



「きゃべつの会」は京都市下京区・南区にお住まいのがん患者さん、ご家族がお茶を飲みながら交流し生きる力を取り戻す「地域の患者サロン」（下京西部医師会主催）です



癌治療としびれ

新京都南病院 医師 廣間 文彦

癌にはいろいろと種類はあります。概ね早期の癌であれば、内視鏡治療や手術などで根治ができることが多いです。しかし進行した癌になると薬物療法が適応になることが多いです。使われる薬剤も、殺細胞性の抗癌剤に、分子標的薬、免疫チェックポイント阻害剤といういろいろ開発されています。それに伴って治療の流れは複雑になっています。同じ癌腫でも、タイプによって治療に使う薬剤が変わってきたりしています。副作用も独特な副作用が増えてきています。

なかなか対応しにくい副作用の一つがしびれです。大腸癌や胃癌などで用いるオキサリプラチンや、肺癌や乳癌などで用いるタキサン系の神経毒性はひどくなるとなかなか改善し

ません。神経毒性に対応する薬剤もありますが、それらの薬を使用しても改善しなくて、ずっとしびれが続くことが多いです。ひどくなるとボタンをかけられなくなったり、歩行がしにくくなったりします。対症療法として薬剤も使用しますが、症状がひどくなる前に原因となる抗癌剤を休薬することが大事になります。効果を上げているときにその薬を休薬するのはしにくいですが、しびれが悪化すると治らなくなりますので、その薬剤を一旦休薬することが必要になります。

抗癌剤治療をしているときには、医師だけではなく看護師や薬剤師も副作用の症状について尋ねます。軽い症状でも話してもらえたら、対応が早くできることもあるので、いろいろと話してください。相談しながら治療の方向を一緒に決めていきましょう。



病とともに自分らしく生きる

京都南病院 医療ソーシャルワーカー 北村 智穂

癌のような大きな病気と診断された時、どのような想いが巡るのでしょうか。

え、なんで自分が？何が悪かったの？

医療費はどれくらいかかるの？生活費への圧迫が心配。

抗がん剤をすることで、身体への影響

がある？

仕事はつづけられる？

親の介護をしていたのに、自分が病気になってしまった。自分が入院しなくてはいけないとき親はどうなるの？

子供のことどうしよう…

医療技術の進歩により、医療は「延命」から「選択」できる、そして疾患と「共存して生活する」時代になっています。

そこで問われるのは「どう生きるか、どう生活したいか」

同じ病気であってもその捉え方も違ふし、それまでの生活や価値観、置かれている立場、社会的役割も異なります。

病気＝その人ではありません。病気を患うことでその人が変わる訳ではない。ただ病気も自分の一部として、その上でどのように生きたいか、生活していきたいかを時に再考する機会になるのかもしれませんが。

医療の進歩とともに社会も変わりつつあります。

高額療養費や加入されている保険によっては付加給付や傷病手当金が使えなくなるかもしれません。

また今年4月より改正労働施策総合推進法により病気を抱える労働者の治療と就業の両立支援が努力義務化されます。

介護や子育てに関してもレスパイトなどのサービスが使えなくなるかもしれません。

相談支援センター、医療機関等には私たちのような相談員がおります。

共存して生きていく時代だからこそ、どうかおひとりで抱え込まず一緒に考えさせてください。一緒に考えてもご不安がすべて解決はしないかもしれませんが、でも少し心の荷物を置いていけるかもしれません。

心と身体は連動しています。相談員には点滴も薬の投与もできません。ただそうして不安や溢れる想いを少し置くことで身体のつらさも和らぐかもしれません。

そんな伴走者になればと私たち相談員は考えています。

先日私もキャベツの会に参加させていただき、話すこと、対話することの力を感しました。一人ではありません。ご一緒にさせていただければと思います。



お願いします

今回の会報誌の担当は
京都南病院です

【友だち登録にはLINE アプリが必要です】

- ①スマートフォン等でQRコードを読取とってください。
- ② ID検索LINE アプリで「友だち追加」「ID検索」で「@903NUYTA」を入力してください



ID: @903NUYTA

発行:一般社団法人下京西部医師会

〒601-8452 京都市南区唐橋
堂ノ前町15-9 エステート南ビル301
☎075-693-3900 ㊟075-693-3911

きゃべつの会の ひととき



京都南病院 緩和ケア認定看護師 吉岡 真弓

3月7日きゃべつの会を開催しました。西大路のカフェに固定しだしてから1年になります。今回は天候も良く、和やかな雰囲気の中での開催となりました。初めて参加される方もおられ、それぞれのペースで過ごされている様子が印象的でした。

当日は、臨床心理士によるミニ講演として、マインドフルネスを体験する時間もありました。手に温かいカイロを持ち、その温もりに意識を向けることで、じんわり温かさを感じ、少し気持ちが落ち着いた気がしました。

その後の時間では、「しんどいけど、家事はしないとイケない」という話題や「家族の前ではつらい姿はみせられない」など、それぞれの悩みが語られていました。趣味やそれぞれの人生観などを語り合う場面もあり、とても有意義な会となりました。

「この場が持つ意味」

緩和ケア認定看護師として日々患者さんと関わる中で、気持ちを言葉にすることの難しさを実感しています。治療のことやこれからのことについて、考えなければいけない思いながらも、うまく言葉にできなかったり、一人で抱え込んでしまったりする方も少なくありません。

医療の場では、どうしても限られた時間の中での関わりになります。その中で大切な思いや迷いが十分に言葉にされないまま過ぎていくこともあります。

一方で、きゃべつの会は、結論を出すことを急がず、その時感じていることをそのまま話すことができます。誰かの話を聞く中で、「自分にも同じ思いがある」と気づいたり、「こう感じてもいいのだ」と思えたりすることもあります。そうした時間や小さな気づきの積み重ねが、自分自身の気持ちと向き合う力につながると感じています。

「これからのことを考える」とは、何かを決めることだけではありません。迷いながら考えていくこと、その過程が大切にされる時間を、これからも一緒につくっていきたいと思っています。

