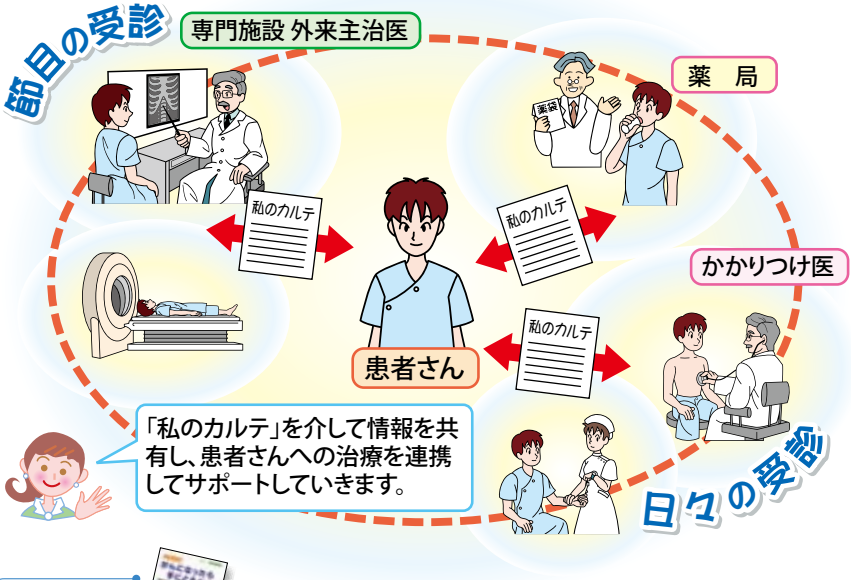
地域連携クリティカルパス（以下　連携パス）は患者さんの診療に必要な情報を医師、看護師、薬剤師などが共有し、スムーズな診療を行うことが出来るように作成された診療計画表です。

がん患者さんが、手術など専門的な治療を行った病院から、連携パスに記載した計画に沿って、連携している医療機関（かかりつけ医など）に行く際に提示し、診察・検査などを受けます。

患者さんが医療機関を受診する際に連携パスを持参することで、専門病院の医師、かかりつけ医、その他の医療機関などが、患者さんの治療経過などの情報を共有でき、より適切な診療が可能になります。

連携パスは、がんの治療を行った専門病院の主治医が、連携パスの利用が患者さんの診療に適しているか判断したうえで、患者さんやご家族に十分に説明し、同意を得たうえで利用を開始します。

地域連携クリティカルパスのイメージ

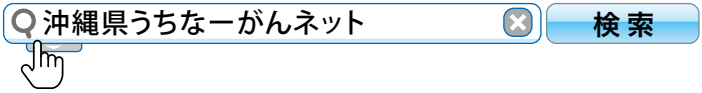


こちらもチェック！ P75「地域連携クリティカルパス（連携パス）」

(8) インターネットで情報をさがす

(A) 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」

患者さんやご家族向けの情報（患者会の紹介や患者必携の閲覧、がんについての講演会のお知らせなど）を掲載しています。更に、国立がん研究センターや沖縄県などリンク先も多く、幅広いがん情報を得ることができます。



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」のトップページ

沖縄県がん診療連携協議会　http://www.okican.jp/

(B)その他のがん情報サイト

がんに関する医療情報の中には、いろいろなものがあります。たくさんの情報から、自分に必要な情報を見つけるのは大変です。また、新しく正しい情報かどうかを見極めることが重要です。情報を探すときには、①情報発信者が明確か ②偏った情報でないか、に注意しましょう。

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探しましょう。

各種がんの病態や治療、医療機関や相談支援センターなどに関する情報

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	http://ganjoho.jp
がん情報サイト Cancer Information	http://cancerinfo.tri-kobe.org
財団法人国際医学情報センター「がん Info.」	http://www.imic.or.jp/cancer

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

がんナビ	http://medical.nikkeibp.co.jp

こどものがんについてのサイト

公益財団法人 がんの子どもを守る会	http://www.ccaj-found.or.jp
NPO 法人 子ども医療支援 わらびの会	http://www.warabinokai.org