

● 痛みをやわらげるお薬の話

「がんの痛み」を治療することは、患者さんが自分らしい生活を続けていく上で、とても重要な治療のひとつです。痛みを耐える必要はありません。大切なのは痛みをがまんせずに伝えることです。

痛みがあると

- ・食事ができない
- ・眠れない
- ・思うように動けない
- ・気持ちが落ち込む、イライラする
- ・治療に影響が出ることも・・・



痛みそのものを
やわらげる治療で

- ・食事と睡眠がとれる
- ・体力の消耗を防げる
- ・気持ちがやわらぐ
- ・仕事を続けている方も・・・



自分らしい生活を取り戻せます

■ 痛みの症状にはこのように対処します

痛み

一般的な鎮痛薬 カロナールなど

痛みのある場所に
作用して痛み物質が
出ないようにします

+

必要に
応じて

医療用麻薬 モルヒネなど

痛みを伝える神経に
作用して、痛みを減
らします

一日中痛い

医療用麻薬を増や
したり、別の薬に
変更します

一日に
何度か痛い
(動いた時など)

痛みにあわせて
頓用薬(レスキュー)
を使います

錠剤・テープ・坐薬など、患者さんの生活にあわせて薬を使用することができます。
このほかに神経ブロックの注射を使う場合もあります。
これらの治療でほとんどの痛みをやわらげることができます。



■ 医療用麻薬と聞いてどんなものをイメージしますか？

麻薬を使うと
寿命が縮む



麻薬はいつか
効かなくなってしまう



麻薬を使うのは
「末期」の患者
さんだけだ



「麻薬」中毒に
なってしまう



麻薬を使ったら
もうおしまいだ



これらはすべて誤解です

医療用麻薬は医師の指示を守って使えば、中毒になることも、寿命に影響することはありません。

■ 医療用麻薬に副作用はないのでしょうか？

よくあらわれる副作用は、便秘・眠気・吐き気です。眠気と吐き気は徐々になれてくるのがほとんどです。現在では医療用麻薬の研究が進み、痛みや症状にあわせて複数の薬を使い分けたり、副作用に応じた別の薬を併用したりすることで、不快な症状をできるだけ抑える工夫をしています。

医療用麻薬は痛みを軽減させることで体と心を安定させ、QOL(生活の質)を保つことを手助けしてくれるのです。



裏面に
つづく

■ 痛みを伝えるときのポイント

痛みの強さは患者さんからの情報が重要です。ポイントを押さえて伝えることが治療にも役立ちます。

- ① **どこが**(場所)
- ② **いつ、どんなとき**(状況)
- ③ **どんなふう**(性質)
 - ズーンとした鈍い痛み？
 - はっきりした鋭い痛み？
 - ビリビリしびれる痛み？

- ④ **どのくらい**(程度) 数字にすると伝わりやすくなります

痛くない	弱			中				強		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	・少し痛い ・わずかに残る痛み ・痛みが気になり すっきりしない			・かなり痛い ・なんとかがまんできる痛み ・がまんが続かないので 痛みを取ってほしい				・非常に痛い ・耐えられない痛み ・どうしようもなく 痛くてつらい		

私たちは緩和ケアチームです

緩和ケアチームはさまざまな職種が協力して、がん患者さんご家族をサポートします。

緩和ケア 認定看護師

病棟看護師と協力し、苦痛症状を緩和するための専門的な知識や技術を提供します



緩和ケア担当医

身体・精神面のさまざまな症状を緩和します



薬剤師

薬剤についての提案や説明をします



がん相談支援員

治療・療養の疑問や困りごとを少しでも軽くできるように一緒に考えます



医療 ソーシャルワーカー

医療費・福祉制度・在宅療養に必要な各種サービス、転院先等に関する相談に応じます



患者さん・ご家族



管理栄養士

病態や病状に応じた適切な栄養管理を行います



リハビリ専門職

障害の予防や緩和と能力の回復・維持を目的にリハビリを行います



心理療法士

心のつらさを抱えている患者さん・ご家族へのサポートを行います



● 緩和ケアとは？

緩和ケアはがんと診断されたときから必要に応じて行われるものです。治療中の不調や気分の落ち込みなどの問題が患者さんの日常生活を妨げることがあります。患者さんご家族が生活の質を維持して、自分らしい生活を送ることができるよう支援していきます。

お気軽にご相談ください

緩和ケア室では、緩和ケア認定看護師と心理療法士が体のつらさ、心のつらさをお聞きし、緩和ケア担当医師やソーシャルワーカーなどと連携して、みなさんの生活をサポートします。



電話での相談・相談予約もできます
北海道医療センター 代表番号

011-611-8111