



痛みを我慢しない治療

今回は疼痛緩和（痛みを和らげること、主に癌）についてのお話です。二人に一人が癌になり、三人に一人が癌でなくなる現在決して他人事ではありません。癌の治療には手術・放射線・抗癌剤が思い浮かびますが、疼痛緩和も大切な治療の一つです。



以前は癌の末期に“最後の手段”的に行われていましたが、今は最初の段階から“痛みや苦痛を取り除きながら積極的に治療しましょう”という流れになっています。

疼痛緩和の中心は薬物療法で痛みの程度に応じて、鎮痛消炎剤、オピオイド（医療用麻薬の事、脳や脊髄にあるオピオイド受容体に薬が結合し、痛みの伝達をブロックするのでこう呼ばれています）鎮痛補助薬を選択組み合わせる治療します。オピオイドにも有名なモルヒネ製剤など数種類があり、その中で患



者さんの状態に合わせて、内服薬、座薬、貼布薬、注射などが選択できます。基本的には長時間効果のある薬をベースに、速効性のある薬をレスキューとして急激な痛みにも対応できるように使われます。しかし先進国において日本のオピオイド使用量は四分の一程度と極端に少ないのが現実です。これは麻薬を使うことで「中毒になる」「寿命が短くなる」「だんだん効かなくなる」との迷信から不必要に

激しい痛みにも耐える方々も少なくないからです。悲しい事に医療従事者でもそう考えている人は皆無ではありません。これについては、痛みを持つ人が医療用麻薬を使っても耐性や依存性はできず、中毒にならない事は科学的に証明されています。むしろ適切に使って痛みをとれば、食事ができ睡眠も確保できるので生活の質を向上

し長生きできる傾向にあるのです。疼痛緩和の目標は①痛みのために眠りが妨げられない②安静にしていれば痛みを感じない③体を動かしても痛みを感じない事です。



患者さんの立場から大切な事は、痛みを我慢しない事と痛みを伝える事です。痛み方は千差万別でありその人の表情や言葉でしか伝わりません。患者さんや家族の方が主体的に参加し伝えて下さることから治療が始まります。医療スタ

ッフとの信頼関係があることですので、当院スタッフも一緒に寄り添えるような関係を築きたいと常に願っております。

（看護師 岡崎博子）