



活動のご紹介

総合上飯田第一病院緩和ケアチーム（PCT）の活動をお伝えする news letter,今回は、9月26日の院内第3回公開カンファレンスの話題です。がんによる悩み、心配といえばやはり「痛み」に関するものが一番にあがりますし、実際に PCT に依頼される理由でもっとも多いものはこの病院でも「痛みのコントロール」のようです。痛みとその特効薬である「麻薬」に関して系統だって学ぶため、集まった職員のみなさん約60名にプレテストで理解度をチェックしてもらったのちに、PCT 薬剤師の太田さんから正解を含めた講義を聞きました。以下に、講義のテーマ「がん疼痛治療の基礎知識」を、一般の方むけにも太田さんにわかりやすくまとめてもらいました。痛みを伴う病気を抱えてしまったとしてもいろいろな薬があるし、こうして薬剤師さんもついているから相談できて安心だね、とっていただければうれしいです。



がん疼痛治療の基礎知識

痛みがあると自分のしたいことができなくなり、また眠れず食欲も落ち不安が募ります。痛みをとるために治療すれば痛みにも苦しむことなく日常生活が送れるようになります。その目標は右図のように三段階になっています。

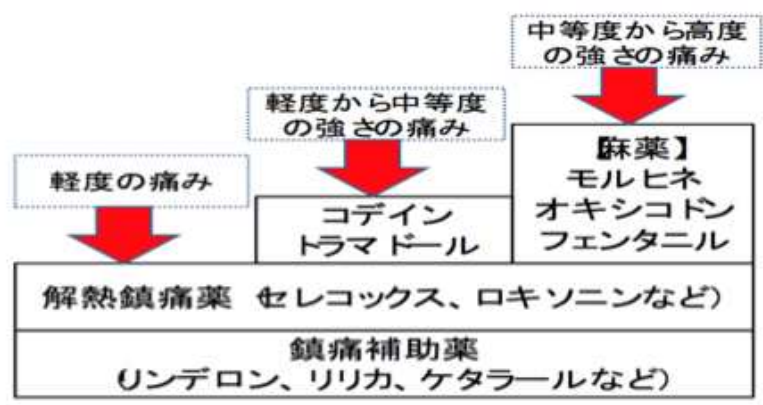
痛みを無くす目標	
第一目標	痛みに妨げられない夜間の睡眠
第二目標	安静時の痛みの消失
第三目標	体動時の痛みの消失

がんによる痛みには、主に「解熱鎮痛薬」や「麻薬」を使います。これらのお薬で痛みがとりきれない場合もあるのでさらに「鎮痛補助薬」をプラスして使っていくこともあります。一つ覚えておいて欲しいのは、医療機関で扱っているのは「医療用麻薬」であって、決して依存症になる、中毒になるような事はありません。

WHO（世界保健機構）ががんの痛みをどのようにとっていくか定めています。痛みにはまず解熱鎮痛薬を使っていきますが、このお薬で痛みがとれるには限界があります。そこで痛みの強さによってはモルヒネ、オキシコドン、フェンタニルといった麻薬と一緒に使っていくということになります。

麻薬には飲み薬、坐薬、注射、貼り薬といったものがあり患者さんの状態に応じてどれを使っていくか選びます。はじめは飲み薬が簡単に使えるので飲み薬からはじめることが多いです。

気になる副作用ですが、麻薬には主に眠気や吐き気、便秘の副作用があります。吐き気には吐き気止めを、便秘には下剤を使うというように対策していきます。また眠気や吐き気は継続して症状が出る副作用ではないため徐々に治まっていきます。薬の継続が困難にならないように対策は万全にしていきますので安心して下さい。



当院には11人の薬剤師が常勤しています。薬剤師ってどんなことをしているのだろう？と思う方もいると思うので薬剤師が緩和ケアにおいてどのような役割をしているか紹介します。



- ① 患者さん又はご家族へのお薬の効果や使用方法、副作用、保管方法、廃棄方法の説明
- ② 患者さん、ご家族の方の生活スタイルを聴取し薬剤を使用する時間を一緒に考える
- ③ お薬の効果・副作用のチェック
- ④ 必要なお薬が処方されて正しく使われているかのチェック

安心してお薬が使えるように不安がある方、またそんなご家族の方がおりましたら薬剤師に相談して下さい。

薬剤師 太田 悠香



当院の緩和ケアチームに所属するようになって3ヶ月が過ぎました。

まだまだ半人前で悩む事や挫けそうになる事もありますが、仲間と一緒に話し合い共に向上していけたら良いと考えています。「患者さんがいかに良い生活を送れるように貢献できるか。」日々考えて活動するよう心がけています。薬剤師にできることって何か考えてみると「患者さん又は家族への薬の説明、薬の効果・副作用をチェックする、適切な処方がされてかつ正しい量が処方されているかのチェック」といったことで重要な事がいくつかあります。麻薬を導入し苦痛がとれた時はもちろん、薬の説明を行なって「ほっとしました。」と言った言葉が聞けた時は特にやりがいを感じます。

薬局は薬剤師全員で対象患者さんを受け持ち、皆が緩和に携われるようにしています。様々な患者さんと出会い、又、他の薬剤師がどのように服薬指導業務をしているかも見る事ができるので大変勉強になっています。これからも頑張っていきますのでよろしくお願いします。

当院緩和ケアチームは8職種（外科医師・老年精神科医師・看護師・薬剤師・管理栄養士・医療ソーシャルワーカー・作業療法士・歯科衛生士・臨床心理士）約25名のメンバーと、各病棟のナースが協同して活動しています。毎週水曜日に症例検討会をし、木曜日に外科外来師長・医師・薬剤師にて病棟回診、また外来でも随時対応し、痛みなど症状が強い場合には短期入院をおすすめして、がんによる悩みを抱える患者さんやご家族のニーズに沿えるよう努めております。また、実際に毎日入院患者さんのケアにあたるのは病棟スタッフですので、職種を問わず院内全体で緩和ケアに関する知識や技術も共有して高めていこうと、8月から毎月の公開カンファレンスを企画、毎回60名を超える職員が参加して熱心に勉強しています。次回は10月31日（水）、テーマは「食べること」・栄養、嚥下、口腔ケアの専門職からの発信が楽しみです。まだまだ勉強すべきテーマは多いですが、当院のどの病棟に入っても、どこの病院にも負けない高レベルで心もったケアを目指していけると思っています。「最期はホスピス」「いよいよになったら1発打ってすっと逝かせてね」など口にされる方は多いですが、ホスピスや緩和ケア病棟は入所待機が数か月ですし、1発ですっと逝くような注射は我が国では打てません、というのが現実。病気による問題があれば、私たちのチームを利用し、医療用麻薬にしても早い時期から上手に使ってなるべくその方らしい生活を保っていただきたい。手術でも抗がん剤でも、ご希望をよく伺って相談して、緩和ケアと並行して行うでもいいし、やめてみるでもいい、大切なのはその方が今をどう生きたいか、ご自分が主人公として選択していけることだと思います。そういう援助を惜しみなくしたいと思ってこういうPR活動も続けている今日この頃です。



来てね～！



さて、PCTの活動として忘れてはならないものは院内コンサート企画です。6月の第一回青空コンサートの大盛況に勇気づけられ、素人集団ならではの？熱気が自慢のバンド「上飯田スイングガールズ&ボーイズ」と、美しい歌声で泣かせ、ノリで笑顔を導く合唱団「PCT エコーズ」がまたクリスマスに向けて再結成、12月22日（土）15:00～南館8階大会議室に帰ってきます！ハンドベル隊やサンタクロースも現れ、よい子のみんなにはささやかなプレゼント、むかし子供だったみなさんにも愛と感動をたっぷりお届けする予定です！入院中・通院中の皆様、そのご家族お友達みなさんお誘いあわせの上ぜひご来場ください！