

目次

クエスチョン一覧	9
----------	---

「患者さんと家族のためのがんの痛み治療ガイド」を お使いいただくにあたって	12
--	----

第1章 痛みの治療を受けるために知っておきたいこと

1. がんの痛みとは	16
2. がんの痛みの多くは治療できる	18
3. がんの痛みのメカニズム	20
4. 痛み治療や痛みどめに対するよくある誤解・迷信	26

第2章 あなたの痛みを伝えてください

1. 痛みは本人にしかわからない	34
2. 痛みを説明するために知っておいてほしいこと	36
3. 痛み治療に役立つメモや日記	38
4. 痛みの伝え方のコツ	42

第3章 がんの痛みに対する治療のしくみ

1. がんの痛みに対する世界共通の治療のしくみ 「WHO 方式がん疼痛治療法」	46
2. 痛みどめの種類や量の決め方	50
3. とん服薬の使い方	52
4. がんの痛み治療の目標	56
5. がん治療とがんの痛み治療の関係	58

第4章

がんの痛みの治療に使われる痛みどめについて

1. 解熱鎮痛薬——弱い痛みを使う薬 62
2. コデイン、トラマドール
——弱い痛みから中くらいの痛みを使う薬 64
3. モルヒネ、オキシコドン、フェンタニル、メサドン
——中くらいの痛みから強い痛みを使う薬 66
4. 痛みどめのさまざまな製剤(のみ薬、貼付剤、口腔粘膜吸収製剤、
坐薬、注射薬)の特徴と使い方 72
5. 鎮痛補助薬について 76
6. 痛みどめの副作用——その予防と対処 80

第5章

痛み治療がうまくいっていないと感じたとき

1. 自分の痛みがうまく伝えられないとき 86
2. 痛みどめの副作用に不安があるとき 88
3. 痛みどめの使用法に不安があるとき 90
4. 緩和ケアチーム・ペインクリニックとは 94
5. 痛みどめへの抵抗感があるとき 96
6. 痛みや痛みどめについての相談窓口 98

第6章

薬以外による痛みの緩和方法

1. 薬以外によって痛みをやわらげるさまざまな方法 102
2. 放射線治療とは 104
3. 神経ブロック療法とは 106
4. 自分でできる痛みへの対処法 108

資料

資料 1 ● 参考リスト	112
資料 2 ● 作成者リストと利益相反	117

がんやがんの痛みについて相談したいとき (相談窓口一覧)	119
------------------------------------	-----

索引	121
----------	-----

COLUMN

「早期からの緩和ケア」は患者さんの生活のしやすさを改善し、 生存期間を延長する可能性があります	19
「ビリビリ、チクチクした」痛みや「しびれたような」痛みって?	25
なぜ医療用麻薬は中毒にならないの?	31
言葉による痛みの表現方法	35
とん服薬がよく効き、活動範囲が広がった Y 子さん	55
医療用麻薬の海外への持ち出し手続きについて	70
PCA (患者自己調節鎮痛法) ポンプについて	75
痛みどめの使い方がわからないときは、薬局でたずねることもできます	100
悩みを打ち明けてこころも痛みも軽くなった A さん	103
神経ブロック療法で QOL が向上した N 子さん	107