

製鉄記念室蘭病院・作業療法士

若杉麻希さん

がん患者さんは、精神的な苦しみもあり、ケアが必要。手術、薬物、放射線による治療では、身体的な機能維持や栄養バランス、心のケアは担えない。そのため、緩和ケアがあり、リハビリテーション(リハビリ)が選択される。

室蘭 市民公開講座 ㊦

どうする?どうなる?「がん」といわれたら



具体的に抱えている問題は、がんそのものによる障害、治療の副作用、食欲不振、吐き気など。倦怠感や活動性の低下、体力や筋力低下による廃

用症候群。寝たきりの状態になり、褥瘡などにもつながる。こうなると、日常生活動作(ADL)や手段的日常生活動作(IADL)の低下、身の回りのことができないストレスで生活の質(QOL)も落ちる。

がん患者さんは、痛みなどの身体的、不安などの精神的、経済面や人間関係などの社会的、人生

「自分らしさ」大切

の意味や価値観などのスピリチュアルペインの苦

痛を抱え、全人的苦痛も伴う。不安や抑うつが強いと痛みがより強くなることも、最近の研究で分かった。

リハビリでは、治療前の予防的、機能回復を図る回復的、機能障害が進行しつつある患者への維持的、終末期に対して質の高い生活を援助する緩和的の四つに分けて提供する。

リハビリは倦怠感を改善する力があり、気分転換もできる。がん患者さんの生きがいや楽しめることなどを目的にした「もつ一度、やりたいことをやるために支援するリハビリ」もある。

一つの実例を紹介したい。Aさんという男性。膀胱がんのステージ4。余命は1カ月と宣告されたが、「ギターを弾き、バンドをしたい」との希望があった。吐き気や腹痛が強く、全身の筋肉も弱って、ふらつく状態だが、リハビリへの意欲がみなぎっていた。

リハビリは、ギターの練習や、倦怠感の改善と

筋力維持の運動療法のほか、お話しだけの時間では「昔できていたことが、今はできない」とへのギャップやプレッシャーも話された。

楽しむ活動の価値を本人が理解すると、気持ちも行動も変わる。これら

Aさんがギターをする評価として、人と関われる、達成感、心や身体が変化するの楽しさがあった。20年間一緒にバンド活動してきた仲間の存在も大きかった。「完璧な演奏をすることはなく、人々を楽しませ、自分自身の楽しむことが成功では」と話した。

こうした楽しさ評価で、Aさん自身も変わった。プレッシャーから解放され、私との間にも信頼関係も構築された。ライブは成功し、Aさんは燃え尽きたように亡くなった。「最後の限界まで、自分らしさを忘れず、やりたいことをやって、一生懸命に生きたのでは」と私は思う。

リハビリは身体のことだけでなく、心や気持ちのことも含め、その人らしい生活を支援する。患者さんの希望に合わせて、リハビリ職は不安に寄り添い、最後まで自分らしくいるために、支援する役割があると思う。

「不安を抱える患者に寄り添うリハビリテーション」ガンサバイバーの希望に向けて「作業療法士

「不安を抱える患者に寄り添うリハビリテーション」ガンサバイバーの希望に向けて「作業療法士