



● こんなとき・・・一度相談してみませんか？

治療を受けられる患者さんとそのご家族は、生活上の困りごとがある方も多いのではないのでしょうか。緩和ケア室では患者さん・ご家族の困りごとをお聞きし、体のつらさや気持ちのつらさが少しでも和らぎ、治療を受けられるよう療養生活を整えるお手伝いをさせていただきます。困っていることがあるものの「こんなこと相談していいのかな？」「相談してみたいけどどのタイミングがいいのかな？」と感じるときは、以下のチェックリストを試してみましょう。

からだのつらさ・気持ちのつらさ チェックリスト

患者さん・ご家族の現在の状況にあてはまるものにチェックしてください。

① <u>気になっていることや心配なことはありませんか？</u>	あり	なし
症状や治療について詳しく知りたいことや、相談したいことがある……………	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
経済的な心配や支援制度でわからないこと・知りたいことがある……………	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
日常生活で困っていることがある（睡眠・食事・排便など）……………	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
「あり」とされた方はどんな内容ですか？（		）

② 現在のからだの症状はどの程度ですか？

<input type="checkbox"/> 4	我慢できない症状がずっと続いている	↑ ↓
<input type="checkbox"/> 3	我慢できないことがしばしばあり対応してほしい	
<input type="checkbox"/> 2	それほどひどくないが方法があるなら考えてほしい	
<input type="checkbox"/> 1	現在の治療に満足している	
<input type="checkbox"/> 0	症状なし	

どのような症状ですか？
()

③ 気持ちのつらさについてお聞きします

この1週間の気持ちのつらさを平均して、もっとも当てはまる数字にチェックしてください。

最高に つらい	<input type="checkbox"/> 10
	<input type="checkbox"/> 9
	<input type="checkbox"/> 8
	<input type="checkbox"/> 7
	<input type="checkbox"/> 6
中くらいに つらい	<input type="checkbox"/> 5
	<input type="checkbox"/> 4
	<input type="checkbox"/> 3
	<input type="checkbox"/> 2
つらさは ない	<input type="checkbox"/> 1
	<input type="checkbox"/> 0

いかがでしたか？ に一つでもチェックがついた方は、今が相談のタイミングとなります。

緩和ケア室では専門の看護師と心理療法士がお話をうかがい、内容に応じてソーシャルワーカーと連携して患者さんご家族の困りごとに一緒に向き合います。また、必要に応じて緩和ケア医の診察を受けることができます。このチェックリストをお持ちになり、本館1階 緩和ケア室にお声がけください。

●緩和ケアとは？

緩和ケアは必ずしも終末期を意味するものではなく、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心の問題が患者さんの日常生活を妨げることがあります。患者さんと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、以下の困りごとに対して支援していきます。

- がん治療やがんの症状に伴う痛みやしびれ不眠などの症状に困っている
- 今後の治療や療養の場について悩んでいる
- 保険や制度のこと、がん治療と就労との両立についての情報が知りたい
- 医師からの説明で気分が落ち込んでしまっている
- 在宅で緩和ケアを受けたい
- 大切な人を亡くし、気持ちがやりきれない

お気軽にご相談ください

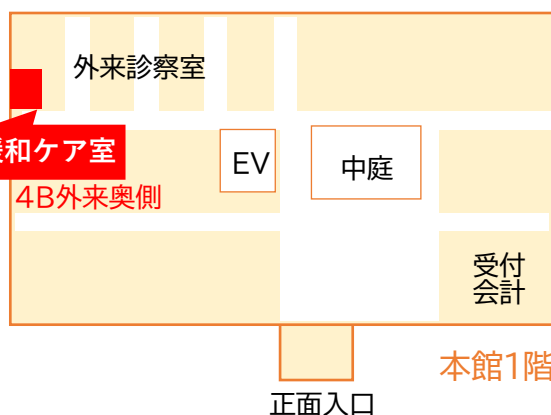
緩和ケア室では、緩和ケア認定看護師と心理療法士が体のつらさ、心のつらさをお聞きし、緩和ケア担当医師やソーシャルワーカーなどと連携して、みなさんの生活をサポートします。

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



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、がん患者さんとご家族をサポートします。

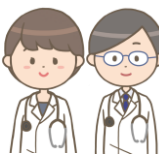
緩和ケア 認定看護師

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



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

