

# がまんしていませんか？ 心のいたみ

～がんを生き抜き 乗り越えるための力～

平成29年10月21日  
関西医科大学附属病院  
緩和ケア認定看護師  
鮫島 美来

スマイル会とは・・・



胃の手術を受ける方・受けられた方を対象に  
ご自身やご家族の方々が


『**病気と上手につきあっていけるように**  
**正しい知識をもって生活を送ることができる**』

# 本日のお話し



がんと闘うこと 共に生きること

診断されたとき～治療終了までの方に必要な力

初回治療が終わった後～維持療法中までの方に  
必要な力

おわりに

# がん経験者が直面する4つのいたみ



がんとともにどう生きるか

社会

尊厳

尊厳ある存在としての魂のいたみ

身体

不安・喪失感  
あせり・生きがい

治療方法選択治療  
がんに伴う体の不調

## 診断されたとき～治療終了までの方に必要な力

- 悩んでいること(つらさ)を自ら認識できるように自分自身に問いかける力
- 悩んでいること(つらさ)の解決のためには誰にどのように聞けばよいのかを考える力
- 気にしている問題(心配なことなど)を率直にきく力
- 身体の症状を具体的に伝える力



# 初回治療が終わった後～維持療法中までの方に必要な力



- これまでの治療を乗り越えてきた自分自身をほめ、認める力
- 抗がん剤治療中であれば、副作用を具体的に表現する力
- 治療の副作用を予防、または副作用と付き合っていくためにはどのように生活を工夫すればよいかと考える行動する力
- 治療による体の変化や限界を感じる中から新たな生活スタイルを築く方法を考え、実行する力
- つらさを認識できるように心に耳を傾け、それを率直に伝え、その解決のためにはどうすればよいのかを考えることができる力

# おわりに



🐶 私たちはがんを生き抜き乗り越えていくためのパートナーです

🐶 いたみを我慢せずに私たちに伝えてください

🐶 ご自身のもっている力を支え、毎日を穏やかに過ごすことができるようにサポートしていきたいと考えています