

## 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。近年では分子標的薬や免疫チェックポイント阻害薬という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ました。がんの性質によって使用できる薬剤が決まったり、その効果が事前にある程度わかるため、性質はより重要な情報となってきました。

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も多いため、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。たとえば病期はⅣ期、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、まずは「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」と主治医に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!

→P128 「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、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分以上の時間をいただきましょう。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「私のメモ」(P98)、「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、もう一度説明をしてほしいと、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!

→P62 「医療者とよい関係をつくるには」

→P59 「がんに関わる“チーム医療”を知ろう」

### (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。多くの場合は主治医と同じ判断となりますが、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取るようすすめることが一般的となっています。

しかし、がんの専門医の外来はとても忙しく、つい忘れることもあります。そんなときは患者さんから「セカンドオピニオンはどうしましょうか？」と質問をしてください。主治医は自分自身とは立場の違う医師を推薦することによって、より患者さんに客観的な情報を取っていただけるように配慮をするものです。みなさん、安心して主治医にセカンドオピニオンの相談をしてください。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

セカンドオピニオンは医療保険が適用されない自費診療で、目安としては、30分～1時間程度の相談で1万円～1万5千円程度（沖縄県内の場合）となっています。

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。➡P26



コチラもCheck!

➡P66 「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

連携拠点病院  
がん診療

琉球大学医学部附属病院 ☎098-895-1371

〒903-0215 西原町字上原207

沖縄県立中部病院 ☎098-973-4111 (内線3232)

〒904-2293 うるま市宮里281

那覇市立病院 ☎098-884-5134

〒902-8511 那覇市古島2-31-1

地域がん診療病院

北部地区医師会病院 ☎0980-54-1111 (内線2136)

〒905-8611 名護市字宇茂佐1712-3

沖縄県立宮古病院 ☎0980-72-1351

〒906-0013 宮古島市平良字下里427-1

沖縄県立八重山病院 ☎0980-83-2525

〒907-0022 石垣市字大川732

その他の医療機関

中部徳洲会病院 ☎098-923-1091

〒901-2393 北中城村アワセ土地区画整理事業地内2街区1番

中頭病院 ☎098-939-1300

〒904-2195 沖縄市字登川610

ハートライフ病院 ☎098-895-3255

〒901-2492 中城村字伊集208

沖縄病院 ☎098-898-2121

〒901-2214 宜野湾市我如古3-20-14

浦添総合病院 ☎098-879-0630

〒901-2132 浦添市伊祖4-16-1

沖縄赤十字病院 ☎098-853-3134 (内線1122、1123、1124)

〒902-8588 那覇市与儀1-3-1

沖縄協同病院 ☎098-853-1200

〒900-8558 那覇市古波蔵4-10-55

沖縄県立南部医療センター・こども医療センター ☎098-888-0123

(内線1107、1106) 〒901-1193 南風原町字新川118-1

豊見城中央病院 ☎098-850-3811

〒901-0243 豊見城市字上田25

マンマ家クリニック ☎098-988-4141

〒901-2111 浦添市経塚633 メディカルKプラザ2F

宮良クリニック ☎098-878-3311

〒901-2132 浦添市伊祖2-3-1 2F

那覇西クリニック ☎098-858-5557

〒901-0154 那覇市赤嶺2-1-9

### (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す。真偽が怪しい情報も少なくありません。情報をさがすときには、「新しい情報か」、「情報発信者は誰か」、「偏った情報ではないか」などに注意することが、信頼できる情報を見極める手がかりになります。

琉球大学医学部附属病院がんセンターでは、平成28年度に約250冊のがん関連図書を選書しました。これらの図書は、県立図書館の一括貸出制度により各市町村図書館などでも借りることができます。詳しくはお近くの図書館にお問い合わせください。

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**  
http://www.okican.jp




県内の患者さんやご家族向けの情報（患者会の紹介や『患者必携』の本や冊子の閲覧、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。さらに、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。

#### ■ 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** http://ganjoho.jp

 **一般財団法人 国際医学情報センター** **がんInfo.**  
http://www.imic.or.jp/library/cancer

 **がん情報サイト Cancer Information Japan**  
http://cancerinfo.tri-kobe.org


希少がんについての情報も「PDQ<sup>®</sup>日本語版がん情報要約」として掲載されています。PDQ<sup>®</sup>(Physician Data Query)は、米国国立がん研究所が配信する世界最大かつ最新のがん情報です。

#### ■ 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

 **がんナビ**  
http://medical.nikkeibp.co.jp/inc/all/cancernavi

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


#### ■ がん患者さんや家族の語りについての情報サイト

 **NPO法人「健康と病いの語り ディペックス・ジャパン」**  
http://www.dipex-j.org

#### ■ 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**  
http://ganjoho.jp/child/index.html

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

#### ■ 臨床試験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**  
http://ganjoho.jp 「がんの臨床試験を探す」をクリック