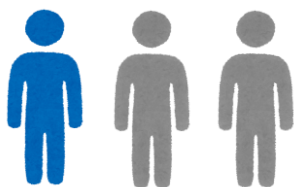


仕事と治療・・・両立するためには

Q. がんまつわる数字「3人に1人」
これはなんの数字でしょう？



A. 答えはがんと診断されたあとに仕事をやめる方の割合です。そのうち4割近くが治療開始前に辞職していると言われています。

診断を受けた直後はショックのあまり、いくつもの考えが頭の中をぐるぐると回っているかもしれません。たとえば・・・

仕事を続ける自信がない・・・

職場に迷惑をかけてしまう



職場にどこまで話せばいいの？

正直に話したら解雇されるかも・・・

でも「**すぐに仕事をやめないで！**」あわてて決めずに一度立ち止まってみませんか。がん患者さんの3人に1人が仕事をやめても、3人に2人は同じ職場に復帰しています。治療と仕事の両立をめざすために、今後の治療方針が示されたら、次の3つのステップで情報収集と確認を進めてみましょう。

Step 1 主治医に確認しよう

これからの治療の内容やスケジュール、治療の副作用について情報を集めます。

- ・入院や通院の頻度と期間
- ・(手術の場合)何日くらい休みが必要か
- ・(通院治療の場合)1回にかかる時間
- ・どんな副作用がどのくらい続くのか
- ・車の運転や機械の操作は可能か
- ・重たい物を持ちたり長時間立つ作業は可能か
- ・長時間パソコンに向かうことができるか
- ・治療にかかる費用



聞きたい内容を
メモしておくべし

Step 2 職場に確認しよう

人事・総務担当者が就業規則に沿って答えてくれます。直属の上司にも相談を。

- ・休職期間と休職中の給与条件
- ・時短制度やフレックス勤務は利用できるか
- ・辞職することで失う権利はないか(加入している保険組合独自の付加給付がある場合も)
- ・相談できる産業保健スタッフはいるか



負担が大きいときは
家族や友人の
力を借りて

Step 3 自分の気持ちを振り返ろう

あなたが人生で大事にしたいことは何ですか？ 誰かに話してみることで整理できるかもしれません。

- ・治療中はどんなふうに過ごしたいですか
- ・仕事を続ける上でどんなサポートが必要ですか
- ・仕事を辞めると生活にどんな影響が出ますか

● こんなときはどうする？

同僚に病気を知られたくない

病気のことを職場に知られたくないときは、その旨を上司や人事に伝えましょう。その場合であっても、仕事でチームを組む仲間には病気のことをおおまかに伝えておくと、休みや早退で仕事への影響が予想されるときに理解を得られやすくなります。

病気を理由に退職を勧められた

就業規則に記載がある場合を除き、会社は病気を理由に従業員を解雇することはできません。働き続ける上で不利益を受けようなどときには、専門家のアドバイスを受けることができます。

■ 札幌総合労働相談コーナー
011-223-8712

同僚の負担を申し訳なく感じる

仲間に迷惑をかけたくないと気をつかうことも多いでしょう。そんなときこそ「すみません」よりも「ありがとう」「助かります」と伝えてみませんか。人間関係はお互いさま。体調が回復したら、今度はあなたが同僚を手助けして恩返ししていきましょう。

私たちは緩和ケアチームです

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ます。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、さまざまな職種が協力してサポートしていきます。

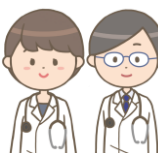
緩和ケア 認定看護師

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



患者さん・ご家族



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



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



外来診察室

緩和ケア室

4B外来奥側

EV

中庭

受付
会計

本館1階

正面入口

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