

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、全国全てのがん診療連携拠点病院などにあり、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。



がん相談支援センター

■ がん相談支援センターはあなたと家族を支えます

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のは難しいものです。こんなときには、お近くの「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では患者さんや家族、地域の方々にご利用いただけるように、専門の相談員が、がんにかかわるさまざまな質問や相談にお応えしています。かかりつけの病院かどうかは問いません。その病院にかかっていなくても、誰でも無料で利用できます。

がん相談支援センターは、患者さんと家族を支えるお手伝いをしています。

■ がん相談支援センターとは？

がん相談支援センターは、全国各地のがん診療連携拠点病院などにあり、がんに関する情報を提供したり、相談に乗ってくれたりするところです。がん専門相談員としての研修を受けたスタッフが、信頼できる情報に基づいて、がんの治療や療養生活全般の質問や相談をお受けしています。病院によっては、相談の内容に応じて、専門医やがんに詳しい看護師（認定看護師、専門

看護師)、薬剤師、栄養士などの専門家が対応できる連携体制を整えているところもあります。

また、地域の医療機関の情報のほか、介護福祉施設や緩和ケアなど療養支援施設に関する情報や、住まいの市区町村で行っている助成制度に関する情報を探すことができます。

がん相談支援センターは、設置される医療機関によって「医療相談室」「がん相談支援室」「よろず相談室」「地域医療連携室」など、いろいろな名前前で呼ばれていることがあります。利用時間や担当者、予約の有無、連絡方法などの詳細はウェブサイトに掲載されています。「がん情報サービス」(<http://ganjoho.jp>)をご参照ください。相談は、面談、電話、電子メールなど、いくつかの方法によって受け付けています。

■ こんなときにはがん相談支援センターを活用しましょう

がん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

がんに関する情報はとても多く、自分の状況に合ったもの、自分にとって役立つものを見つけるのは大変です。実際にがんと診断されて間もない時期はなおさらです。

自分のがんや治療について詳しく知りたいとき、もっと理解したいときなどに、がん相談支援センターに行くと、インターネットや書籍などから一般的ながんの情報を調べ、信頼できる情報源をもとにわかりやすく説明してくれます。あなたや家族がパソコンやインターネットを使えなくても、スタッフがその場で一緒に情報を検索し、必要なものを印刷してくれることもあります。さらに、無料配布のがんについての冊子をはじめ、地域の医療機関の一覧など、さまざまな資料を手にすることができます。

また、気持ちの整理ができてくると、「担当医から提案された以外の治療法がないかどうか知りたい」「セカンドオピニオンを受けたいが、どこに行けばよいのか」など、いろいろな疑問や知りたいことが出てくる場合があります。そんなときは、あなたや家族の疑問や希望を聞いて、担当医に直接話しにくいことも含めて、必要な情報を一緒に探してくれます。

● がんの治療について「理解して納得したい」とき

納得のいく治療を受けるためには、自分自身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。いくつかの選択肢を示されても、担当医が説明したことの内容が理解できなければ、納得のいく治療法を選ぶことは困難です。がんの病気や治療についてのいろいろな情報を集めても、あなた自身にとって検査や治療の目的を理解したり、治療や療養の方針を決めるために参考になるものでなければ、役に立つ情報として生かすことはできません。がん相談支援センターでは、スタッフがあなたや家族と一緒に専門的な医学情報の中身を整理し、理解できなかったことについては、わかりやすく説明してくれます。

● 自分の考えを「伝えたい」とき

担当医をはじめとする医療者に、あなたが考える治療やケアについての疑問や希望をうまく伝えられないとき、あるいは何を聞けばよいのかわからないとき、質問したり確認しておくべき内容について、一緒に考えてくれます。担当医に確認しておくべき大切な点についての助言を得ることもできるかもしれません。

現在診療を受けている病院、あるいは別の病院のがん相談支援センターに相談すると、担当医に伝わってしまうのではないかと心配になるかもしれません。しかし、あなたの上承なしに第三者に相談内容が伝わることはありません。ほとんどの場合、がん相談支援センターのスタッフは、その病院で診療を受けているかどうかにかかわらず、地域のがんをはじめとする多くの患者さんや家族の相談に対応しています。

● 療養生活のことについて「聞いてみたい」とき

がん相談支援センターでは、あなたや家族ができるだけ快適な療養生活を送ることができるように、さまざまな支援を行っています。療養に際して不安や困ったことがあれば、何でも相談してみましょう。

例えば、薬物療法(抗がん剤治療)や放射線治療を通院で受けるとき、副作用や合併症のことだけでなく、自宅での生活や食事において、どんなことに注意すればよいのか心配になるかもしれません。もちろん、担当医や看護師から副作用に関する説明はありますが、後になって聞きたいこと、治療を続けながらもっと知りたいことがあれば、がん相談支援センターに相談してみるのも1つの方法です。相談内容に応じて、担当医をはじめとして、がん専門看護師やがん化学療法看護認定看護師、管理栄養士といった専門職につないでくれることもあります。

また、在宅療養を希望する場合には、地域の介護保険の手続きの方法や、往診をしてくれる診療所や訪問看護ステーションについて相談することができます。

● 心の悩みを「誰かに聞いてほしい」とき


がんと診断されたとき、やりきれない気持ちになったり、何も考えられなくなったりするかもしれません。がん相談支援センターでは、つらい気持ちを家族や友人に打ち明けられない方、あるいはひとりで抱え込んでしまっている方には、まず、耳を傾けることから支援を始めます。相談は匿名でも受けることができます。「誰かに話を聞いてもらいたい」と思ったとき、まずはがん相談支援センターに相談してみましょう。気持ちが少し落ち着いてきたら、これからの治療や生活について、どうすればよいのかということも一緒に考えてくれます。

また、治療が始まるまでの期間、どのように過ごせばよいのかわからず、途方に暮れることも少なくありません。そのようなときにも具体的な助言をしてくれます。

がん情報サービスサポートセンターのご紹介

国立がん研究センターがん情報サービスサポートセンターは、全国のがん相談支援センターをご案内する電話窓口です。

「がんについて知りたい」、「療養生活のことでどこに相談していいかわからない」場合に、がん患者さんに必要な情報について、「患者必携 がんになったら手にとるガイド 普及新版」やウェブサイト「がん情報サービス」などの情報をもとに、相談できる場所をご案内いたします。

がん情報サービス
サポートセンター 

電話：0570-02-3410 (ナビダイヤル)
受付時間は、平日(土日祝日、12月29日～1月3日を除く)の10時～15時です。

※相談は無料ですが、通信料は発信者負担となります。一部のIP電話からはご利用いただけません。



● 生活や経済的なことで「心配がある」とき

治療を受けていく中で、仕事や家事、育児などの生活や、医療費や生活費などの経済的なことで心配になったり困ったりすることがあるかもしれません。活用できるさまざまな助成・支援制度や介護・福祉サービスがありますが、がん相談支援センターでは手続きの方法に関する情報を提供してくれます。利用できる公的な制度や支援の仕組みを一緒に探し、必要に応じて地域の医療機関や福祉サービスの紹介や、それを受けるための手続きについて教えてくれるなど、あなたや家族が少しでも快適に過ごせるように手助けをしてくれます。

● 「家族のことも相談してみたい」とき

がんの告知や再発について、家族——とりわけ子どもに、どのように話せばよいかわからないときも、がん相談支援センターが相談に乗ってくれます。必要に応じて、精神科医、心理士などの専門家を紹介し、大変な時期を一緒に乗り越える手伝いをしてくれます。

がん患者さんの家族がうつ状態におちいってしまうことは、少なくありません。家族も、あなたと同じように不安になったり、悩んだりしているのです。がん相談支援センターでは、家族のつらい気持ちに耳を傾けた上で、必要な情報の提供や解決の糸口を見つける支援をしてくれます。家族だけでも利用できますので、遠慮しないで相談するように伝えておきましょう。



関連情報

▶ P59 「がんに携わる“チーム医療”を知ろう」

▶ P76 「療養生活を支える仕組みを知る」

▶ P79 コラム「地域の連携体制とがん診療連携拠点病院」

※がん相談支援センターについては、がんの冊子「がん相談支援センターにご相談ください」もご参照ください。

がんの情報を、インターネットで調べたいとき

近くのがん診療連携拠点病院や地域がん診療病院、がん相談支援センターを探したいとき

…がん情報サービス
<http://ganjoho.jp>

国立がん研究センター
がん情報サービス

ganjoho.jp

