



戸惑う患者から 賢い患者になるための道案内

⑦通院によるがん治療

佐久大学看護学部教授 ^{てるみ}水野照美さん

2回目となる今回は、がんの通院治療について述べます。

【入院は短く、通院は長く】

最近では、入院治療を短期集中で行い、その前後に通院治療となるのが一般的です。通院では、経過観察（定期検査も含む）、抗がん剤治療（点滴や内服）、放射線治療、症状を緩和する治療、などを受けることができます。

数か月間は定期受診が必要になるので、手術は遠方の病院で受けても、通院は近くの病院・医院となる場合もあります。

【通院治療中の身体のこと】

人によって心身の反応や副作用は様々です。治療は繰り返し行うことが多いので、体調を手帳などに記録して、自分のパターンをつかみましょう。体調の変化に心当たりがつくと安心できますし、体調を予測して生活調整ができると、この先やっていける自信を得られます。

気にかけて方がよい症状は、医師や看護師にあらかじめ確認しましょう。外来では、気になる症状を伝えて、状況理解や薬について相談しましょう。経験豊かな看護師の場合、他の患者さんの状況や工夫・対処方法を知っているかもしれません。

【通院治療中の仕事や役割のこと】

仕事や役割、趣味などを、早まって終りにしないでください。身のまわりを整理することで、がんと

向き合うしかない状況になり、かえって苦しむ方もいます。

治療には経済的な支えが必要ですし、働くことが気持ちのハリになることも多いです。周囲の負担になって申し訳ない気持ちになるときは、治療や体調についてある程度のことは伝えて、できることと難しいことを相談しましょう。「二人に一人はがんにかかる時代」に、お互い様の関係を築けるとよいですね。

東京都が最近作成したパンフレット「がんに罹患した従業員の治療と仕事の両立支援ハンドブック（平成27年3月）」は、都のホームページから閲覧できます。

【がん治療中の人とのかかわり】

がん治療について、誰にどこまで伝えるかは悩ましいものです。伝えなくても、入院や通院、治療に伴う外見の変化で類推されることもあります。

治療は長く続くため、身近な方・仕事や家庭生活で影響のある方には伝えるのが無難です。ただし、「がん＝死」と想像して反応される場合もあるため、傷つくことがあるかもしれません。一方で、「実は私も」「身内もそうで」と、新しいつながりができることもあります。人とのかかわりや心の持ちようなどについての冊子は、国立がんセンターのホームページ「がん情報サービス」の「冊子」ページから見るることができます。

病気はつらいものですが、この体験をきっかけに、当たり前前に思えたことに新しい発見をしたり、より深い意味を見出したりする方も多いです。悩みや不安、ささやかな喜びをわかちあいお役に立ちたいと願う一人として、看護師がいます。どうぞお声かけください。