

がん相談支援センターだより 第22号

家族ががんになったとき がんになったご本人とあなたを支える3つのヒント

ヒント1 患者さんの気持ちや希望を理解する

●がんと診断されたときの気持ちを理解し合う

多くの方が経験する心の状態の代表的なものが、「不安」と「気持ちの落ち込み」です。これは、ご本人だけではなく、ご家族も同様です。

●「あなたがいてくれること」そのものが支えになる

「うまくサポートできるか」と過度に不安にならずに、一步一步進んでいきましょう。

ヒント2 情報とうまく付き合う

●治療や病院に関する情報を探す

情報を集め、病状や今後の治療について理解を深めたり準備をすることで、気持ちにゆとりをもって治療に臨めます。

●あなた自身が適切な情報を得ることは大切

診断されたご本人だけではなく、あなたが適切な情報を得て病気や治療の理解を深めることは、あなたの不安を減らし、現実的な見通しを立てることに役立ちます。

●治療の中で使われる言葉を理解する

がんの治療では、「標準治療」が重要なキーワードです。「標準治療」とは、科学的根拠に基づいた観点で、現在利用できる最良の治療であることが示されたものです。

●不確かな情報に惑わされない

得た情報を信頼していいか、利用していいかどうか迷ったときは医療者や「がん相談支援センター」にご相談ください。

ヒント3 家族が自分自身も大切にす

●ご家族ならではのつらさと対処法を知る

あなた自身の気持ちや身体をいたわり、生活を大切にすることが、ご本人の支えにもつながります。

●あなたを支えるさまざまな人がいることを知る

困難な状況で周囲の力を借りることは大切です。担当医や看護師、その他さまざまな医療者にご家族が自分のつらさや困りごとを相談しても構いません。

出典「国立がん研究センターがん情報サービス」



がん患者さんのための

『ハローワーク京都西陣による出張相談』

〈就職支援ナビゲーター 加知さんよりメッセージ〉

ハローワーク京都西陣、就職支援ナビゲーターの加知です。

平成29年4月より府立医科大学附属病院にて出張相談をさせていただきます。

がん治療を続けながら、あるいは治療後に働きたいという方に対してマンツーマンで就職支援をさせていただきます。

この2年半相談してきてまず感じたことは、ひとりで不安を抱え込まず、相談してみることです。話すことで気持ちを整理したり、知ることで仕事の方向性が見えてきます。

治療のことでいっぱいの方もいらっしゃるかもしれませんが、仕事に関して、どんな小さな不安についても気軽にご相談ください。

【開催日時】：毎月第1水曜日・第3金曜日

午前10時～12時（事前予約制）



※相談を希望される方はがん相談支援センターにお問合せ下さい。

がん患者さんのための

『京都産業保健総合支援センターによる出張相談』

〈両立支援促進員 埜村さん 松田さんよりメッセージ〉

産保（さんぽ）センターでは、2017年11月から両立支援促進員が出張し、仕事と治療の両立について相談をお受けしています。

ある患者さんはがんの手術後、週1回の抗がん剤治療を受けていましたが、勤務先と相談し、元の勤務時間・日数に戻すことを目標にしつつ、しばらくは勤務時間や勤務日数を減らして復帰されました。ご本人、主治医、勤務先が情報を共有し、連携することで、治療も仕事も両立しやすくなります。また、これまでと同じ作業が難しい場合も、配置や作業内容を再検討することで辞めずに続けることができるかもしれません。一緒に考えてみませんか？

【開催日時】：毎月第2木曜日

午前10時～12時（事前予約制）



※相談を希望される方はがん相談支援センターにお問合せ下さい。



京都府立医科大学附属病院 がん相談支援センターのご案内

がんに関する疑問や不安、悩みに対しがん専門相談員が皆様のお話を伺い、一緒に考え、問題を解決するお手伝いをしています。電話でも直接お越しいただいても結構です。

【相談時間】：平日（祝日除く）9：00～12：00
13：00～16：00

【場所】：外来診療棟1階 ②地域医療連携室内

【電話番号】：075-251-5283・5284（直通）

