

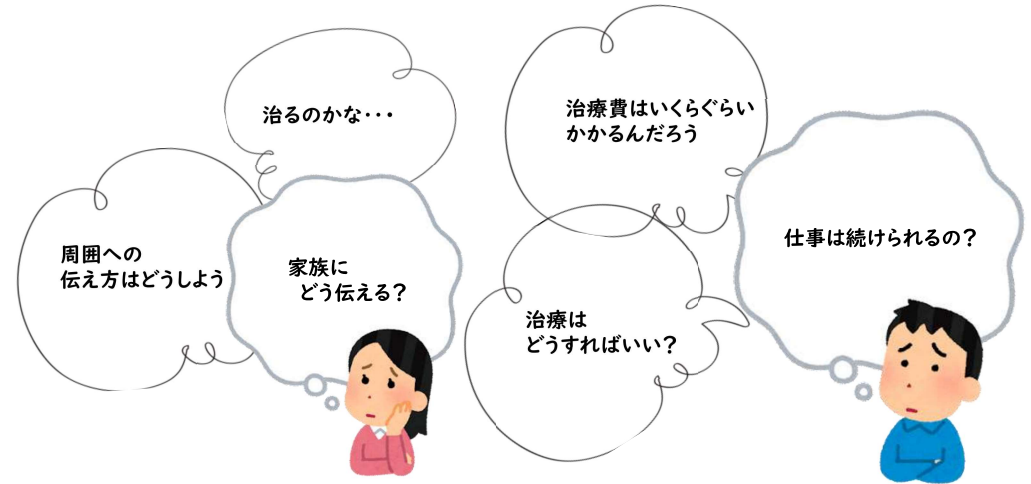
がん在宅療養フォーラム 2025 東京
いつでも頼れるがんの情報と相談先 探す、選ぶ、そして活用する

知っているのと知らないのでは大違い! 「がん相談支援センター」



聖路加国際病院 相談支援センター
AYAサバイバーシップセンター
医療連携室 がん相談支援室
橋本 久美子

もし がんと言われたら...



どれが正しい情報かわからない



いろいろな情報が多く、
どれが自分に合うかわからない

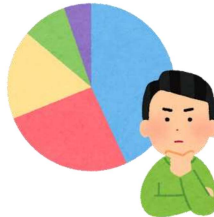


治るのかな...
治したい気持ちいっぱい
自分の都合のいい情報のみてしまう



「助けて」という気持ちで探す
体験談や高額な治療にも
飛びついてしまう

がん治療の インターネット情報の 信頼度は?



時間の消費は身体への影響が治療へも影響
科学的根拠のある信頼できるサイトは10%
危険な有害なサイトは39%という報告もある
「がんが」治った、消えた
「高額な健康保険適用外の治療」
「個人的な体験談」

注意が必要!!

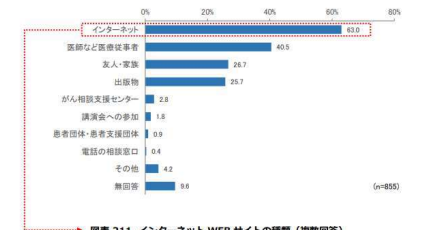
東京都がん対策推進計画に係る患者・家族調査報告書(令和5年3月)

がんに関する情報について

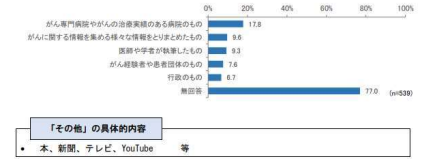
がんに関する必要な情報を収集する方法

- ①「インターネット」が 63.0%
・がん専門病院やがんの治療実績のある病院のもの
- ②「医師など医療従事者」が 40.5%
- ③「友人・家族」が 26.7%
- ④「出版物」が 25.7%であった。

がんに関する必要な情報の収集方法(複数回答)



図表 211 インターネット・WEBサイトの種類(複数回答)



「その他」の具体的な内容
・本、新聞、テレビ、YouTube 等

がんについて信頼できる情報もとに正しく知る

30年位前に肺がんで手術した人の話を聞いたら、手術を受けるのが怖くなって、どうしようか悩んでいます・・

今でも
そうなの？

胃がんの手術を受けたのですが、ホスピスの医師が書いた本に「手術はしない方がよい」と載っていたので、後悔しています・・

自分に
あてはまる？

主治医は何を食べてもいいと言うけれど、乳がん仲間が乳製品は食べない方がいいと言うから、再発しないよう一切摂ってません。

その根拠は？

食事で免疫力を上げたら、がんが小さくなったというブログを見たので、抗がん剤治療よりそちらにしようと思っています。

誰を信じる？

〇〇病院のホームページに、乳がんは全摘ではなく部分切除で大丈夫と載っていたので、その病院へ移りたいです。

共通の見解？

資料：聖路加国際大学 中村めぐみ 京橋図書館・聖路加国際大学連携健康講座 2024/6/9 講義資料

一般向け「がん」についての診療ガイドライン

- 患者さんのための**肺がん**ガイドブック
- 患者さんのための**大腸がん**治療ガイドライン
- 患者・市民のための**膵がん**診療ガイド
- 患者さんのための**乳がん**診療ガイドライン
- 患者さんご家族のための**子宮頸がん・子宮体がん**
卵巣がん治療ガイドライン

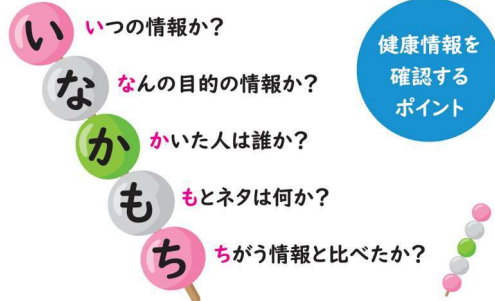


国立がん研究センター がん情報ギフト
京橋図書館 階 →

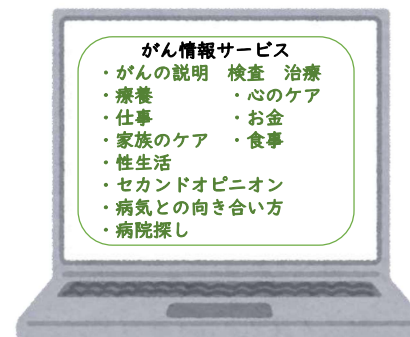
資料：聖路加国際大学 中村めぐみ 京橋図書館・聖路加国際大学連携健康講座 2024/6/9 講義資料

本・情報を選ぶ5つの視点

- **いつの情報か**
 - 医療・健康情報は、なるべく新しいものを選ぶ
- **なにを目的とした情報か**
 - 自分が探している目的と合っているか
- **かいた人は誰か**
 - 医療情報であれば、その領域の専門家か
 - どのような立場、所属の人か
- **もとの情報は何か**
 - 医療情報：いつの、どんな根拠、情報にもとづいて書かれているか
- **ちがう情報と比べたか**
 - 複数の情報（他の本、別の専門家、立場が異なる人など）と比較して判断する



がんと言われたらここを「頼る」 「がん情報サービス」



*がん専門医が監修 科学的な根拠に基づいた情報
*患者と家族も参加し、知っておくと役立つ情報

東京都がん対策推進計画に係る患者・家族調査報告書(令和5年3月)

療養生活の中で、不安や困っていること、疑問に思っていること

治療や検査、副作用、後遺症等	<ul style="list-style-type: none"> 現在進行中の治療の大体のタイムテーブルが知りたい 当初の予定より長い治療期間となっており不安である 常に思う事は何か何年治療するのだろうかという不安 副作用がどの程度あらわれるのか不安。日常生活に支障が出るのなら、治療を継続していけないのではと思う 胃の手術をしてから抗がん剤治療の間下痢と嘔吐をくり返して劇的に痩せた 抗がん剤が続いてもなかなか副作用が掛けないのが辛い 副作用のない抗がん剤が良い 長い期間治療をしていると薬の耐性が出来てしまい、いつか使える薬や手段がなくなる事が不安 痛みを緩和してもらいたい 痛みやしびれがまだあり治りにくい 等
予後、再発や転移	<ul style="list-style-type: none"> どの位まで病気が良くなるか。どのくらいかかるか 再発については不安に思っている 転移や再発といった、将来の不確実性が不安である 今後、無理なく自分自身のできる生活が続いていけるか。家族に心配をかける事に不安を感じている 終末期が近づくと体調がどのように変化するか知りたい いつまで生きられるのか不安である 等
終末期医療・緩和ケア	<ul style="list-style-type: none"> どの段階だとホスピスに入ることができるのか 終活に向けた準備しておくべき事を教えて欲しい 今後自分は緩和ケア以外に治療方法が無くなると思う。この場合の気持ちの持ちようが不安であるし、どのように割り切って生活していくかを相談できる場所がほしい 等
経済的な問題	<ul style="list-style-type: none"> 今後医療費の不安。今は仕事をしているが退職後は不安 年間の医療費が思った以上に生活費を圧迫している 治療が良くなる(転移すると)使用する薬剤がとても高額になり経済的負担がとてつもない

資料: https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/iryo/iryo_hoken/gan_portal/research/taisaku/suisin_keikaku/tyousahoukoku

患者調査

日常生活	<ul style="list-style-type: none"> 治療が高額になることによる生活(収入等)の不安 高額な医療費(約10万円/月)をいつまで負担するのか 適切なケアやケアなどの情報があると思う
家族や友人	<ul style="list-style-type: none"> 今後の治療上、介護してもらう立場として人間関係をどう作っていくべきか 今後の治療上、介護してもらう立場として人間関係をどう作っていくべきか 親や家族の生活、知的障害のある子どもの今後の心配 今後入院なので、介護している親をどうするか 等
医療者、医療機関	<ul style="list-style-type: none"> 先生も、看護士さん達も、手いっぱい状態。もう少し、仕事量を減らす方向で治療に向かしてほしい 抗がん剤治療のため、入院するが、がん専門病院にもかわらぬ。副作用等を抑えた患者向けの食事の提供がほしい 担当医、家族のフォローがしっかりしているのでもって治療に励んでいる コロナの中で先生にあまりこまかい事は聞けず、定期的な血液検査の数字で特段かわつた事がなければ終了している かたがた言葉、お医者さんが使った言葉のニュアンスがわからないのが多く感じられます 等
情報収集・相談支援	<ul style="list-style-type: none"> 同じような病気を持つ人達の集まりがあるか知りたい 生体組織検査に関する情報がなかなか得られない がんのステージ、部位別の生存率は充分な情報がない 新しい薬の臨床試験 よく似た経験の手術後の生活を知らりたい 等
職場の環境	<ul style="list-style-type: none"> 1年も経過すると職場の人も、もう大丈夫なんだろうみたいな感じで、仕事量も増えてきている。以前と同じ身体ではなくなっている事を理解してほしい がんのことを知ってもらって仕事量も減らしてほしい環境である 有給休暇が足りなくなり今後治療の度に欠勤扱いになってしまうのが困る 等
その他	<ul style="list-style-type: none"> 抗腫瘍治療中のコロナ感染に対する不安 カンニングがなくなると、あらゆる医療に入りにくくなってしまい、不安があるのに医療費が少なくなっていくこと 等

東京都がん対策推進計画に係る患者・家族調査報告書(令和5年3月)

家族が療養生活を続ける中で、不安や困っていること、疑問に思っていること

家族調査

治療や検査、副作用、後遺症等	<ul style="list-style-type: none"> 単調な毎日でフレイル化の心配 薬の副作用で爪周りが発現してきそうである 治療の効果がなかった場合、どうなるか不安 合併症の治療が出来ず、がんよりそっちの方が辛そうだ 抗がん剤の効果と副作用について むくみ等への適切な対応方法 放射線治療後、咳がひどいのでその対応 その他の病気に掛った場合の薬を使用してよいか不明 タルセバの副作用で使えなくなる不安があるが、その後の対応は医師に頼るしかない 患者の体調(手、足のしびれ)なおるのかどうか心配 後遺症の対応。コロナ感染した時の対応 等
予後、再発や転移	<ul style="list-style-type: none"> 再発や転移による発症の可能性 進行した場合の対応が最も不安 等
終末期医療・緩和ケア	<ul style="list-style-type: none"> 緩和ケアについて、主治医が積極的に使わないので、患者から言わなくてはならず、使いづらい 等
看護・介護、付き添い等	<ul style="list-style-type: none"> 私の精神状態が最後まで正常に保てるか不安 配偶者である私が入院して、不在の場合のサポート 今後自宅療養になった時に対応出来るか不安 家族がどうサポートしたらよいか、分からない 自宅療養にあたる一時的なサポートがほしい 老々介護になるのがこれら不安 遠隔の車で送り、迎えが負担 習習が急変した時の対応 等
経済的な問題	<ul style="list-style-type: none"> お食(治療費)生活費の確保 治療費や通院に際しての交通費などが高額で不安 パートが休業になり給料が減り困った 長期になる程、精神的、肉体的、経済的不安が増大していく 年金生活者で、治療費の増で家計の圧迫が不安 等

資料: https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/iryo/iryo_hoken/gan_portal/research/taisaku/suisin_keikaku/tyousahoukoku

情報収集・相談支援	<ul style="list-style-type: none"> 何かあった時に病院にすぐ行く事が出来ることと安心 不安や疑問があった時、医師が適切な説明をして頂きたい 症状があっても気軽に相談できない インターネット等の不正確または裏付けのない記事 等
がんへの理解	<ul style="list-style-type: none"> がんは恐ろしい病気というイメージをまず捨てるべき 等
医療者、医療機関	<ul style="list-style-type: none"> 在宅での看取り希望の為、主治医と相談したが、良い返事はもらえず、つきはなされた印象を持った コロナのこともあって、何かあればすぐにかかっている医師の方と連絡がとれる状態であることは大切でした 治療方法の選択肢もいま治療に迷い、ガンを宣告され、その時の医師の末期がん宣告の言葉にショックを受けた 病院の混雑と、待ち時間の長さに、毎日本人が疲れてしまう。家族がいなくなればもっと大変だと思う 等

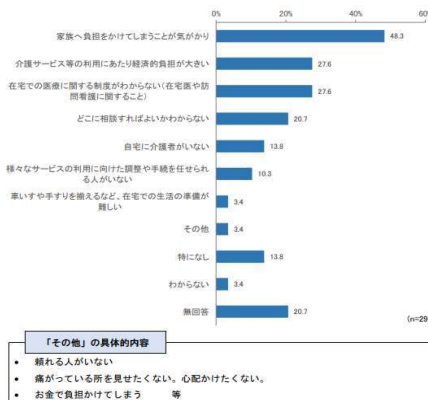
東京都がん対策推進計画に係る患者・家族調査報告書(令和5年3月)

在宅での治療・療養にあたって難しい課題

40歳未満と回答した29人

- 「家族へ負担をかけてしまうことが気がかり」48.3%
- 「介護サービス等の利用にあたり経済的負担が大きい」27.6%
- 「在宅での医療に関する制度がわからない(在宅圏や訪問看護に関すること)」27.6%

* 回答数が少ない点に留意する必要がある



資料: https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/iryo/iryo_hoken/gan_portal/research/taisaku/suisin_keikaku/tyousahoukoku

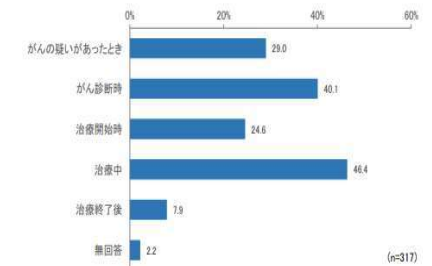
東京都がん対策推進計画に係る患者・家族調査報告書(令和5年3月)

困りごとや悩みに対する相談状況について

ご自身の病状や療養に関することについて、誰かに相談できましたか

- 「相談できた」が61.0%
- 「相談できたこともあるが、できなかったこともある」20.7%
- 「全く相談できなかった」が6.1%

自身の病状や療養に関することを誰かに相談したかった時期(複数回答)



資料: https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/iryo/iryo_hoken/gan_portal/research/taisaku/suisin_keikaku/tyousahoukoku

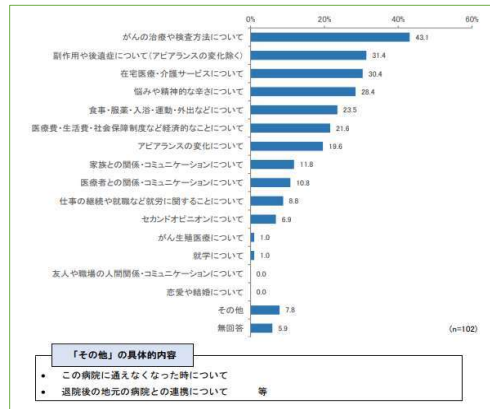
東京都がん対策推進計画に係る患者・家族調査報告書(令和5年3月)

がん相談支援センターでの相談内容(複数回答)

患者調査



家族調査



資料: https://www.hokeniryu.metro.tokyo.lg.jp/iryu/iryu_hoken/gan_portal/research/taisaku/suisin_keikaku/tyoushoukoku

自己責任論の強まりと孤立

「家族に迷惑をかけたくない」「周りに心配かけたくない」

- 専門的な知識が十分でないまま選択しなければならない。
- 公的な社会福祉サービスを利用しないで自分で問題を抱える。
- 自分を知るには他者が必要な時がある。
- 「相談」と「対話」「解決」と「つながり」が大切

解決策や答えは「お互いの間」にある

(奥田知志 医学会新聞、Vo.3540、2025/2/11)

何かできる「自分」を信じる

- 情報は、手段ではなく“希望”なんです。ちゃんと知りたと思ったんです。
- がんになった自分だけではないんです。“何ができるかを探している自分”もいるそれを忘れないでほしい



どんどんITが導入されていく医療

待ち時間を快適に過ごす

診察状況お知らせ

お会計を待たずに帰れる

診療費後払い
(LifeMark-らくらく会計)

再来受付機に並ばずに受付

スマートチェックイン

その他機能

お問い合わせはこちら >

うまくつきあっていく時代へ

知っているのと知らないのでは大違い! がんと言われたらここに頼る 「がん相談支援センター」

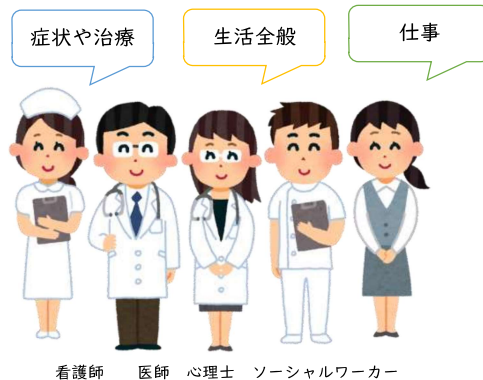


全国にある、がんに関する相談窓口です



がん診療連携拠点病院 全国の454施設

- ・がん相談支援センター
- ・がん情報サービス がん相談サービス『ランタン』
- ・何かできる自分、を信じる



看護師 医師 心理士 ソーシャルワーカー