

II. ホスピス緩和ケアを支えるサポートグループ

3. グループ療法, 補完療法などのサポート活動

— NPO 法人 ジャパン・ウェルネスの取り組み —

竹中 文良

(NPO 法人 ジャパン・ウェルネス)

はじめに

つい先ほどまで「がん」という病気については医療者の判断ですべてが決められ、患者側が関与できる領域はきわめてわずかだった。しかし、この十数年間で医療の基本的なスタンス、特に「がんに対する医療」は大きく変化した。最大かつ根源的な変化は、「がん告知」をはじめとする情報の開示、治療における患者自身での選択であろう。それは同時に「がん医療での不確実性」や「医療行為の限界」もかなり正確に把握できるようになり、医師はその事実を患者さんに正直に話し、患者さんたちは確実に正確な医療を求めて勉強し、より良い治療の選択を探し求めている。

もちろん、がんの経過も患者としての受け止め方もさまざまだが、大切なのは、患者さんが本当に納得し、満足できる医療を提供できるか否かにかかっている。特に現在、肉体的な苦痛はないし、日常生活は維持できているのに、がん細胞は発育し、有効な治療手段はない、このような患者さんも確実に増えている。

このように、さまざまな状況の患者さんへの精神的な支援がジャパン・ウェルネス活動の基本である。

サポート活動の具体的な方法

1. グループ療法

この方法に参加される患者さんを、できれば疾患別に、時には混合してグループをつくる。がん患者5～10名でグループをつくり、心理療法士

の司会で自由に話し合ってもらい、毎週か、2週に1回、約1時間半の会合も行う。

話す内容は、自己のがん病歴、主治医との対話、最新の治療法、死の受け止め方、治療に対する疑問、家族との関係等々に及び、多くの方がその対話のなかから新しい自分の生き方を見つげられている。

2. 補完療法

自己鍛錬の目的で、それぞれ専門家の指導により座禅、自律訓練法、ヨガ、アロマなどの講習を受け、研修されている。

3. セミナー、講習会

さまざまな分野の専門家に依頼して公開講座を開設し、教育の一助とする。

4. セカンド・オピニオン

複数のがんを専門とする医師たちが患者・家族の疑問に答える。

5. その他

医療講演会、会員旅行、クリスマス会、親睦会などを行っている。

結 果 (2001年5月～2009年10月まで)

①登録患者数1,600名、再発・転移者601名(45.2%)。

②逝去者数245名、緩和ケア病棟での逝去40名(16.3%)。

③セカンド・オピニオンの相談件数917件。

今後の課題

①がんに罹ったとき、ぜひ避けたいのは孤独に陥ることで、そのための最適の対応がサポート・グループに参加することだと思う。

②グループ編成にあたり、比較的予後の良いがん（乳がん、大腸がんなど）は長く続くが、悪性度の高いがん（肺がん、膵臓がん

ど）では継続できにくい。今後の検討課題である。

③患者さんたちの悩みも近年、大きく様変わりしてきている。特に高齢者では、診断・治療に関することから、死生観とか、限られた期間の過ごし方などの質問が増えた。時間の許すかぎり患者さんの質問に耳を傾け、解答に走らずに疑問を十分お聞きすることが重要と考えている。