

# 市民病院だより 夏号



市民病院だより編集部

平塚市民病院 〒254-0065 平塚市南原1-19-1 0463-32-0015

けんこう湘南21 第29号

国際規格ISO14001を認証取得しました  
財団法人 日本医療機能評価機構による病院機能評価認定病院です (Ver.5.0 認定第JC1079号)

2007年7月1日発行

## がんについて

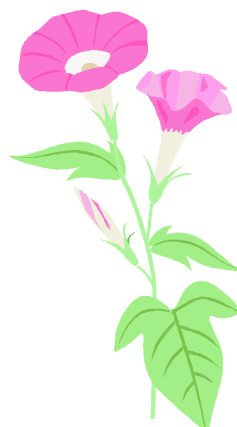
シリーズ正しいがんの知識  
がんの痛み  
がん性疼痛看護認定看護師  
浅沼絵美



### はじめに

医療の進歩により、がん患者さんの半数は治る時代になりました。しかしながら、治す事ができずに経過した場合、様々な症状が現れることがあります。その主な症状は、痛み・全身倦怠感(だるさ)・食欲不振です。中でも痛みはがん患者さんの3分の2以上に起こり、また他の症状に比べて早い時期から現れるため、「がんに罹ると痛みで苦しむ」と恐れている人がたくさんいます。

そこで、がんについてのシリーズ4回目はがんの痛みについてお伝えします。



### 目次：

がんの痛み	1
がんの痛み 原因について 治療について	2
がんの痛み 薬について	3
看護の日によせて	4

### 市民病院の理念 「安全と信頼」



患者さまの視点に立ち、安全で、信頼される、地域に根ざした医療を提供するとともに、健全な病院運営に努めます

#### 基本方針

病院の理念のもと、基本方針を次のように掲げますー

#### 1 患者さまの視点に立った医療を提供します

患者さまへの十分な説明と同意のもとに、医療を提供します  
患者さまへの診療情報の提供を、積極的に行います  
患者さまの権利を尊重し、患者中心の全人的医療を展開します

#### 2 安全で信頼される医療を提供します

安心して医療が受けられるよう、院内環境の整備に努めます  
高度で良質な医療水準を確保し、地域住民に提供します  
医療者の教育・研修に努め、確実な診断、治療を提供します

#### 3 地域に根ざした医療を展開します

地域の中核病院として、高度医療・救急医療の充実に努めます  
地域の医療機関との連携を推進し、地域医療に貢献します

#### 4 病院経営の健全性の向上を図ります

公共の利益を確保するとともに、効率的な病院運営に努め、健全化を図ります





## がん患者さんの痛みの原因

痛みの原因は患者さん個々によって様々です。

### がん自体による痛み

がんの広がり方により、圧迫や浸潤することで起こる痛み。

### がんに関連した痛み

リンパ浮腫、便秘、褥瘡（床ずれ）など

による痛み

### がんの治療に関連した痛み

手術の傷口の痛みや、化学療法による口内炎などの痛み。

### がん患者さんに起こったがん以外の病気による痛み

関節痛や筋肉痛、帯状疱疹などの痛み。

## がんの痛みを我慢する必要はありません

「がんだから痛みは仕方がない」と諦めないで下さい。また、「痛み止めの薬を使うと治療の妨げになる」と勘違いされている方もいますが、痛みを抑えることとがんの治療や進行は関係がありません。がんの痛みは我慢する価値のない痛みとされています。痛みを

我慢したままでいると食欲が無くなったり眠れなくなったり、何もする気がなくなったりします。しかし痛みを治療すると、食欲が回復したり前向きな気持ちになったり、いつも通りの生活が送れるようになります。

## 自分の痛みを伝えましょう

痛みの治療をするためには患者さん自身が医療者に痛みを伝えることから始まります。痛みは患者さん本人しか解からず、どんな検査をしてもその程度は他人には解かりません。

そのため、どこがどのように痛むのか言葉で伝える必要があります。



## 痛みの治療

薬による治療法が、がん患者さんの痛みを取り除く主役を果たします。世界保健機構（WHO）は1986年に「がんの痛みからの解放」という小冊子で世界各国へ痛

み治療の基準を発表しました。この内容に従い、適切な薬を適切に使用すると、がん患者さんの痛みの90%は取り除けるとされています。

## がんの痛みで使用される薬

がんの痛みに対しては、市販の頭痛薬などの痛み止めの成分と似たものから医療用麻薬

（モルヒネなど）があり、痛みの程度と種類により使い分けられます。



## 医療用麻薬

現在、がんの痛みの治療に使用されている医療用麻薬には、飲み薬、貼り薬、座薬、注射薬があります。主治医が患者さんそれぞれの痛みや生活に合った薬を選びます。しかし麻薬ということから、様々な誤解をしている患者さんやご家族も多く、使用することをためられることがあります。これは

昔、「医療用麻薬はなるべく使わない方がよい危険な薬」として取り扱われていたため、現在では、「医療用麻薬はがんの痛みに積極的に使用すべき安全な薬」です。



## 医療用麻薬の誤解

医療先進国の日本ですが、医療用麻薬の使用量は欧米諸国と比較すると非常に少なく、人口あたりの消費量は5分の1から10分の1です。日本人はこれ程、痛みに対して我慢強いのでしょうか？・・・がんの痛みは人種によって大差はなく、消費量の差は医療用麻薬に対する誤解が原因のひとつと思われます。

以下に誤解されやすいことを述べます。

### Q：麻薬ということで、中毒にならないか？

A：患者さんの痛みの程度に合った量を規則正しく使用すれば中毒症状は起こりません。一般に言われる麻薬中毒者とは、痛みが無いのに不規則に麻薬を使用するために起こります。

### Q：末期患者に使う薬ではないか？

A：病気の程度で使うのではなく、痛みの程度に対して使う薬です。そのため、場合によっては2～3年またはそれ以上の期間使用するケースもあります。

### Q：命が短くなるのではないか？

A：命を短くすることはありません。かえって痛みがなくなることによって、眠れるようになったり食欲が増したりして、延命効果があることもあります。

### Q：早い時期から使い始めると、徐々に効かなくなるのではないか？

A：これ以上使ってはいけないという限界がないので、痛みの程度に合わせて使用する量を増やせます。

### Q：副作用があるのではないか？

A：副作用の主な症状として便秘、吐き気、眠気があります。便秘はほぼ全員に起こるので医療用麻薬を使用している間は同時に緩下剤を使用します。吐き気、眠気に対しても予防薬がありますが、これらの症状は一定の期間を過ぎるとなくなります。

## おわりに

今回、がんの痛みに対する薬治療についてお伝えしました。がんの痛みを正しく理解し、上手に痛みの治療を受けることで、痛みで苦しむ患者さんが一人でも少なくなることを願っています。「がんについて」のご質問やご相談は「地域医療支援室」看護師浅沼がお受けしております。お気軽に声をかけてください。

### 地域医療支援室

南棟 1階外科外来待合室横  
TEL：0463-32-0015  
内線：2180





～看護の日によせて～

# 「看護の心をみんなの心に」

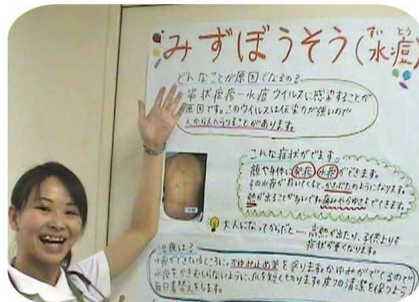


当院の1階中央廊下で5月10日・11日、看護の日にちなんで、

血压測定や体脂肪測定・栄養相談・服薬相談・手術室ビデオ放映などのイベントを行いました。また、各病棟では看護週間行事として病棟で特徴的な疾患の治療や予防に関するポスター掲示などを行いました。「看護の日」は、21

世紀の高齢化社会を支えていくために看護の心、ケアの心、助け合いの心を国民一人一人が分かち合おうという趣旨です。老若男女を問わずだれもが育むきっかけとなるように、「5月12日」フローレンス・ナイチンゲールの誕生日にちなみ、旧厚生省によって平成2年に制定されました。メインテーマは「看護の心をみんなの心に」です。「看護の心」には、『家庭の中には肌と肌の暖かなつながりのある世話（ケア）があり、地

域社会には助け合いがあり、健康な人が一人一人の務めとして心や身体に障害のある人々を守り、医療者はキュア（治療）と共に患者である一人の人間へのケア（看護）の心を大切にす



タッフを巻き込み病院全体で取り組んでいます。

病院という場ですが治療に関わる患者様だけでなく、健康予防活動を通して色々な方々とふれあうことは、看護の心を皆様の心へ届ける一つ的手段ではないかと思えます。痴呆のお年寄りを自宅介護され、「自分が病気になりそう」とおっしゃりながらも、「聞いてくれてありがとう。また頑張っていこうと思う」とお話しくださった方や、ご主人が長期入院されて

いるある方は「主人のおかげで努力しなくても痩せてきれいになった」と笑顔でお話しされ前向きに看病されている様子を示してくださいました。皆様と心がふれあうことは逆に私たち自身の励みにもなりこのイベントの目的でもあります。来年以降もこのイベントは続けていきますので、ぜひご来院ください。共に看護の心を育ていきましょう（文責；看護研究会会長 佐藤和枝）



参加して下さった方の人数

	血压測定	体脂肪測定	栄養相談	服薬相談	合計
5月10日(木)	135名	152名	27名	12名	326名
5月11日(金)	131名	162名	48名	17名	358名