

第2部

治療や療養生活を考えていく

- 1. 情報を集めましょう 19
- 2. 治療法を考える 19
- 3. がん相談支援センターにご相談下さい 20
（医療機関および相談支援センター情報ほか） 24
- 4. セカンドオピニオンを活用する 28
- 5. 患者同士の支え合いの場を利用しよう 30
（患者会の情報） 31

1 情報を集めましょう

自分にとって必要な情報を集めてみましょう

がんの状態や治療の内容などにもよりますが、一般的には診断を受けてから治療が始まるまで、検査や入院待ちなどの時間があります。その間に情報を集めて、自分の状態やこれからの治療について理解を深めたり、治療の準備をすることで、気持ちにゆとりをもって治療に臨むことができます。

2 治療法を考える

まず、がんの状態を知ることから

●がんの状態を知る

体調はどうか、気になっていることはないか、という自覚症状を担当医に伝えます。がんの大きさ、性質、広がりを把握するためのさまざまな検査が行われます。検査が続き、診断結果が出るまで時間がかかることもあります。

●検査結果や診断について説明

検査や診断についてよく理解し、記録しておくことは、治療法を決める際に大切です。そして、その診断結果をもとに治療の方針を決めていきます。

多くのがんでは、がんの進行の程度を「病期（ステージ）」という言葉で示します。病期によって最もよい効果が期待される治療を選択することになりますが、実際には年齢や体調、がん以外の病気がないかなど、総合的に判断されます。このときに「標準治療」という言葉が使われることがあります。

標準治療とは、科学的根拠（エビデンス）に基づいた視点で、現在利用できる最良の治療であることが示されており、ある状態の一般的な患者さんに行われることがすすめられている治療のことです。

担当医と相談しながら治療法を選択する

がん治療法の大きな柱は、手術治療、薬物療法（抗がん剤治療）、放射線治療の3つです。手術だけ、あるいは薬物療法だけを行うこともあれば、2つ以上の治療法を組み合わせる場合もあります。

また、がんの種類や進行度、初めての治療か2回目以降かによって、治療法の選択肢が複数あることもあります。

担当医は、あなたの病気の進行度や状態に合わせて、最適と考えられる治療法やほかの治療法を選択肢として提示し説明します。説明を理解し、納得した上で、どの治療法を選ぶかを決めるのはあなたと家族です。わからないことがあれば理解できるまで担当医に質問したり、自分で調べることが大切です。

3 がん相談支援センターにご相談ください

「がん相談支援センター」は、全国すべてのがん診療連携拠点病院等にあり、がんのこと、治療のこと、今後の療養生活のことなど、がんにかかわる質問や相談にお応えします。病気と向き合うことは、納得のいく医療を受けるための第一歩です。そのためには、自分の病気や治療法について十分に理解することが大切です。

特に、がんの治療・療養において、情報は“力”となります。治療やケアを受ける上で、正しい情報を上手に集めることが重要になります。

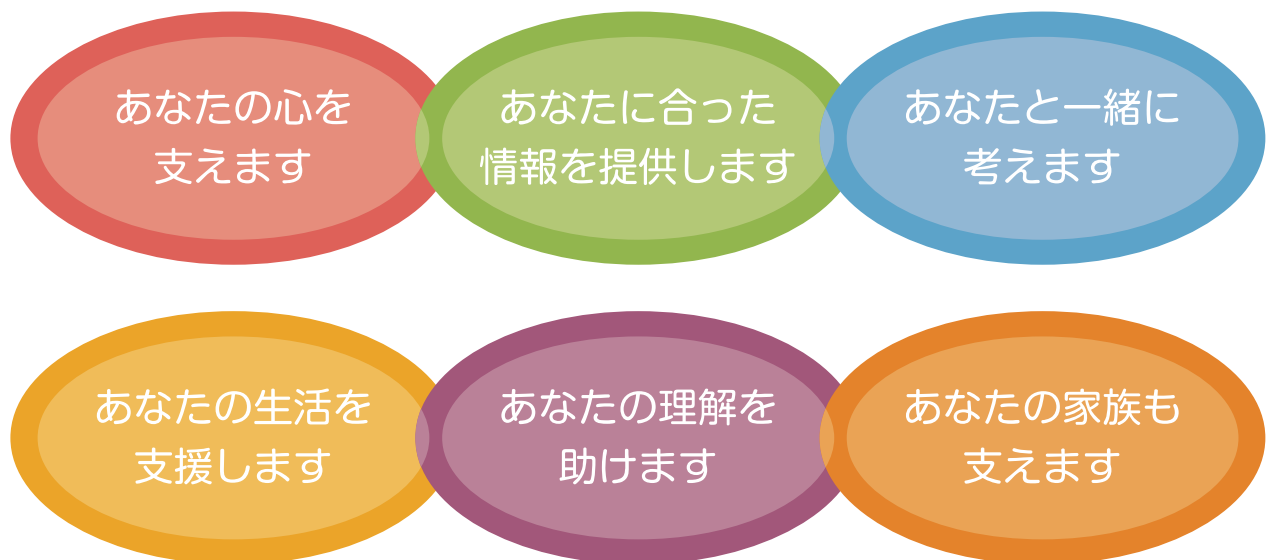
しかし、あなたや家族が、自分たちの悩みをほかの人に話したり、病気のことを打ち明けたり、経済的なことを相談したりすることは難しいものです。多くのがん相談支援センターでは、がんについて詳しい看護師や、生活全般の相談ができるソーシャルワーカーなどが、相談員として質問や相談をお受けしています。ご相談は、相談支援センターに直接お越しいただく方法と、電話でお話を伺う方法があります。

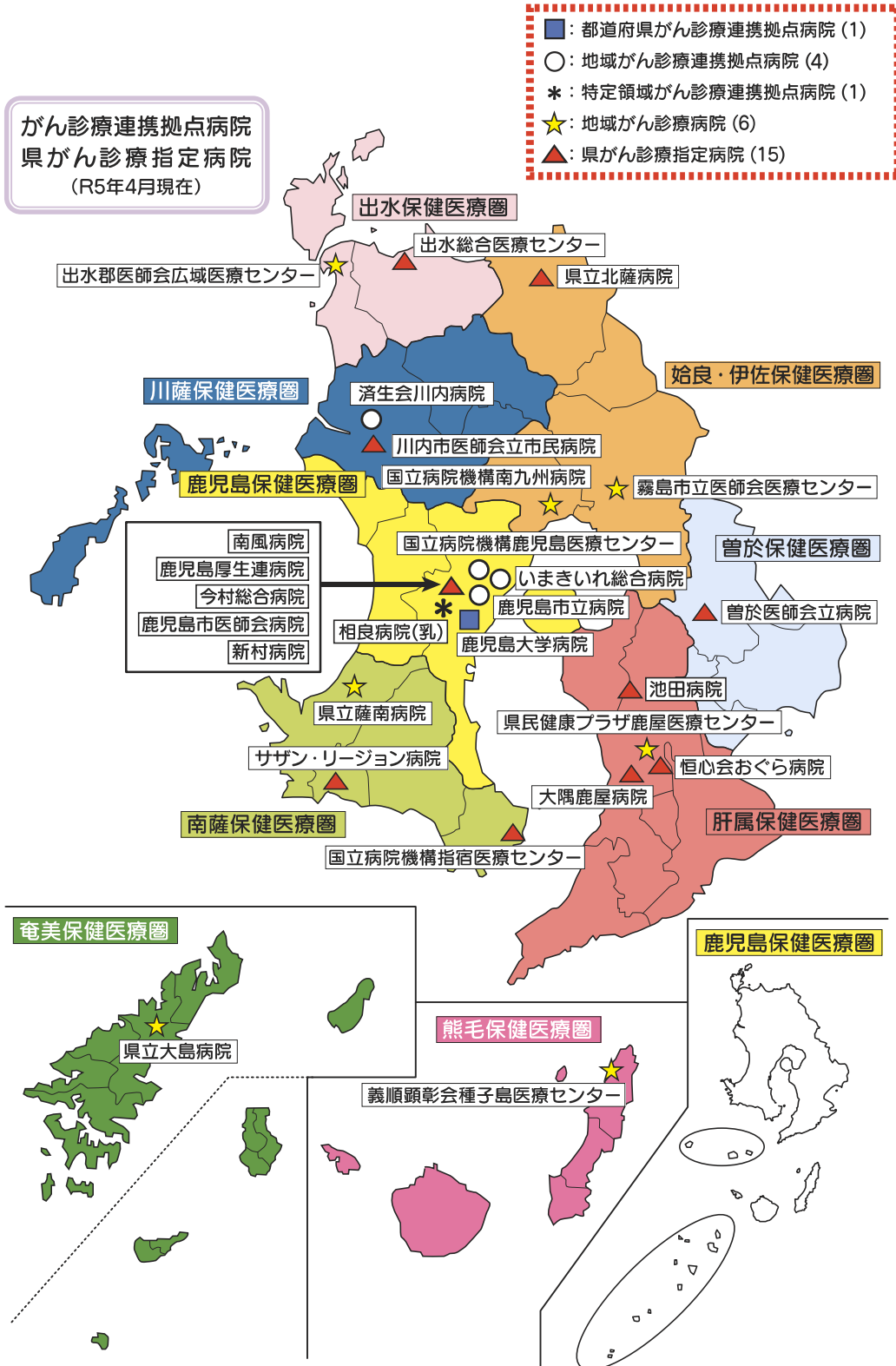
がん相談支援センターは患者さんやご家族のほか、地域の方々など、どなたでもご利用いただけます。医療機関によっては「医療相談室」、「地域医療連携室」などの名称で呼ばれていることもあります。ご相談いただいた個人的な内容が外に漏れてしまうことは一切ありません。患者さんやご家族の生の声を、がんの専門家たちに聞かせようというぐらいの気持ちで、安心して相談支援センターを訪ねてください。

こんなときには相談支援センターを活用しましょう

相談支援センターでは、がんの病気や治療、療養生活について、情報探しのお手伝いをしたり、相談にお応えしています。また、心のケアや、生活支援や助成制度の紹介、家族への支援の相談なども行っています。

- がんについて「知りたい」とき
- がんの治療について「理解して納得したい」とき
- 自分の考えを「伝えたい」とき
- 療養生活のことについて「聞いてみたい」とき
- 心の悩みを「誰かに聞いてほしい」とき
- 生活や経済的なことで「心配がある」とき
- 「家族のことも相談してみたい」とき





全国のがん診療連携拠点病院などについては、国立がん研究センター がん情報サービス「がん診療連携拠点病院などを探す」をご参照ください。

<https://hospdb.ganjoho.jp/kyoten/kyotensearch>



都道府県がん診療連携拠点病院

医療機関名	対応窓口	対応時間	患者サロン
鹿児島大学病院	がん相談支援センター 099-275-5970（直通）	月～金 9時～17時	第2水曜日 14時～16時

地域がん診療連携拠点病院

医療機関名	対応窓口	対応時間	患者サロン
鹿児島市立病院	がん相談支援センター 099-230-7010（直通）	月～金 8時30分～ 17時15分	偶数月 開催日不定 14時～16時
独立行政法人国立病院機構 鹿児島医療センター	がん相談支援センター 099-223-1151（代表）	月～金 9時～16時	第4木曜日 14時～15時
公益社団法人昭和会 いまきいれ総合病院	がん相談支援センター 099-203-9123（直通）	月～金 9時～17時	第3水曜日 14時～16時
社会福祉法人恩賜財団 済生会川内病院	がん相談支援センター 0996-23-5221（内線3061）	月～金 9時～12時 13時～16時	第4土曜日 10時～12時

特定領域がん診療連携拠点病院（乳がん）

医療機関名	対応窓口	対応時間	患者サロン
社会福祉法人博愛会 相良病院	がん相談支援センター 099-216-3360（直通）	月～金 9時～17時30分	月～金 10時～16時

※対応状況が変更されている場合もありますので、直接お問い合わせください。

地域がん診療病院

医療機関名	対応窓口	対応時間	患者サロン
出水郡医師会 広域医療センター	がん相談支援センター 0996-73-1542（直通）	月～金 8時30分～16時30分 土8時30分～12時30分	第3木曜日 13時～15時
独立行政法人国立病院機構 南九州病院	がん相談支援センター 0995-62-3677（直通）	月～金 9時～17時	第3水曜日 14時30分～ 15時30分
県民健康プラザ 鹿屋医療センター	がん相談支援センター 0994-42-0981（直通）	月～金 9時～12時 13時～17時	第4土曜日 13時～15時
社会医療法人義順顕彰会 種子島医療センター	がん相談支援センター 0997-22-0960（代表）	月～金 9時～12時 14時～17時	第3金曜日 14時～16時
鹿児島県立薩南病院	がん相談支援センター 0993-53-5300（内線351）	月～金 8時30分～17時15分	第2木曜日 10時～12時
鹿児島県立大島病院	がん相談支援センター 0997-52-3611（内線3465）	月～金 8時30分～17時	第2金曜日 10時～12時
霧島市立医師会 医療センター	地域医療連携室・総合相談室 0995-42-1171（代表）	月～金 9時～17時	偶数月 第4木曜日 10時～11時30分

鹿児島県がん診療指定病院

医療機関名	対応窓口	対応時間	患者サロン
公益社団法人鹿児島共済会 南風病院	医療連携・相談支援室 099-226-9111（代表）	月～金 9時～17時	開催なし
鹿児島厚生連病院	相談支援センター 099-252-2228（代表）	月～金 8時30分～12時 13時～17時 土9時～12時	第4火曜日 14時～16時
公益財団法人慈愛会 今村総合病院	がん相談支援室 099-251-2221（代表）	月～金 9時～16時	準備中
鹿児島市医師会病院	医療連携・相談室 099-254-1121（直通）	月～金 9時～16時 土8時30分～ 12時30分	開催なし

※対応状況が変更されている場合もありますので、直接お問い合わせください。

鹿児島県がん診療指定病院

医療機関名	対応窓口	対応時間	患者サロン
社会医療法人聖医会 サザン・リージョン病院	患者支援相談室 0993-72-1351（代表）	月～金 8時～17時 土 8時～12時	開催なし
独立行政法人国立病院機構 指宿医療センター	地域医療連携室 0993-22-2231（内線260）	月～金 8時30分～ 17時15分	開催なし
公益社団法人 川内市医師会立市民病院	患者サポートセンター 0996-22-1111（内線149）	月～金 9時～16時	不定期
出水総合医療センター	地域医療連携室 0996-67-1657（直通）	月～金 8時30分～ 17時15分	開催なし
鹿児島県立北薩病院	地域医療連携室 0995-22-8511（代表）	月～金 9時30分～16時	不定期
医療法人徳洲会 大隅鹿屋病院	患者サポートセンター 0994-40-1111（代表）	月～金 8時30分～17時	開催なし
曾於医師会立病院	地域連携室 099-482-4888（代表）	月～金 8時30分～17時 土 8時30分～12時30分 （第1・3は除く）	不定期
社会医療法人担心会 担心会おぐら病院	医療相談室 0994-31-1631（直通）	月～金 8時30分～17時 土 8時30分～ 12時30分	開催なし
医療法人青仁会 池田病院	ケアサポートセンター 0994-43-3434（代表）	月～金 8時30分～17時 土 8時30分～17時	不定期 （乳がん）
社会医療法人真栄会 新村病院	がん相談支援センター 099-251-6812（直通）	月～金 9時～17時	奇数月 第2土曜日 14時～15時

(R5年4月現在)

※対応状況が変更されている場合もありますので、直接お問い合わせください。

緩和ケア病棟・病床

緩和ケアの役割としては、時期にかかわらず、がんに伴う心と身体の痛みを和らげ、患者さんが自分らしく過ごせるように支えることを目指しています。緩和ケア病棟（ホスピス）では、トータルペインの視点からケアの提供を行い、患者さんやご家族が過ごしやすい設備を整えています。

緩和ケア病棟・ホスピスのある病院

医療機関名	住 所	連絡先
相良病院	鹿児島市松原町 3-31	099-224-1800
南風病院	鹿児島市長田町 14-3	099-226-9111
鹿児島市医師会病院	鹿児島市鴨池新町 7-1	099-254-1125
いづろ今村病院	鹿児島市堀江町 17-1	099-226-2600
サザン・リージョン病院	枕崎市緑町 220	0993-72-1351
出水郡医師会広域医療センター	阿久根市赤瀬川 4513	0996-73-1331
南九州病院	姪良市加治木町木田 1882	0995-62-2121
霧島市立医師会医療センター	霧島市隼人町松永 3320	0995-42-1171

4 セカンドオピニオンを活用する

治療法を納得して選ぶために、時には担当医以外の医師の意見であるセカンドオピニオンが参考になることもあります。

セカンドオピニオンとは

セカンドオピニオンとは、患者さんが納得のいく治療法を選択することができるように、治療の進行状況、次の段階の治療選択などについて、現在診療を受けている担当医とは別に、違う医療機関の医師に「第2の意見」を求めることです。セカンドオピニオンは、担当医を変えたり、転院したり、治療を受けたりすることだと思っている方もいらっしゃいますが、そうではありません。まず、ほかの医師に意見を聞くことがセカンドオピニオンです。

まず、はじめの意見（ファーストオピニオン）を大切に

複数の医師の意見を聞き、どれを選んでよいかわからなくなってしまうことのないように、最初に求めた担当医の意見（ファーストオピニオン）を十分に理解しておくことが大切です。セカンドオピニオンを受けたら、別の医師の意見を聞くことによって、あなたの病気や治療方針についての考えが変化したかどうか、もう一度現在の担当医に報告した上で、これからの治療法について再度相談しましょう。

セカンドオピニオンの受診の方法

まず初めに、担当医にセカンドオピニオンを受けたい事を相談します。次に、セカンドオピニオンを受けたい希望先の外来に申し込み（予約）をしましょう。それから、紹介状や画像などを担当医から受け取り、希望先の医療機関でセカンドオピニオンを受けましょう。最後に、セカンドオピニオンを受けましたら、担当医に必ず報告し、今後の事を相談しましょう。

セカンドオピニオンの費用

セカンドオピニオンは医療保険が適応されない自費診療で、病院によって費用が異なります。目安としては、30分～60分程度の相談で1～2万円程度となっています。(詳細については、各医療機関へご確認下さい)

鹿児島県でも、セカンドオピニオン外来を設置している病院が増えています。遠慮をせずに、担当医に相談をして、ぜひこの制度を活用しましょう。

セカンドオピニオンを受けた後

セカンドオピニオンを受けたら、別の医師の意見を聞くことによって、あなたの病気や治療方針についての考えが変化したかどうか、もう一度現在の担当医に報告した上で、これからの治療法について再度相談しましょう。セカンドオピニオンに対する担当医の意見を聞くことで、治療への理解がより深まり、納得する治療を選択することができるようになります。

また、セカンドオピニオンの結果、セカンドオピニオン先の病院で治療を受けることになった場合には、あらためてこれまでの治療内容や経過などを紹介状などで引き継ぐのが一般的です。

治療はセカンドオピニオン先の病院で行い、紹介元医療機関では治療後の経過観察を行う場合もあります。そのため、紹介元の担当医はあなたの治療を支援してくれる、身近な医療者の1人であることに変わりありません。セカンドオピニオンは自分らしく納得できる選択をするために大変有用な仕組みです。

check!

こちらも、ぜひ参考にしてみてください。

「セカンドオピニオンを活用する」



セカンドオピニオンを受けるときの流れと心掛けておきたいこと

- ① まず、担当医の診断と治療方針（ファーストオピニオン）を聞きましょう。
- ② セカンドオピニオンを受けたいという希望を担当医に伝えて、紹介状を受け取りましょう。
- ③ 希望先の医療機関のセカンドオピニオン外来に申し込みをしましょう。
- ④ あらかじめまとめておいた、聞きたいことや自分の希望を伝えましょう。
- ⑤ セカンドオピニオンを受けたら、担当医に必ず報告して、今後のことを相談しましょう。

5 患者同士の支え合いの場を利用しよう

同じ経験を持つ患者さんの話を聞くことで、気持ちが軽くなったり、療養生活を快適に送る知恵を得られることがあります。担当医や専門家の話とともに、うまく取り入れるとよいでしょう。

患者同士の支え合いの場にはどのようなものがある？

患者同士が出会える場、支え合いの場としては、患者会、患者サロン、ピアサポートなどがあります。

● 患者会

患者会とは、同じ病気や障害、症状など、何らかの共通する患者体験を持つ人たちが集まり、自主的に運営する会のことです。

● 患者サロン

患者サロンとは、患者さんやその家族など、同じ立場の人が、がんのことを気軽に本音で語り合う交流の場のこと。

● ピアサポート

ピア（Peer）とは「仲間」という意味で、ピアサポートとは、同じような悩みあるいは経験を持つグループの中で、同じ仲間として対等な立場で行われる支援のこと。

鹿児島県内のがん患者会の一覧

<p>NPO 法人 がんサポートかごしま</p> <p>全部位</p>	<p>〒890-8511 鹿児島市下伊敷 3-1-7 鹿児島県民総合保健センター2階 TEL：099-220-1888 https://gansapo.jimdofree.com/</p>
<p>若者がん患者会 きらら</p> <p>全部位 ※35歳以下でがんに罹患した ことのある患者さん</p>	<p>〒890-8511 鹿児島市下伊敷 3-1-7 鹿児島県民総合保健センター2階 (NPO法人がんサポートかごしま内) TEL：099-220-1888 https://gansapo.jimdofree.com/若者がん患者会きらら/</p>
<p>あおぞら会</p> <p>乳がん</p>	<p>〒890-0055 鹿児島市上荒田町 8-6 (かねこクリニック内) TEL：099-214-2800 http://www.kaneko-clinic.or.jp/torikumi/</p>
<p>あけぼの会 鹿児島県支部</p> <p>乳がん</p>	<p>〒890-0024 鹿児島市明和 1-11-19 池田さん TEL：099-281-2850</p>
<p>NPO 法人 あなただけの乳がんではなく</p> <p>乳がん</p>	<p>〒892-0838 鹿児島市新屋敷町 27-3 讃岐ビル 201 TEL：099-213-9001 http://www.ann.or.jp/</p>
<p>小児がんサポート・のぞみ</p> <p>小児がん</p>	<p>〒899-2701 鹿児島市石谷町1898-1 TEL：090-1516-8387 松本さん</p>

<p>太陽の会</p> <p>乳がん</p>	<p>〒890-0053 鹿児島県鹿児島市中央町 25-9 (大山クリニック内) TEL : 099-252-0080 http://www.kaikoukai-ooyamaclinic.or.jp/about/activity/</p>
<p>あじさい会</p> <p>乳がん</p>	<p>〒891-0141 鹿児島市谷山中央 5-21-22 (谷山生協クリニック内) TEL : 099-210-2211 http://taniyama-seikyo.jp/</p>
<p>ピアサポートチーム 「ピンク・フレンド」</p> <p>乳がん</p>	<p>〒892-0848 鹿児島市平之町 6-2 平田公園コーポ 1階 TEL : 080-6423-7043</p>
<p>こだま会 日本オストミー協会 鹿児島県支部</p> <p>大腸がん・膀胱がん</p>	<p>〒890-0021 鹿児島市小野 1-1-1 ハートピアかごしま 3階 TEL : 099-220-2211 http://www.joa-net.org/branch/213.html</p>
<p>分かち合いの会と 支え合いの会</p> <p>全部位</p>	<p>〒899-4461 霧島市国分上之段 362 TEL : 0995-48-2022 (鹿児島ラーメン内)</p>
<p>松実会</p> <p>全部位</p>	<p>〒897-1123 南さつま市加世田高橋 1968-4 (薩南病院内) TEL : 0993-53-5300 http://hospital.pref.kagoshima.jp/satsunan/matsumikai.html</p>

花みずき会 全部位	〒895-0074 薩摩川内市原田町 2-46 (済生会川内病院内) TEL : 0996-23-5221 https://www.saiseikai-sendai.jp/
あやめ会 全部位	〒893-0013 鹿屋市札元 1-8-8 (県民健康プラザ鹿屋医療センター内) TEL : 0994-42-5101 http://hospital.pref.kagoshima.jp/kanoya/news/225-2017-08-18-14-55-10.html
さくら会 消化器系がん	〒893-0061 鹿屋市上谷町 5-30 (小林クリニック内) TEL : 0994-41-0700 https://www.omega.ne.jp/~kobayasi/customl.html
鹿児島県鶴鈴会 咽頭摘出による音声機能喪失	〒899-7211 志布志市志布志町内之倉 1931 TEL : 0994-79-2115
ひまわり会 乳がん	〒898-0003 枕崎市折口町 109 (小原病院内) TEL : 0993-72-2226 https://ko-seikai.jp/
あまんの会 全部位	〒894-0015 奄美市名瀬真名津町18-1(県立大島病院内) TEL : 0997-52-3611 http://hospital.pref.kagoshima.jp/oshima/
鹿児島肺がん患者会 肺がん	〒890-0075 鹿児島市桜ヶ丘8丁目36-1-203 松下さん TEL : 090-3190-5111