

治療までに準備しておきたいこと

治療が始まるまでの時期には、焦りや不安を感じることもありますが、普段どおりの生活を心掛け、入院に備えましょう。



■ 治療が始まるまではこれまでどおりの生活を

一般的に、がんと診断されてから実際に治療が始まるまでは、何度か病院に通い必要な検査を受けます。また入院が必要な場合には、病院の所定の窓口で入院の申し込みをします。

この期間は風邪などをひかないように体調を整えておくことは必要ですが、基本的には、これまでどおりの生活で大丈夫です。ただしほかの病気がある場合や、がんの種類や治療の内容によっては、食事制限など生活面での注意が必要な場合もありますので、事前に担当医や看護師に確認しておくことが必要です。

治療中の仕事の引き継ぎや、子どもの世話の依頼などもできれば早めにすませておいたほうがよいでしょう。子どもの世話や家族の介護などを依頼できる人がいない場合などには、がん相談支援センターに相談してみましょう。

自分のがんのことを周囲に話すときには、多くの人がためらいや迷いを感じるものです。このため誰にどこまで病気のことを伝えるかは、家族でよく話し合っておくとよいでしょう。

■ 助成制度を事前に確認しておきましょう

あらかじめ担当医や相談窓口聞いておくと、検査や治療のおおよその医療費を知ることができます。

治療費が高額になる場合には、「高額療養費制度」など活用できる助成制度がないか、病院のがん相談支援センター（もしくは病院の相談窓口）で確認しておくとう安心です。また、自分が加入している生命保険や民間の医療

保険、がん保険などからどのくらい給付金が下りるのか、そのためにどのような手続きが必要になるのかについても調べておきましょう。

入院中は盗難の恐れもありますし大きな額のお金を使う機会もありませんので、あまり大金を持っていかないことをお勧めします。最近では、銀行の現金自動預け払い機(ATM)が設置されていたり、クレジットカードを利用できる病院もふえています。

■ 入院時の持ち物は必要最小限に

入院治療を受ける際の持ち物は、必要最小限にしましょう。入院に必要なもの(表1)は早めにそろえておくとう便利です。治療前後に必要なものや日用品の多くは病院内の売店でも購入できます。

表1：入院時の持ち物リスト

(入院に必要なものを一覧にして、渡してくれる医療機関もふえています)

必ず必要なもの	生活用品
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 診察券(カード) <input type="checkbox"/> 入院申込書(入院誓約書、入院承諾書など) <input type="checkbox"/> 印鑑 <input type="checkbox"/> 外来で出されている薬 <input type="checkbox"/> 薬の一覧、お薬手帳(ある場合に) <input type="checkbox"/> 限度額適用認定証 <input type="checkbox"/> 食事療養費の標準負担額減額認定証* 	<p style="font-size: small;">病院の売店で購入できたり、病棟で借りられる場合もあるので、事前に確認しましょう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> パジャマ(吸湿性がよく、前開きでゆったりしているもの) <input type="checkbox"/> パジャマの上に羽織れるもの(カーディガン、前開きのベストなど) <input type="checkbox"/> タオル類(バスタオル、フェイスタオルなど、多めに) <input type="checkbox"/> 下着・靴下類(ゆったりサイズを) <input type="checkbox"/> スリッパ(滑りにくいもの。室内履きでも可) <input type="checkbox"/> 洗面用具(洗顔石けん、歯ブラシ、くし、鏡、コップなど) <input type="checkbox"/> 入浴用品(石けん、シャンプー、リンスなど) <input type="checkbox"/> 食事用具(湯のみ、曲げられるストロー、はし、スプーン、フォーク) <input type="checkbox"/> ハンガー、洗濯ばさみ(洗濯ができるようなら洗剤も) <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー、輪ゴム、ビニール袋など <input type="checkbox"/> ノート、筆記用具、手帳、住所録(日記やお見舞い品などを記録しておくとう便利です) <input type="checkbox"/> 病院でもらった書類などを入れるファイル、封筒など <input type="checkbox"/> 小銭(盗難の恐れがあるので、大金は持っていかない方がよいでしょう) <input type="checkbox"/> 時計
<p style="text-align: center;">必要に応じて持っていきたいもの</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 眼鏡、眼鏡ケース <input type="checkbox"/> 衛生用品(生理用品など) <input type="checkbox"/> リップクリーム、乳液など(無香料のもの) <input type="checkbox"/> 本、雑誌 <input type="checkbox"/> ラジオ、CD・DVDプレーヤー、パソコンなど(使用できるかどうか病院に確認が必要です) <input type="checkbox"/> イヤホン、ヘッドホン(病室のテレビを見るときに使用) <input type="checkbox"/> 運動靴、ジャージーなど(散歩用) <input type="checkbox"/> 小さなかばん(院内での買い物などに便利) 	

*食事療養費は、所得によって減額認定を受けることができます。「標準負担額減額認定証」が必要です。

● 手術を受ける方へ

綿素材などの肌触りのよい、脱ぎ着の楽な服を用意しておきましょう。前開きの服が便利です。ワイヤー入りの下着など、体を締め付けるものは避けた方がよいでしょう。入院手続きのときに、詳細な説明が受けられます。

● 薬物療法(抗がん剤治療)を受ける方へ

脱毛の副作用がある抗がん剤治療を受ける場合、髪の毛の長い方はあらかじめ短くしておく、手入れがしやすいでしょう。また帽子や医療用かつら(つけ毛)を上手に利用するのもよいでしょう。最近では医療用かつらのパンフレットを置いている病院もふえています。どのようにしたらよいかわからないとき、迷ったときには、がん相談支援センター(もしくは看護師など)に相談してください。

また薬物療法のときには、気分が悪くなることもありますので、ゆったりした服や下着を着るようにしましょう。

● 放射線治療を受ける方へ

服装は脱ぎ着しやすいものがよいでしょう。放射線治療後は、放射線を当てた部分の肌が敏感になっているため、ゆったりした服や下着を着るようにしましょう。直接日光が当たる部分については、日傘や帽子などの紫外線対策が必要になります。また外来で放射線治療を受ける方は、照射部に目印を付けるためのインクが服に付くことがあります。白っぽい服やお気に入りの服は避けた方がよいでしょう。



関連情報

▶P45 「社会とのつながりを保つ」

▶P101 「公的助成・支援の仕組みを活用する」

▶P96 「治療にかかる費用について」

▶P114 「民間保険に加入しているときには」

▶『患者必携 わたしの療養手帳』も併せてご活用ください。