

病があっても、より良く生きるために 発展した緩和ケアの今

緩和ケアと聞くと、「末期の患者向けの医療」と誤解されている方は多いようです。しかし現在では、末期に限らず早い段階から積極的に緩和ケアを受けることが推奨されています。

その理由と、現在の緩和ケアについて、国立がん研究センター東病院 緩和医療科医長の松本禎久医師にお話を伺いました。

▼幅広い意味をもつようになった 現代の緩和ケア

緩和ケアは、命を脅かすような疾患にかかった患者さんやその家族を対象とする医療やケアです。身体や心のつらさだけでなく、生活面の心配ごとに至るまで、幅広く様々な問題を発見して対処し、患者さんの生活の質が上がるようお手伝いしていきます。



国立がん研究センター東病院
緩和医療科医長

まつもと よしひさ
松本 禎久 医師

緩和ケアと聞くと、末期の患者だけが受ける特殊な医療であるかのような誤解が根強く残っていますが、そうではありません。

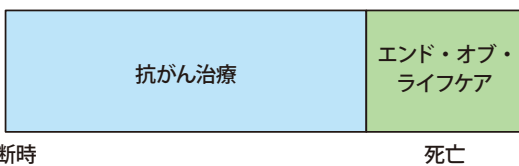
歴史をたどると、始まりは確かに亡くなる方のケアでした。

しかし、重い病気の様々なつらさを和らげる技術というのは患者さんにとって大変良いものなのだから、抗がん治療中から受けられるようにしよう、いやむしろ診断時からすぐに始めた方が良く、徐々に拡大され、発展してきました。(図1参照)

現在の緩和ケアは、抗がん剤などの治

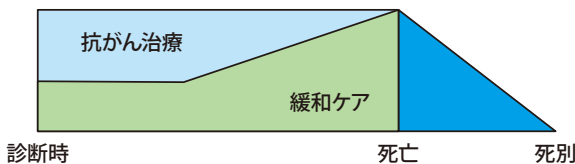
図1

従来の緩和ケアの概念



Oxford Textbook of Palliative Medicine Fifth Edition (2015) pp113 より引用・改変

最近の緩和ケアの概念



療と平行して受けることができるのはもちろん、患者さんだけでなくその家族にも提供されます。

場合によっては、治療は終わったものつらさを抱えている患者さんや、死別のつらさに苦しむ遺族のケアまで含むのが、今の緩和ケアのあり方なのです。

日本緩和医療学会では緩和ケアについて、次のように説明しています。

「緩和ケアとは、重い病を抱える患者やその家族一人一人の身体や心などの様々なつらさをやわらげ、より豊かな人生を送ることができるように支えていくケア」。

しかし、これは医療やケアの根幹であり、全ての患者さんやその家族に、でき

るだけ提供されるべきものです。

中には、「うちの病院では緩和ケアをやっていない」であるとか、「この段階での緩和ケアはまだ早い」といった言い方をされる医療者もいますが、これは認識に間違いがあります。

緩和ケアを大きく二つに分けると、基本的緩和ケアと専門的緩和ケアがあります。基本的緩和ケアは、すべての医療者から提供されるものです。たとえば担当医が痛み止めを処方すれば、それも緩和ケアといえます。

しかし、通常のケアで患者さんのつらさを緩和することが難しい場合には、つらさを緩和するための専門的なトレーニングを受けたスタッフによる「専門的緩和ケア」が必要となります。

▼早期からの専門的緩和ケアの意義

病気による身体のつらさや痛みは、落ち込みなどの新たな苦痛をもたらし、それを我慢していると、患者さんから気力体力を奪っていきます。そのため、専門的緩和ケアをより早い段階から受けることがとても大切です。

2010年に肺がん患者を対象としてアメリカで行われた研究では、早期から専門的緩和ケアを受けた患者さんたちの間で明らかに生活の質が上がり、生存期間も延びたという結果が報告されています。

患者さんの苦痛の中には、痛みや吐き気、食欲不振といった身体的な苦痛だけでなく、重い病気にかかったことへの不安や落ち込みなどの精神的な苦痛、家庭・仕事、経済的な心配などによる社会的な苦痛さらには「スピリチュアルペイン」と呼ばれる死への恐怖や生きる意味を思い悩むような苦痛もあります。

身体と心、あるいは社会環境とは密接に影響し合っています。なかなか消えない身体の痛みが、社会的苦痛が解消されると改善するようなくとも珍しくありません。

それだけに、トータルなサポートが必要です。薬物療法等による痛みの緩和や予防、生活指導や口腔ケア、運動やリハビリといった身体的サポートから、専門的コミュニケーション技術を用いて患者さんの不安や悩みをよく聴き取りながら、今後のことを一緒に考えていくといったことまで、緩和ケアの内容は実に多岐にわたります。そのため、医師や看護師だけでなく、精神科医、栄養士、生活面を支えるソーシャルワーカー、宗教家など、他職種の専門家がチームを組み、一丸となって患者さんとその家族を支えていきます。

▼緩和ケアはどこで、誰に提供される?

緩和ケアは、自宅においても訪問診療等によって受けられますし、老健施設等に

入っている方でも受けることができます。

「緩和ケア病棟」については、多くの方が「末期患者だけが入る病棟」のように誤解されていますが、症状が改善して退院する方もいますし、中にはその後抗がん治療を継続する方もいます。

同時に、人生の最後の時をより穏やかに過ごしていただくためのケアも、従来どおり、緩和ケアの重要な役割の一つです。最近では、神経難病や心臓病、特に患者さんが増加すると考えられる認知症など、がん以外の疾患に対しても緩和ケアが必要だと言われています。

超高齢社会に入った今、限られた医療資源の中で緩和ケアをどう活用していくかは、社会全体で考えていくべき課題となっています。

緩和ケアの定義（WHO2002の定義）

緩和ケアとは、生命を脅かす疾患による問題に直面している患者とその家族に対して、痛みやその他の身体的問題、心理社会的問題、スピリチュアルな問題を早期に発見し、的確なアセスメント（評価）と対処（治療・処置）を行うことによって、苦しみを予防し、和らげることで、QOL（Quality of Life：生活の質）を改善するアプローチである。