

目次 患者必携 がんになったら手にとるガイド 普及新版

はじめに	2
患者必携ガイドマップ	6

第1部

“がん”と言われたとき

1. 診断の結果を上手に受け止めるには	14
2. がんと診断されたらまず行うこと	17
3. がんと言われたあなたの心に起こること	20
4. 情報を集めましょう	26
5. がん相談支援センターにご相談ください	29

第2部

がんに向き合う——自分らしい向き合い方とあなたを支える仕組み

第1章 自分らしい向き合い方を考える

1. 自分らしい向き合い方とは	36
2. 社会とのつながりを保つ	45
3. 治療法を考える	51
4. 治療までに準備しておきたいこと	56
5. がんに関わる“チーム医療”を知ろう	59
6. 医療者とよい関係をつくるには	62
7. セカンドオピニオンを活用する	66
8. 患者同士の支え合いの場を利用しよう	69
9. 療養生活を支える仕組みを知る	76
10. 限られた時間を自分らしく生きる	92

第2章 経済的負担と支援について

1. 治療にかかる費用について	96
2. 公的助成・支援の仕組みを活用する	101
3. 民間保険に加入しているときには	114

第3部

がんを知る

第1章 がんのことで知っておくこと

1. がんの発生と進行の仕組みを知る	120
2. がんの検査と診断のことは知る	123

3. がんの病期のことを知る	128
4. 手術のことを知る	132
5. 薬物療法(抗がん剤治療)のことを知る	139
6. 放射線治療のことを知る	150
7. 臨床試験のことを知る	157
8. 緩和ケアについて理解する	161
9. 痛みを我慢しない	167
10. がんの再発や転移のことを知る	170
11. 補完代替療法を考える	175
12. がんのリハビリテーションのことを知る	178

第2章 療養生活のためのヒント

1. 体調を整えるには	180
2. 食事と栄養のヒント	183
3. 排泄とトイレのヒント	191
4. 休養と睡眠のヒント	194
5. 気分転換とストレス対処法	199

第3章 用語の解説

用語の解説	202
◆ ◆ ◆	
索引	215
協力者一覧・制作者一覧	220
がんの冊子	223

『患者必携 がんになったら手にとるガイド 普及新版』の記号について
関連する情報や、より詳しい説明を知ることができます。ぜひご活用ください。

例 1

インフォームドコンセント (P202) を行うことは、納得のいく選択を……

本文中に用語を太字で示しているものは、第3部 第3章「用語の解説」で詳しい説明を掲載しています。示されているページをご参照ください。

例 2



関連情報

(P29) 「がん相談支援センターにご相談ください」

それぞれの項目の最後に「関連情報」として、その項目に関連している情報を紹介しています。

例 3

▶ 『患者必携 わたしの療養手帳』も併せてご活用ください。

別冊『患者必携 わたしの療養手帳』で、関連している内容を書きとめたり整理することができます。併せてご活用ください。