

# 市民病院だより

## がんのリハビリテーション（がんリハ）

理学療法士 松尾 雄一郎

### 日本で最も多い死因とは？

皆さんは死因として最も多い病気は何か知っていますか？

厚生労働省の調査によると、悪性新生物（がん）が死因として最も多い病気です。

さらに、日本は現在4人に1人が65歳以上の高齢者で、高齢化社会の進行とともにがん患者の数は今後も増え続けていくと予想されています。

### がんリハってなに？

がんになると、がんそのものによる痛みや食欲不振、息苦しさ、倦怠感などが寝たきりの生活を招きます。また、手術や抗がん剤治療、放射線治療などを受けられることによって身体の機能が低下することがあります。これにより患者さんは気持ち沈

んでしまい、「うつ」を引き起す危険性もあります。そのため、

がんになっても、これまで通りの生活をできるだけ維持し、自分らしく過ごすために必要な治療、それが「がんリハ」です。

欧米では、がん医療の重要な分野としてがんリハは認められていて、日本でも近年ようやく取り入れる医療機関が増えだし、がんリハの必要性は増大しつつあります。小城市市民病院でも、がんリハを平成29年11月より行っています。

### がんリハの特徴

がんリハは、がんの状態や時期によってリハビリプログラムが変化します。そのため、がんリハが開始となると医師や理学療法士、作業療法士・看護師・ソーシャルワーカーなどがチームを組み、なるべく早期に患者

さんの後遺症や副作用を軽減するプログラムを組み立てます。

また、他のリハビリとは違う大きな特徴は、がんと診断された時から最後に看取る時までリハビリは続いていくことです。

それにより、患者さんは残っている能力を維持・向上させることができます。そして、がんリハの中で要望に可能な限り対応していき、生活の質（クオリティ・オブ・ライフ）を大事にします。

### 患者さんからの評価

当院でがんリハを受けている患者さんは「毎日楽しみにしています。私には絶対にリハビリが必要ですね」と笑顔で話をされています。

また別の患者さんのご家族から「私が言ってもなかなか体が動かさずとはしないため、本当に助かります。リハビリが終わるといつも笑顔で部屋に帰ってくるのでうれしいです」と言ってもらえました。

### 精神面へのサポート

入院中のベッドで何もしない生活は決して楽ではなく、ただ寝ていることも苦痛の一つです。苦痛が続くことにより、患者さんのがん治療に大きな影響を与える可能性があります。

そのため、リハビリを通して肉体面だけでなく、精神面にもサポートを行うこともがんリハの大切な目的の一つです。

### 最後に

がんリハの高い効果を得るために、家族の皆さんに患者さんへの声掛けや励ましなどの協力をしてもらうことがあります。

そのため、がんリハが開始されるリハビリの大切さを本人だけでなく、家族の皆さんにもしっかり伝えていきたいと思えます。

今後、がん治療の重要な役割を持つがんリハにより、一人でも多くの笑顔をつくれるように日々努力していきたいと考えています。

## お知らせ

### インフルエンザ予防接種を行っています。

事前に問い合わせください。

【問合せ】 小城市市民病院 ☎ 73・2161 ホームページ・アドレス <http://www.city.ogi.lg.jp/hospital/>