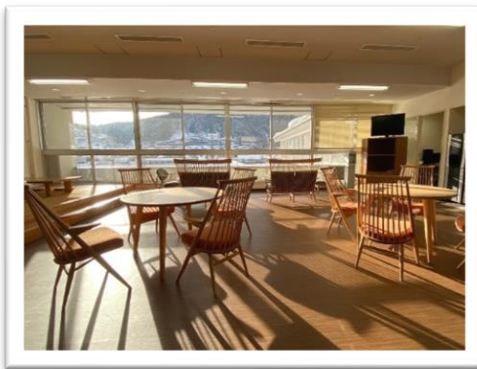


緩和ケア新聞

飛騨市民病院では、平成18年に緩和ケアチームを発足、翌年には緩和ケア外来を開設して、住み慣れた地域で安心して最期まで人生を全うするためのサポート体制を整えています。



緩和ケアってなに？

緩和ケアとは、がんなど生命を脅かす病気と診断された時から治療の間、そしてその後の生活の中で生じる身体的な苦痛や気持ちのつらさを少しでも和らげるため、それぞれの患者さんとご家族が“**その人らしく**”過ごせるように支援させていただくことです。

緩和ケア外来

がんなどの命に関わる病気の患者さんや家族のための緩和ケア外来を開設しています。
毎週火曜日 15時～17時（受付 16時30分）
問い合わせ先 TEL.0578-82-1150

<主な相談内容>

- ★ 痛み、だるさなどの変調について
- ★ 病気になったことで起きる様々な心配ごと
- ★ 在宅療養の支援について 等



もしもの時のために 人生会議してみませんか

あなたは「もしものこと」を考えたことがありますか？ 私たちは、いつでも命に関わるような大きな病気や怪我をして命の危険が迫った状態になる可能性があります。命の危険が迫った状態になると**約4分の3**の方がこれからの治療やケアなどについて**自分で決めたり、人に伝えたりすることができなくなる**と言われています。

”**人生会議**”とは、あなたの大切にしていることや望み、どのような医療やケアを望んでいるかについて、自身で考えたりあなたの**信頼する人たちと話し合うこと**を言います。あなたにはこのような前もっての話し合いは必要ないかもしれませんが、しかし自分の気持ちを話せなくなったときには、心の声を伝えることができるかけがえのないものになり、ご家族やご友人の心の負担は軽くなることでしょう。

医療用麻薬（モルヒネなど）について正しく理解していますか？

がんの患者さんの多くは、モルヒネのような「医療用麻薬」を使用します。医療用とついていますが「麻薬」という名から連想される負のイメージにより使用を躊躇してしまう患者さんは少なくありません。ですが正しく理解をして使用すれば、**がんの痛みが和らぐ**ことで生活の質が向上し意欲がでてきます。そして**がん治療に取り組むための気力と体調を整える**ことができます。痛みのせいで制限していた行動も再びできるようになったり、よく眠ることができるようになるなどよりよい生活を送れることが期待できます。

これってほんとなの？！

- ・麻薬中毒者のように気が狂ってしまう
- ・麻薬を使うといつか効かなくなる
- ・麻薬を使うと寿命が縮む
- ・麻薬を使うのは「末期」のがん患者だけ
- ・麻薬を使うともうおしまいだ・・・



根拠のない迷信です！！

医療用麻薬 Q & A コーナー

Q 麻薬を使うと中毒になりますか？

A 「いいえ、違います」

医療用麻薬の中毒は500人に1人以下でしか生じないことがわかっています。医療用麻薬の中毒は「**痛みのない方が、医師の指導なく**」乱用したときに生じます。

Q 麻薬を使うと寿命が縮むのですか？

A 「いいえ、違います」

痛みに対して、医療用麻薬を使った多くの患者さんの調査では、麻薬の使用量が大量であった人と、そうでなかった人との間に**寿命の長さに変わりがなかった**ことがわかっています。

Q 医療用麻薬とはなんですか？

A 医療用麻薬とは、痛みを伝える神経に作用して**痛みを和らげる薬**です。バファリンのような一般的な鎮痛薬とは作用する場所が違うので一緒に使用すると効果的です。また医療用麻薬は全世界で使用されており、日本では他国と比べ使用量が少ないです。多く使えば良いというものでもありませんが「麻薬」という先入観が使用量を減らしていることに関係しています。医療用麻薬を使用するメリットは大きいので、**正しく使えば「怖い薬」ではない**と覚えてください。

次回の第50号緩和ケア新聞では、医療用麻薬の副作用とその内容についてお話しさせていただきます。