

痛みやつらさを和らげたい

Q. 痛みや吐き気などの体の不調があつてつらいです

A：緩和ケアを受けてみましょう

病気に伴う心と体の痛みを和らげるためのケアを、「**緩和ケア**」といいます。

がんの療養中は、痛みや吐き気、食欲低下、息苦しさ、だるさなどの体の不調や心の問題が患者さんの日常生活を妨げることがあります。これらの問題はがんの療養経過中、程度の差はあつても多くの患者さんが経験します。患者さんや家族の苦痛が緩和され、「自分らしく」過ごせるよう、主治医や看護師などが緩和ケアチームと協力してサポートします。



Q. がんになって不安です。眠れないし、気分が落ち込みます。

A：身体症状以外のことも、 緩和ケアチームやがん相談支援センターに相談してください

突然がんと診断されたり、いろいろな体の症状が出たりすると、心がつらくなってしまう方は少なくありません。気分が落ち込む、眠れない、食欲がないなどの症状が続く場合は、主治医や看護師へご相談ください。緩和ケアチームと協力して「自分らしい」時間を過ごせるようにサポートします。どうしてもよいか困った時には、お近くのがん相談支援センターに相談してください。専門の相談員と一緒に考えていきます。

また、同じ病気の方の話を聞いたり、一緒に過ごしたりすることで気持ちが楽になることもあります。県内には様々な「がんサロン」や「がん患者会」があります。



Q. 緩和ケアは治療終了後から受けるものですか？

A：「がん」と診断されたときから始まります

緩和ケアは、がんと診断されたときから治療と並行して行われます。

治療中、あるいは治療後でも、痛みや気持ちのつらさ、不安があるときには、いつでも主治医や看護師、がん相談支援センターにご相談ください。「**早すぎ**」はありません。



緩和ケアチーム

入院中のがん治療と並行して受ける緩和ケアは、主治医や看護師などの医療スタッフによる「緩和ケアチーム」が担当します。

がん診療連携拠点病院には、緩和ケアチーム等が設置されています。

緩和ケア外来

通院中のがん患者さんに外来で緩和ケアを提供します。在宅で緩和ケアを継続的に行う患者さんが通院することもできます。

緩和ケア病棟（ホスピス）

緩和ケア病棟は、専門的な知識と技術に基づいた緩和ケアを提供する場です。身体のとらえ症状だけでなく、心のとらえ、苦しみを和らげることを重要な治療として位置付けています。

緩和ケア病棟と一般病棟との違い

- 身体と心の苦痛緩和に注力することを目的としている
- 苦痛を伴う検査や処置を少なくしていること
- 患者さんや家族がくつろげるデイルームがある
- 面会制限が少ない
- 患者さんの家族が過ごしやすい設備がある

緩和ケア病棟への入院を希望する場合は、まず主治医やがん相談支援センターに相談しましょう。



●●● 県内の緩和ケア病棟がある病院 ●●●

令和7年2月現在

医療機関名	住 所	電話番号	
大分ゆふみ病院	大分市金谷迫313-1	097-548-7272	
大分市医師会立 アルメイダ病院	大分市大字宮崎1509-2	097-569-3121	
天心堂へつぎ病院	大分市大字中戸次 字二本木5956番地	097-597-4611	
大分県厚生連 鶴見病院	別府市緑丘町12番1号	0977-23-7111	
長門記念病院	佐伯市鶴岡町1丁目 11番59号	0972-22-5833	
大分県済生会 日田病院	日田市大字三和643-7	0973-24-1100	
中津胃腸病院	中津市大字永添510番地	0979-24-1632	
中津市民病院	中津市大字下池永173番地	0979-22-2480	