1

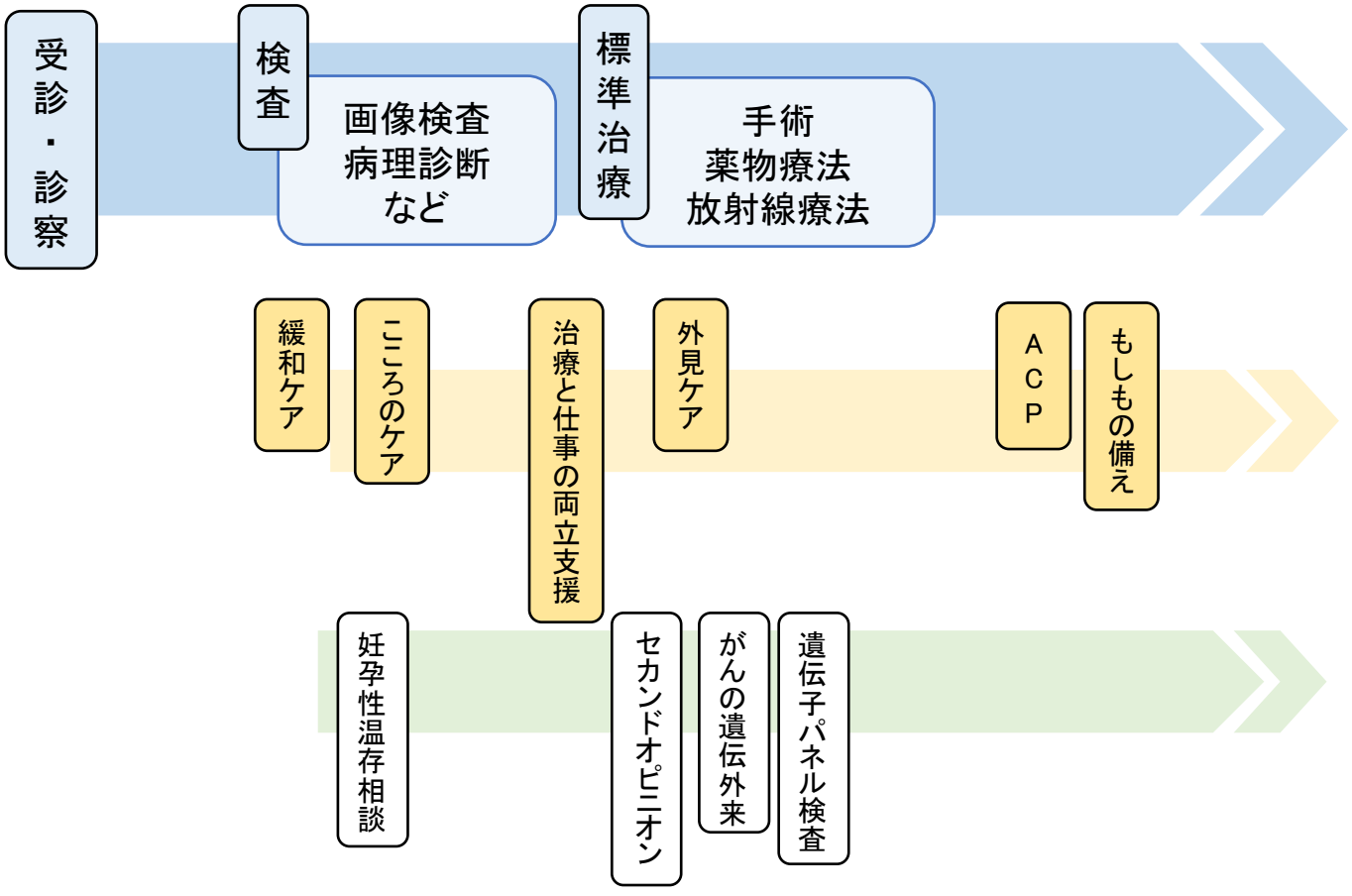
がん治療について

がんの治療には、「手術」、「薬物療法」、「放射線療法」があります。これから始まる治療、その目的や効果、治療による副作用に対して、心配ごとはありませんか。

がん相談支援センターでは、病気や治療に関する情報を集め、理解を深めるサポートをします。

先生に聞きたいことが聞けない、医師から説明があると言われたが、何を聞いていいか整理したいなどのお悩みにも一緒に考えることができます。

一般的ながん治療の流れ



あなたの病状を整理してみましょう。
がん相談支援センターで一緒に整理することもできます。

- 病名、がんの部位：
- がんの大きさや広がり、病期（ステージ）：
- どんな治療をする予定か：

- 治療担当医に尋ねてみたいことを挙げてみましょう

こんなことでお困りではないですか？

□治療についてわかりやすく説明していほしい
□先生の説明が難しくてわからない
□治療による副作用や体への影響について知りたい
□先生に聞きたいことが聞けない、どのように話したらよいかわからない
□医師から説明があるといわれたが、何を聞いたらいいか整理したい

私たちが相談にのります！

がん相談支援センターでご相談ください

説明資材はこちら











がん情報サービス冊子
※各がん種シリーズの冊子をがん相談支援センターで受け取れます。

2 気持ちについて

がんという病気は、身体だけではなく「気持ち（こころ）」にも大きな影響を与えます。患者さんが経験する不安や憂うつなどの感情は、病気の診断・治療・再発や治療の中止など、人生に大きな変化をもたらす出来事が生じたときに強く現れます。これらの感情が生じることは、ごく自然なことです。

多くの方は、一時的な気持ちの落ち込みはありますが、少しずつ回復し普段の生活に戻ります。しかし、気持ちの整理がつかず、日常生活や治療に影響を及ぼす方もいます。

ひとりで悩まず「不安な気持ち」や「辛い気持ち」をお話してみませんか？患者さんやそのご家族（患者さんを支える方）が抱えている、「気持ちの辛さ」を少しでも和らげることができるように支援します。がん相談支援センターで皆さんのお話をお伺いすることもできます。

こんなことでお困りではないですか？

- □がんと診断されて、不安で仕方ない
- □これまで通り、治療も仕事も頑張りたいけれど、前向きに考えられない
- □大切な家族に、病気のことをどう伝えてよいかわからない
- □子どもや親への伝え方で悩んでいる
- □病気をきっかけに家族との関係で悩んでいる
- □自分と同じ病気で悩んでいる人の話を聞いてみたい
- □主治医とのコミュニケーションに悩んでいる
- □家族として、どう接したらよいかわからない

私たちが相談にのります！

緩和ケア科／緩和ケアチーム

様々な専門職からなる緩和ケアチームがあなたのつらさを支えます。

説明資材はこちら

がん情報サービスの冊子

※がん相談支援センターで冊子を受け取れます。



3

緩和ケアについて

「辛さを和らげる　＝　緩和ケア」

病気による心や身体の辛さを和らげ、その人らしい生活が送れるように支えるケアを「緩和ケア」と言います。

辛さとは、痛み・痺れ・吐き気・息苦しさなど身体の辛さだけではなく、経済的な辛さや、気持ちの辛さなど様々なものがあります。それらの辛さにより、夜眠れない・食欲がない・トイレにも行けない・治療時の姿勢が維持できないなど、生活や治療に影響を及ぼすことがあります。そのため、緩和ケアは病気が進行してからではなく、診断された時から始まります。

緩和ケアは、患者さんだけではなく患者さんを支えている人・支えていた方も対象です。皆さんの辛さを、医師や看護師へお伝えください。がん相談支援センターでもご相談にのることができます。

こんなことでお困りではないですか？

- □痛みでやりたいことができない・やる気が出ない
- □夜も眠れない
- □辛い気持ちはどうすればいいの？
- □病気とどのように向き合えばいいの？
- □家族はどうしたらいいの？

私たちが相談にのります！

緩和ケア科／緩和ケアチーム

様々な専門職からなる緩和ケアチームがあなたのつらさを支えます。

説明資材はこちら

がん情報サービスの冊子
※がん相談支援センターで
冊子を受け取れます。



4

お金について

がんになると、病院でかかるお金にまつわる悩みが出てくることがあります。

がん相談支援センターでは、生活状況を伺い、整理させていただき、必要に応じて制度や地域の相談窓口をご案内します。様々な社会保障制度の利用についても情報を提供しています。

知っていますか？「高額療養費」

日本では、病院や保険薬局にかかるときの自己負担を軽くするための制度があります。この制度を活用することで、自己負担を所得に応じて、一定額におさえることができます。※入院時の食費負担や差額ベッド代は含みません。

こんなことでお困りではないですか？

- □治療費がどれくらいかかるのか知りたい
- □高額療養費制度について知りたい
- □医療費控除について知りたい
- □医療費だけでなく、生活面を工面することも大変
- □障害年金がもらえるか教えてほしい
- □治療以外にもどんなことにお金がかかるか知りたい

私たちが相談にのります！

ソーシャルワーカーが相談にのります。
患者サポートセンターでご相談ください。

説明資材はこちら

高額医療費について
当院ホームページへ飛びます

詳しく知りたい方はこちら

国立がん研究センター
がん情報サービス
「がんとお金」

5

仕事について

がん治療を続けながらお仕事を続けたいという希望がある方へ、お仕事内容をお聞きして、どんなことに配慮してお仕事を続けられるかを考え、医療機関から情報を提供することができます(主治医意見書)。がんと診断されてもすぐに仕事を辞める必要はありません。患者サポートセンターでは、両立支援コーディネーターがあなたの仕事についてのお困りごとをお伺いし、一緒に考えるお手伝いをしています。様々な社会保障制度の利用について、患者さんに情報を提供します。

こんなことでお困りではないですか？

- □がんと診断され、職場の人にどのように伝えたらよいのか迷っている。
- □手術後はいつから仕事を再開したらよいのかわからない
- □しばらく休職し、治療に専念したいので、傷病手当金が受給できるか知りたい
- □治療を受けながら仕事を続けたい
- □復職を考えたい
- □治療予定や体調をどのように職場に伝えたらよいかわからない

私たちが相談にのります！

両立支援コーディネーター （看護師、ソーシャルワーカー）
患者サポートセンターでご相談ください。

関係機関による相談窓口

予約制となります。(第4週　木曜日　午後)
患者サポートセンターでご予約ください。

①福島県産業保健総合支援センター

在職中・休職中で、社会保険制度、労働条件の相談、会社の制度の利用などについて相談希望の方

②ハローワーク

離職中・休職中の方、または新しい仕事について検討されている方

説明資材はこちら

がん情報サービスの冊子
※がん相談支援センターで
　冊子を受け取れます。



詳しく知りたい方はこちら

厚生労働省　両立支援ナビ

6

外見変化について

がんやがん治療によって、脱毛、肌や爪の変化、手術による変化など、見た目の変化が起こります。外見が変化することで、他人との関わりを避けたくなり、今まで通りの生活が送りにくくなる方がいます。がんやがん治療による外見の変化への上手に対処し、自分らしく日常生活を送れるようにサポートします。医師、看護師、薬剤師など多職種が連携し、治療しながら安心して過ごせるようにサポートします。

こんなことでお困りではないですか？

□見た目の変化がつらい、不安だ
□見た目が変わっても、自分らしく、元気でいるコツを知りたい
□見た目の変化を理由に、治療を受ける気になれない
□見た目が変わったことで、周りの人からどのように思われるか気になる
□がんやがん治療によって自分らしさがなくなったような気がする

私たちが相談にのります！

がん相談支援センターでご相談ください。

がん治療による外見変化(脱毛、皮膚や爪の変化、手術(乳房切除/人工肛門/頭頸部手術など)について、専門の担当者がお話を聞いて相談にのります。

説明資材はこちら

がん相談支援センターにて資材を受け取れます。



福島県がん診療連携協議会

詳しく知りたい方はこちら

国立がん研究センター
がん情報サービス
「アピアランスケア：
がんの治療による外見の変化とケア」

7

がんの遺伝について

がんを発症した人の一部では、生まれつきがんになりやすい体質を持っている場合があります。これを「遺伝性腫瘍」といい、がん全体のおよそ5%の方が何らかの遺伝が関係しているといわれています。

「生まれつきがんになりやすい体質」は、血のつながったご家族で共有することがあります。このような体質を持っている方は、そうでない方に比べてがんを発症しやすいですが、必ずしもがんを発症するとは限りません。がんの遺伝について、遺伝の専門外来で相談できます。

こんなことでお困りではないですか？

□家族にがんの経験者がいます。私のがんは遺伝が原因なのか知りたい

□私のがんは子供に遺伝するのか知りたい

□主治医の先生から、遺伝が関係あるかもしれないと言われた

□がんの遺伝子検査を受け、遺伝性のがんの可能性があると言われた

私たちが相談にのります！

がんの遺伝外来 （毎週金曜日　午後13:00−16:00）
予約制となります。まずは主治医にご相談ください。
がん相談支援センターでご相談ください。

詳しく知りたい方はこちら

国立がん研究センター
がん情報サービス
「遺伝性腫瘍」

8

ゲノム医療、遺伝子パネル検査について

ゲノム医療は、遺伝子情報を基にした個別化医療のことです。がん遺伝子パネル検査によって、今後一人ひとりに合った治療が見つかることが期待されています。

がん遺伝子パネル検査は、患者さんのがん組織や血液からDNAを取り出し、がんの発生に関わる複数の「がん関連遺伝子」の変化を一度に調べる検査です。

標準治療がない、または終了したなどの条件を満たす場合に、一部保険診療で行われています。

がん遺伝子パネル検査は、全国のがんゲノム医療中核拠点病院等で受けることが出来ます。検査について詳しくお聞きになりたい場合には、まず主治医にご相談ください。がん相談支援センターでも相談できます。

こんなことでお困りではないですか？

□ゲノム医療、遺伝子パネル検査について知りたい

□治療担当医に遺伝子パネル検査をすすめられたが、よくわからない

□治験、臨床試験、患者申出療養について知りたい

私たちが相談にのります！

がんの遺伝外来

予約制となります。まずは主治医にご相談ください。

がん相談支援センターでご相談ください。

詳しく知りたい方はこちら

国立がん研究センター
がん情報サービス
「がんゲノム医療とは」

9 セカンドオピニオンについて

がんの診療では、患者さんやその家族が担当医と十分に話し合い、納得して治療を受けることが大切です。病気や治療への理解を深め、より納得して治療を受けるために担当医とは別の医師に相談できることを、セカンドオピニオンといいます。

セカンドオピニオンは現在の担当医のもとで治療を受けることを前提に利用するものであり、転院して別の医師のもとで治療を受けることではありません。

セカンドオピニオンは、患者さん自身の決断を支援する仕組みの1つであり、よりよい医療を納得して受けられるように認められている権利です。担当医に気を遣ったり、遠慮したりする必要はありません。セカンドオピニオンを受けることで、病気や治療への理解が深まり、納得して治療に臨むことにつながることがあります。

デメリットとして、セカンドオピニオンの受診に必要な費用は、自由診療なので全額自己負担になります。受診には手間と時間がかかりますので、がんの種類や進行の状況によっては、治療の選択を迷っている間に病状が進行する場合があります。

こんなことでお困りではないですか？

□がんと診断されて担当医から説明を受けたが、診断について別の医師の意見を聞きたい

□がんと診断され、治療選択について説明を受けたが、決められない

□再発の診断を受けたが、担当医が提示する以外にも治療の選択肢がないかを知りたい

私たちが相談にのります！

まずは治療担当医へご相談ください。
がん相談支援センターでもご相談できます。

詳しく知りたい方はこちら

国立がん研究センター　がん情報サービス
「セカンドオピニオン」

10

がん治療と妊娠・出産のこと

がん治療は、妊娠する力に影響することがあります。

治療前に将来の妊娠を守るための方法があります（妊孕性温存療法）。

治療後にも妊娠をサポートする方法があります（がん治療後の生殖医療）。

がん治療を最優先にすることを大前提として、がん患者さんが子供を持つことを支援する医療を生殖医療と言います。そのなかには、がん治療前に妊娠するために必要な能力を温存するための「妊孕性温存療法」と、がん治療後の妊娠を補助するための「がん治療後の生殖医療」があります。近年の生殖医療や凍結技術の発展により、配偶子や受精卵を凍結することが可能になっています。

がん患者さんが将来子どもを持つことができるように、希望をもってがん治療にのぞめるよう、これらの治療があります。妊孕性温存をしないということも一つの選択肢です。このような治療法があることを知ったうえで、後悔のない選択をすることが大切です。

こんなことでお困りではないですか？

□がん治療が一段落したら、子供をもつことを考えたい
□がん治療をしても、子供が持てるのかを聞きたい
□がん治療が、性生活に影響があるかを聞きたい

私たちが相談にのります！

まずは治療担当医にご相談ください。
AYAサポートチームが相談にのります。
がん治療後の生殖医療に関しては、福島県立医科大学産婦人科での治療が必要です。

詳しく知りたい方はこちら

国立がん研究センター
がん情報サービス
「妊孕性」

11

がんリハビリテーションについて

がんリハビリテーションは、がんそのものから生じる症状や、がんの治療から生じる問題に対して、予防や改善を図ることが主な目的となります。

治療に伴う安静やがんの影響による身体機能低下の予防・改善に対して、筋力トレーニングなどの運動療法を提供します。動作に制限が生じた際には、安全に自立出来るような動作や、症状が緩和されるような姿勢や動作を考えていきます。また、自宅環境や介護のアドバイス、社会資源の導入が必要な場合には、多職種とも協働してサポートします。それ以外にも、がんの発症部位や治療により生じる症状や心理的な問題に合わせて、その人に必要なリハビリを提供します。

こんなことでお困りではないですか？

- □がん治療が始まる前の体力作りは、どんなことをしたらよいか
- □がん治療中でも、安全に出来る運動方法はないか
- □自宅退院後、体力が落ちて活動量が減ってしまった
- □骨転移があり、どのくらい動いてよいか不安
- □痛みがあって上手く体を動かせない

私たちが相談にのります！

理学療法士/作業療法士

まずは治療担当医へご相談ください。

がん相談支援センターでもご相談できます。

説明資料はこちら

※がん相談支援センターで冊子を受け取れます。



詳しく知りたい方はこちら

がんリハビリテーションについて

当院作成資材

12

栄養について

がんの治療では、手術（とくに消化器の外科手術後）、薬物療法、放射線療法(腸管への照射、全脳照射)が、患者さんの食事に影響を与えることがあります。

特に抗癌剤治療は食欲不振、吐き気、胃の不調、便秘/下痢、口内炎、味の変化など、食事に伴う様々な副作用を引き起こします。使用される抗癌剤によって治療開始後に現れる副作用の種類や程度は異なります。副作用による影響として、食事量が減少し、栄養バランスが崩れて栄養状態の低下、体力や免疫力の低下が起こることがあります。

治療前から栄養状態をよくしておくことで、副作用によるダメージを少なくしたり、回復が速やかになるように助けたりすることができます。治療中は吐き気止めや整腸剤、下剤/下痢止めなどの薬も上手に使いながら、食事の仕方や食事の内容を工夫することで治療を続けることができます。食事が摂れない場合には、水分摂取も不足しがちなので、経口補水液なので水分摂取をしながら脱水を予防しましょう。症状は人それぞれですので、自分の症状に合ったレシピを参考にしましょう。

手術、抗癌剤、放射線治療が終わったら、適度な運動を合わせて、食事療法による体重コントロールがとても大切です。

こんなことでお困りではないですか？

□がんの治療薬の影響で食欲がない
□がんの治療薬の影響で味がわからなくて食べたくない
□がんの治療薬の影響で下痢/便秘がある
□体重が減ってきた

普段から体重を測定し
体重の増減を把握しましょう。

私たちが相談にのります！

管理栄養士が相談にのります。治療担当医へご相談ください。
がん相談支援センターでもご相談できます。

説明資料はこちら

がん研究振興財団　資材
静岡がんセンター　書籍
※がん相談支援センターで
　資料の閲覧が可能です。









13

がんの薬物療法について

がんの主な治療法は「手術療法」「放射線療法」「薬物療法」があり、単独で行うこともあれば、これらを組み合わせて治療することもあります。

薬物療法は、がんを治すこと、進行を抑えること、症状を緩和することを目指して行います。どの目的で行うのか、がんの種類や進行度、患者さんの体調などに応じて治療薬は選択されます。

治療薬には「細胞障害性抗がん薬」「分子標的薬」「内分泌療法薬（ホルモン療法薬）」「免疫チェックポイント阻害薬」などの種類があります。これらの治療薬（抗がん剤）には様々な副作用があり、その副作用症状をやわらげるお薬が使用されることもあります（支持療法）。

薬剤師は薬の専門家として、医師、看護師、患者さんと協力して、副作用症状を抑えながら生活の質を保ち、治療を中断せずに続けることができるようにサポートします。不安なことがあれば、いつでもお気軽にご相談ください。

こんなことでお困りではないですか？

- □これから投薬を受けるがんの治療薬の副作用が心配
- □がんの治療薬の副作用予防薬について詳しく聞きたい
- □薬の飲み方について相談したい
- □いままで飲んでいる薬とがんの治療薬の飲み合わせが大丈夫か相談したい
- □インターネットで抗がん剤について調べたがよく分からなかったので説明してほしい

私たちが相談にのります！

薬剤師がお薬の説明を行います。
がん相談支援センターでもご相談できます。

説明資材はこちら

がん情報サービスの冊子
※各がん種の冊子をがん相談支援センターで受け取れます。

詳しく知りたい方はこちら

国立がん研究センター
がん情報サービス
「薬物療法とは」

14

口腔ケアについて

口の中はヒトの身体の中で一番細菌が多い場所で、唾液1mL中に、1-100億個以上の細菌がいます。

口腔ケアは、がん治療において大切な支持療法のひとつです。

治療中は体力が低下して、口の中が感染しやすいので、痛みや乾燥がなくても、お口の中を清潔にしておくことが大切です。

手術、抗がん剤治療、放射線治療を受ける前に口腔外科でお口のチェックとクリーニングを受けましょう。

【手術】

- 術後に肺炎になるリスクを抑えます。
- 手術創部の傷の治りが遅くなってしまうことを防ぎます。
- 口の中の細菌が原因の感染をなるべく防ぎます。
- 口内炎の発症をなるべく抑えます。
- 動揺している歯を守ることができます。

【化学療法（抗がん剤治療）・放射線治療】

- 化学療法を行う約40%の患者さんに口の中の副作用が出ます。
- 頭頸部がんの放射線治療を行う約97%の患者さんにが副作用が出ます。
- 副作用は口内炎・口の中の痛み・舌のヒリヒリ感・口腔乾燥・味覚障害・口腔粘膜炎・口腔感染症・味覚障害・嚥下障害が起きやすいです。
- 抗がん剤は回数を重ねていくと副作用が長期化・重症化しやすくなります。
- 口腔ケアを行うことで、副作用の出現率・長期化・重症化を減少させることができます。
- 副作用が重症化すると患者さんの生活の質・栄養状態・免疫力の低下し、がん治療の中断や治療効果の低下につながります。

ケアの方法	
歯磨き	柔らかい毛の歯ブラシで1日3回、5分/回　歯みがきをしましょう。
歯間	歯間ブラシやフロスを夜に1日1回使用しましょう。
歯肉	歯肉マッサージ
粘膜	スポンジブラシ使用
含嗽	ノンアルコール性、低刺激性の含嗽剤を使いましょう。 2-4時間毎に行います。 使用後30分は飲食を避けましょう。
保湿	水分摂取・ゼリー潤滑剤が有効です。
亜鉛	味覚障害・粘膜炎に有効です。 亜鉛のサプリメントや亜鉛が含有されている胃薬があります。
義歯（入れ歯）	食後に義歯専用ブラシで清掃、義歯洗浄剤を使用しましょう。 （通常の歯ブラシ、歯みがき剤は傷つきやすいので 専用のものを使いましょう）食後以外の装着を避けましょう。
専門的口腔ケア	スケーリング（歯石除去）や齲歯の抜歯など。

こんなことでお困りではないですか？

□これからがん治療をうける

□がんの治療薬で、歯の痛みや口内炎がある

□骨転移があり、骨修飾薬を使用すると言われた

私たちが相談にのります！

まずは治療担当医へご相談ください。

がん相談支援センターでもご相談できます。

15

もしもの備え

がんになったことで、ご自身の人生や生き方などを考えるきっかけになることがあります。がん相談支援センターでは、あなたの人生計画の見直しやさまざまな状況の変化に対する備えについて一緒に考え、道すじをつけるお手伝いをしています。

こんなことでお困りではないですか？

- □治療と人生の目標のあいだで葛藤している
- □通院が難しくなったときに備えて情報を集めたい
- □もしも自分の意思が表明できなくなった時に備えて、今からできる準備をしたい
- □親や子供の将来に備えて何かできることがあるか知りたい
- □アドバンス・ケア・プランニングについて考えたい
- □エンディングのノートを作りたい

「アドバンス・ケア・プランニング（人生会議）とは」

あなたが大切にしていること、どこで、どのような医療やケアを受けたいかを、自分自身で前もって考え、あなたが信頼するご家族、医療者と共有しておくことをアドバンス・ケア・プランニング（ACP：愛称「人生会議」）と言います。何度も繰り返し話し合い、見直していくことができます。患者さん、ご家族が大切にしていることや、治療や療養、もしものことについてを考える機会はとても大切です。ご自身の考えを整理したいときや、医療者やご家族にご自身の考えを知っておいてほしいときなどに、ご相談に乗ることできます。

私たちが相談にのります！

緩和ケア科・在宅医療科

在宅医療って？

がんによる痛み・だるさ・体のつらさで通院が難しくなった場合は、医師・看護師が自宅や療養施設まで定期的に訪問診療を行う「在宅医療」を提供しています。



「最期まで住み慣れた家で過ごしたい」という患者さんには、症状を緩和する鎮痛薬の処方や処置などの「在宅緩和ケア」を行い、訪問看護と連携し、穏やかに過ごすことが出来るようお手伝いします。

在宅外来では、訪問診療への希望・相談窓口、ACPを行っています。

在宅外来：　火曜日　要予約



郡山市「わたしの未来ノート」