

がんと診断を受けた方へ

- 不安で眠れない
- 気持ちが落ち込んでいる
- イライラして怒りっぽい

- 医療費が高くて払えない
- 思うように仕事ができない
- 家事ができない
- 家族の介護ができない

さまざまな
不安を
和らげる
お手伝いを

- 副作用が心配
- 痛みを和らげたい
- 食欲がない
- 便秘が辛い
- だるい、しびれがある

- 悔いを残したくない
- どうして自分が
病気になったのか
- 家族のことが心配

がんと診断を受けた方へ

がんと診断されたとき、多くの患者さんやご家族は大きな衝撃を受け、気持ちが動揺し、つらさを感じます。

この冊子はがんと診断を受けた方が体験する悩みやつらさについて**当院でどのようなサポートを受けることができるか**についてご紹介しています。

目次

1. がん集学的治療センター.....1
2. がん相談支援室のご案内.....2
3. 生活に役立つ制度のご紹介.....4
4. 患者会・がんサロンあります.....5
5. 緩和ケアについて.....6
6. 治療に関わる生活のこと.....7

がん集学的治療センター

当院は、兵庫県よりがん診療連携拠点病院の指定を受けています。

がんと診断を受けた方がそれまでの生活を維持しながら安心して治療を継続することができるよう**がん集学的治療センター**の体制を整備し、各部門が連携を取ることで、より質の高いがん医療の提供を目指しています。

手術療法部門



放射線療法部門



がん集学的
治療センター



化学療法部門



緩和ケア部門

がん相談支援室のご案内

がんでお悩みの患者さんやご家族の方が安心してご相談いただける窓口として「がん相談支援室」を設置しています。
がんに関する不安や悩み、誰にも打ち明けられない気持ち、病気に対する疑問など、さまざまなご相談をお受けしています。どこに相談したらよいかわからないとき、療養上の支援が必要なときなど、お気軽にご相談ください。

治療・検査・副作用

- 自分のがんや治療・副作用について知りたい

医療者とのコミュニケーション

- 担当医の説明が難しい
- 医療者に自分の疑問や希望をうまく伝えられない

セカンドオピニオン

- セカンドオピニオンとは何か？
- セカンドオピニオンを受けるには

療養生活の過ごし方

- 治療の副作用や合併症と付き合いたい
- 自宅で療養したい

経済的負担や支援

- 活用できる支援制度、介護・福祉サービスを知りたい

家族との関わり

- 家族にどう話していいのかわからない

社会との関わり

- 職場や学校にどのように伝えたらよいか
- 仕事を続けながらの治療はできるか

若年世代 (AYA世代)

- 学校や仕事、妊娠、治療について相談したい

患者さんや家族の気持ち

- 気持ちが落ち込んでつらい
- 思いを聞いてもらいたい

緩和ケアに関すること

- 緩和ケアとはどのようなケアか
- 緩和ケアを受けられる病院はあるか



★相談内容は患者さんの許可なく医療者に伝えることはありません。
秘密厳守でご相談に応じますので安心してご利用ください。



自由にお持ち帰り頂けるがんの情報冊子やウィッグの見本などがあります。お気軽にお越しください。



ご利用について

- ◎ 対象 がんの患者さん・ご家族など
 当院かかりつけでなくともご利用頂けます。
- ◎ 受付時間 平日 8時45分～17時00分
- ◎ 受付方法 **1階患者相談窓口**で受付ください。
 予約なしでの相談も可能ですが、状況によっては日を改めて頂く場合があります。**お電話で予約を取って頂くと確実**です。
- ◎ 相談時間 電話でのご相談：約10分
 対面でのご相談：約30分
- ◎ 相談料 無料
- ◎ 連絡先 079-451-5500（代表）
 「がんの相談を受けたい」とお伝えください。

生活に役立つ制度のご紹介

がんと診断されると、治療などの病気に直接関係することだけでなく、お金にまつわる色々な心配が出てくることがあります。当院では、科学的に効果があると立証されている保険適応の標準治療を行っています。

ここでは治療費や生活に役立つ制度をご紹介します。

高額療養費制度

ひと月に医療機関に支払った額が高額になった場合に、**定められた上限額を超えて支払った額を払い戻す制度**です。上限額は、個人や世帯の所得に応じて決まっています。年齢や所得によっては各市町村窓口や各医療保険窓口で**限度額適用認定証**の交付申請をすることで、あらかじめ窓口での支払いの額を抑えることができます。

医療費等の控除

1年間に一定以上の医療費などの自己負担があった場合に、確定申告をすれば納めた税金の一部が戻ってくるという制度です。支払った医療費から保険金などで補填された額を引いた額が**10万円を超えると控除の対象**となります（総所得金額等が200万円未満の人は、総所得金額等の5%の金額）。

傷病手当金

会社員や公務員などが、病気などで働けなくなった時に生活を支えてくれる制度です。病気のために仕事が出来ない状態で、**3日以上連続して欠勤している**ことが条件です。**1年6か月間支給を受けられます**。

介護保険

介護が必要な方に、その費用を給付してくれる制度です。市区町村窓口で申請をし、要介護状態かどうかの審査があります。**対象者は65歳以上の方か40歳以上の特定疾病該当者（根治が難しい進行がんの診断も含む）**です。通常は申請に1か月程度かかるため早めの申請をおすすめします。

★もっと詳しく知りたいという方は**患者相談窓口**にご相談ください。

患者会・がんサロンあります

当院では、がんについて学んだり、がんの体験をお互いに話し合ったりすることで癒しの場となるよう**がん患者会**や、**がんサロン**があります。

不安や孤独感、副作用への対応、食事の工夫など、他の人に悩みを聴いてもらったり経験を聞いたりすることができます。

血液がん患者会「繋ぎの会」

日時：毎月第3土曜日 10:30～12:30

対象：血液がん患者さんとご家族（当院患者のみ）

場所：光（きらり）ホール

申込不要。直接会場にお越してください。

お問い合わせ：血液がん「繋ぎの会」窓口（079-451-8636 直通）

がんサロン「笑てん会」

日時：毎月第3火曜日 14:00～15:30

対象：がんと診断されたことのある方・ご家族（院外も可）

場所：光（きらり）ホール

申込不要。直接会場にお越してください。

お問い合わせ：がん相談支援室
（079-451-5500 代表）



★その他の患者会やがんサロンについてお知りになりたい方は、がん相談支援室にご相談ください。

緩和ケアについて

緩和ケアは、病気に伴う体と心の痛みを和らげ、患者さん、ご家族が「自分らしく」病気と付き合いながら過ごせるように支えるケアです。**がんと診断された時**から始まり、すべての医師・看護師によって治療と並行して行われています。

体や心の痛みの緩和が難しい場合には、緩和ケア専門のスタッフのサポートを受けることができます。

★当院には緩和ケア病棟がありませんので、他院と連携して対応しております。



緩和ケア専門スタッフのサポート

入院：緩和ケアチームが病室へ診察に伺います
外来：緩和ケア外来 火曜午前

★ご希望される場合は、主治医、看護師またはがん相談支援室にご相談下さい。

治療に関わる生活のこと

食事



がんになるとエネルギーを消費しやすくなります。体重や筋力が維持できるよう食事を摂りましょう。

がん患者さんが食べてはいけないものは特にありません。胃の手術を受ける場合は入院期間中に管理栄養士より食事説明があります。

抗がん剤治療中など食欲低下がある場合は、食べやすいものを摂りましょう。体重の減少など、食事でお困りのことがあれば、管理栄養士へご相談ください。

運動や活動



がんと診断を受けると気持ちが落ち込み、運動量や活動量が低下する方がおられます。定期的な運動や活動は手術の合併症を減らしてスムーズな回復につながったり、抗がん剤治療や放射線治療の体のだるさや気持ちの落ち込みを軽減したりすると言われています。「治療」や「その後の生活」のために、がん治療前からまずは通常的生活を送り可能な範囲で運動するなど、活動的な生活を送ることで体力や筋力を維持しましょう。ウォーキングなどの有酸素運動に加え、ストレッチや筋力増強運動を体調に合わせて少しずつ行いましょう。

病気や身体の状態によっては無理に動かない方が良い方もおられますので、運動・活動開始前に主治医に確認しましょう。

歯磨き



口の中が不潔になると、手術後の肺炎などの合併症や抗がん剤治療や薬物治療時の感染につながり、回復遅延や食事摂取困難、がん治療の中断につながります。

出来ればがん治療開始前から歯医者さんで、治療が必要な歯がないかチェックをしてもらい、日々の歯磨きを丁寧に行いましょう。

★当院では管理栄養士、リハビリテーション関連職種、歯科口腔外科（又は かかりつけ歯科）と連携して支援しております。ご希望の方は、主治医にご相談下さい。

お困りのことがあれば
ご相談ください

地方独立行政法人加古川市民病院機構

加古川中央市民病院
079-451-5500

加古川市加古川町本町439番地
<http://www.kakohp.jp>

2019年4月作成