

えがお口ク

第6回

小児がんの疼痛緩和をみんなで考えるシンポジウム

～子どもが笑顔でいられるように～

日時: 2010年7月4日(日) 13:00 - 16:30

場所: 神奈川県立こども医療センター 2F 講堂(横浜市南区六ツ川2-138)

100

第1部 13:00-14:15 「知っておきたい宋養」

高増哲也医師(神奈川県立
アトピー科医長、学業サポート)

休 憩 14:15—14:30

1998, 1999, 2000, 2001, 2002, 2003, 2004, 2005, 2006, 2007, 2008, 2009, 2010, 2011, 2012, 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018, 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025, 2026, 2027, 2028, 2029, 2030, 2031, 2032, 2033, 2034, 2035, 2036, 2037, 2038, 2039, 2040, 2041, 2042, 2043, 2044, 2045, 2046, 2047, 2048, 2049, 2050, 2051, 2052, 2053, 2054, 2055, 2056, 2057, 2058, 2059, 2060, 2061, 2062, 2063, 2064, 2065, 2066, 2067, 2068, 2069, 2070, 2071, 2072, 2073, 2074, 2075, 2076, 2077, 2078, 2079, 2080, 2081, 2082, 2083, 2084, 2085, 2086, 2087, 2088, 2089, 2090, 2091, 2092, 2093, 2094, 2095, 2096, 2097, 2098, 2099, 2100, 2101, 2102, 2103, 2104, 2105, 2106, 2107, 2108, 2109, 2110, 2111, 2112, 2113, 2114, 2115, 2116, 2117, 2118, 2119, 2120, 2121, 2122, 2123, 2124, 2125, 2126, 2127, 2128, 2129, 2130, 2131, 2132, 2133, 2134, 2135, 2136, 2137, 2138, 2139, 2140, 2141, 2142, 2143, 2144, 2145, 2146, 2147, 2148, 2149, 2150, 2151, 2152, 2153, 2154, 2155, 2156, 2157, 2158, 2159, 2160, 2161, 2162, 2163, 2164, 2165, 2166, 2167, 2168, 2169, 2170, 2171, 2172, 2173, 2174, 2175, 2176, 2177, 2178, 2179, 2180, 2181, 2182, 2183, 2184, 2185, 2186, 2187, 2188, 2189, 2190, 2191, 2192, 2193, 2194, 2195, 2196, 2197, 2198, 2199, 2200, 2201, 2202, 2203, 2204, 2205, 2206, 2207, 2208, 2209, 2210, 2211, 2212, 2213, 2214, 2215, 2216, 2217, 2218, 2219, 2220, 2221, 2222, 2223, 2224, 2225, 2226, 2227, 2228, 2229, 2230, 2231, 2232, 2233, 2234, 2235, 2236, 2237, 2238, 2239, 2240, 2241, 2242, 2243, 2244, 2245, 2246, 2247, 2248, 2249, 2250, 2251, 2252, 2253, 2254, 2255, 2256, 2257, 2258, 2259, 2260, 2261, 2262, 2263, 2264, 2265, 2266, 2267, 2268, 2269, 2270, 2271, 2272, 2273, 2274, 2275, 2276, 2277, 2278, 2279, 2280, 2281, 2282, 2283, 2284, 2285, 2286, 2287, 2288, 2289, 2290, 2291, 2292, 2293, 2294, 2295, 2296, 2297, 2298, 2299, 2300, 2301, 2302, 2303, 2304, 2305, 2306, 2307, 2308, 2309, 2310, 2311, 2312, 2313, 2314, 2315, 2316, 2317, 2318, 2319, 2320, 2321, 2322, 2323, 2324, 2325, 2326, 2327, 2328, 2329, 2330, 2331, 2332, 2333, 2334, 2335, 2336, 2337, 2338, 2339, 2340, 2341, 2342, 2343, 2344, 2345, 2346, 2347, 2348, 2349, 2350, 2351, 2352, 2353, 2354, 2355, 2356, 2357, 2358, 2359, 2360, 2361, 2362, 2363, 2364, 2365, 2366, 2367, 2368, 2369, 2370, 2371, 2372, 2373, 2374, 2375, 2376, 2377, 2378, 2379, 2380, 2381, 2382, 2383, 2384, 2385, 2386, 2387, 2388, 2389, 2390, 2391, 2392, 2393, 2394, 2395, 2396, 2397, 2398, 2399, 2400, 2401, 2402, 2403, 2404, 2405, 2406, 2407, 2408, 2409, 2410, 2411, 2412, 2413, 2414, 2415, 2416, 2417, 2418, 2419, 2420, 2421, 2422, 2423, 2424, 2425, 2426, 2427, 2428, 2429, 2430, 2431, 2432, 2433, 2434, 2435, 2436, 2437, 2438, 2439, 2440, 2441, 2442, 2443, 2444, 2445, 2446, 2447, 2448, 2449, 2450, 2451, 2452, 2453, 2454, 2455, 2456, 2457, 2458, 2459, 2460, 2461, 2462, 2463, 2464, 2465, 2466, 2467, 2468, 2469, 2470, 2471, 2472, 2473, 2474, 2475, 2476, 2477, 2478, 2479, 2480, 2481, 2482, 2483, 2484, 2485, 2486, 2487, 2488, 2489, 2490, 2491, 2492, 2493, 2494, 2495, 2496, 2497, 2498, 2499, 2500, 2501, 2502, 2503, 2504, 2505, 2506, 2507, 2508, 2509, 2510, 2511, 2512, 2513, 2514, 2515, 2516, 2517, 2518, 2519, 2520, 2521, 2522, 2523, 2524, 2525, 2526, 2527, 2528, 2529, 2530, 2531, 2532, 2533, 2534, 2535, 2536, 2537, 2538, 2539, 2540, 2541, 2542, 2543, 2544, 2545, 2546, 2547, 2548, 2549, 2550, 2551, 2552, 2553, 2554, 2555, 2556, 2557, 2558, 2559, 2560, 2561, 2562, 2563, 2564, 2565, 2566, 2567, 2568, 2569, 2570, 2571, 2572, 2573, 2574, 2575, 2576, 2577, 2578, 2579, 2580, 2581, 2582, 2583, 2584, 2585, 2586, 2587, 2588, 2589, 2590, 2591, 2592, 2593, 2594, 2595, 2596, 2597, 2598, 2599, 2600, 2601, 2602, 2603, 2604, 2605, 2606, 2607, 2608, 2609, 2610, 2611, 2612, 2613, 2614, 2615, 2616, 2617, 2618, 2619, 2620, 2621, 2622, 2623, 2624, 2625, 2626, 2627, 2628, 2629, 2630, 2631, 2632, 2633, 2634, 2635, 2636, 2637, 2638, 2639, 2640, 2641, 2642, 2643, 2644, 2645, 2646, 2647, 2648, 2649, 2650, 2651, 2652, 2653, 2654, 2655, 2656, 2657, 2658, 2659, 2660, 2661, 2662, 2663, 2664, 2665, 2666, 2667, 2668, 2669, 2670, 2671, 2672, 2673, 2674, 2675, 2676, 2677, 2678, 2679, 26

第2部 14:20—16:20 参加者全員にとりまひ7

14100 10100

方法: なるべく6/20(日)までに以下を明記の上、肝芽腫の会までメールするか郵送してください。

・医師(科名・病院名)・患者・その他 ・参加人数(大人〇名・子ども〇名)

・保育希望の有無

肝芽腫の会 (<http://enjoy.pial.jp/~kangashu-no-kai/>)

神奈川大学経済学部の経済学系に在籍する。主として日本経済の発展と環境問題との関係に関心をもち、環境政策の形成に寄与することを志す。

「スウェーデン」・LCH患者会・COSMOS会(国立がん研究センター中央病院小児科の会)・SUCCES
 国連の会・網膜芽細胞腫の子どもをもつ家族の会「すくすく」・ユーイング肉腫家族の会、

「知っておきたい栄養の基本」
神奈川県立こども医療センターアレルギー科 高増哲也医師

今回の基調講演は、神奈川県立こども医療センターの栄養サポートチーム座長で、アレルギー科医長の高増哲也先生をお招きして、『知っておきたい栄養の基本』という演題でお話を伺いました。

疼痛緩和と栄養はあまり関係ない
ように思いがちですが、栄養をきち
んと考えることが実は疼痛の緩和に
つながることは多いということをあ
らためて考えさせられるお話でし
た。

さらに第二部のデイスカッションでも治療中の栄養摂取や疼痛についての活発な意見交換をしました。

詳しくは次ページの記事をご覧ください。

今回のシンポジウムまでには完成する予定です。入手方法は、神奈川県立こども医療センターのロビーや、肝芽腫の会のホームページからのダウンロードで出来るようにします。

痛みの治療の重要性などについてでした。

第2号は、『疼痛緩和薬治療法について』で、鎮痛のための薬についてや医療用麻薬について書かれています。

痛みの治療が必要になつてから「モルヒネ」などの言葉が出る、患者家族はどうしても「もうそんなに悪いのか」と思いがちですが、そうした誤解を解き、「今は早期から痛みの治療をするんですよ」ということを伝えてほしいがものともいふ笑顔です。けるようになるための一助となればと喜んでくださる。

痛みの治療が必要なのに今でも誤解の多い「緩和ケア」や「医療用麻薬」という言葉。

その誤解を解いて痛みへの治療を行い、いかにたちがもつ笑顔になれるように、と製作が始まった緩和ケアのリーフレット『いつもの笑顔を見られるように』。いつもともと家族のための緩和医療。total care for tomorrow。これまで第1号、第2号を発行しつつありますが、現在第3号を製作中입니다。

第1号は、『緩和ケア、疼痛緩和とその重要性』というタイトルで、1.緩和ケアは終末期ケアではないと、2.

緩和リーフレット『いつもの笑顔を見られるように』
〜こどもと家族のための緩和医療〜
第3号を製作中

いつもの笑顔を見られるように

～こどもと家族のための緩和医療～

total care for tomorrow

1. 緩和ケア、疼痛緩和とその重要性

笑顔を取り戻すために、私たちができること。

病氣・困難に立ち向かう「力」。

その「力」を最大限発揮できるようにすること。

「あした」のために知ってほしい

【緩和医療】と【緩和ケア】

シンポジウムこれまでの開催内容

2008.1.19 第1回 基調講演『小児の症状コントロール～痛みを中心に～』
2008.6.28 第2回 基調講演『精神科医から見たからだの症状～痛みの話を
中心に～』

2009.1.17 第3回 基調講演『小児緩和ケアチーム誕生』

2009.6.20 第4回 基調講演『がん性疼痛看護認定看護師としての取り組み』
2010.2.13 第5回 基調講演『がんの痛みからの解放に向けて-
医療用麻薬の誤解を解く-』

聖路加国際病院小児科副医長 小澤美和医師
横浜市立大学付属市民総合医療センター
精神神経医療センター 高橋雄一医師

神奈川県立こども医療センター緩和ケアチーム
医師・看護師

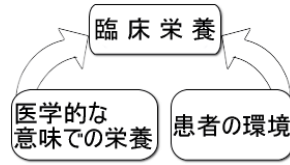
埼玉県立小児医療センター看護局 小久保知寿子
済生会横浜市南部病院薬剤部部長。
日本緩和医療薬学会副代表理事 加賀谷肇

栄養を摂る時の優先順位



その理由は、使える機能を使わないとその機能が衰えるからで、ベントリ管にずっと寝ていると足の筋肉が弱るのと同様、腸の機能も使えないに使わないでいると衰えて粘膜などの機能が弱まることで、菌が血管内などに入り込みやすくなつて敗血症を起こす場合もある。

ー同じカロリーなら口から摂っても点滴でも同じ？
実際には口から摂ったほうが身体にはよい。ただし口から摂ることが辛い状態なのに無理に口から摂ることにこだわり過ぎてはいけません。口からでも摂れるのであれば口からのほうが良いということです。



○ 臨床栄養という考え方と考える上での基本とは

栄養を身体の中の仕組みがエネルギーにするというだけでなく、「患者が家で過しているのか入院しているのか」など、患者の環境も考えた栄養を『臨床栄養』と言う。
臨床栄養を考える上での基本は、まず「使える機能は出来るだけ使う」ということが大原則。



「このシンポジウムに参加する医師、看護師特に患者家族は「栄養の基本はよく分っている」と思っていました。が今回の『知っておきたい栄養の基本』のお話を伺い、分かっていることも多いことがよく分かりました。また、「食べられる」として痛みとの関わりについてもあらためて認識することが出来ました。

○ 取りこむ身体があつてこそ栄養

栄養は、「栄養」の部分だけを考えていてはなかなか答えが出ない。栄養を取りこむ身体のかみがかちゃんと動いてこそ意味がある。

○ 食事はエネルギー補給のためだけではない

取りこむ身体があつてこそ栄養だが、食事をエネルギー補給のためだけだと考えてはいけない。
食事は生活であり、生きている環境であり、人とのつながりや楽しみにつなげるものである。

○ 「亜鉛」と「食物繊維」

化学療法時の味覚異常や食欲不振はいくつもの原因があつて起るが、その中でも微量元素の「亜鉛」の果たす役割はかなり重要。
微量元素とは、ミネラルの中でもごく少量しか含まれていないものを言い、亜鉛もそのひとつで、これが不足するとにより、味覚異常や食欲不振が起きやすくなる。

また、「食物繊維」は豆や芋や野菜に多く含まれており、腸の状態を良くするために重要。

これらがどうしても食物として摂れない場合、サプリメントを使うのも一つの手段だが、服用している薬や他の栄養素とのバランスも考えなければならぬので、使用については主治医に相談してからのほうがよい。

○ 現在の問題は、「病院で起きる低栄養」

「低栄養」は飢餓の発生している地域だけに起るのではない。

入院したところによる低栄養も残念ながらあるのが現実。

これは家ならば何とか栄養を摂らせようとする子の状態に合わせ、きめの細かいケアを家族がするが、病院では食事の時間、調理の制約など様々な理由で、これまでのケアが出来ないために起る。

病院に栄養サポートチームというのがあるというのは、病院に来たら健康を取り戻すためのスタッフが大量にいるので、家よりもっと高度な事をしているのが当たり前前という感じがするが、栄養に関して言うと、家にいる時よりも配慮がたりなくなるような状況にあるところも起る。

○ 栄養サポートチーム(NST)の今後の課題と期待

医師、看護師、栄養士、薬剤師、検査技師、リハビリの療法士など他職種連携で取り組んでいる栄養サポートチームだが、化学療法にともなう症状についてはやはり血液腫瘍疾患の子どもを見ている医師がよく知っているの、今後はそうした医師とも協力していきたいとのこと。

病院における臨床栄養はまだ始まったばかりという感だが、それだからこそ今後の取り組みに強い期待が持てそう。

ディスカッション Report

第2部のディス
カッションでは、質
疑応答を含め、いろ
んな問題につい
て活発に意見交換
がなされます。それ
らの中から要約し
てポイント掲載
します。

！ 食事は生活の基本

食事がきちんと気持ちよく摂れているかどうかは疼痛緩和のバロメータでもあり、生活の基本でもあるので、病院での治療中は特にいろんな職種や家族など様々なかかわりと連携が必要。
本日は「飯を食べさせている側も一緒に食べられる環境であるほうがよい。食べさせる側が食べさせるだけだと、食べて飲み込むタイミングも悪くなる。」



患 食堂の効用

偏食がひどかったり、食欲がなかったりする時には、ベッドサイドでの食事ではなく、病棟の食堂に連れて行って、ほかの子と一緒に食べさせると驚くほど好転することがある。ほかの子に影響されて食べなかったものを食べるようになったり、小さい子ながら

「ほかの子の手前」ちょっと頑張つて食べてみたり。
行かれる状態なら食堂へ行ったほうが栄養面でも成長面でもよいように思う。



患 食べなくて、しかもすごく偏食になる...

治療中は外泊記録を書くのが恥ずかしいくらい偏食になつてしまつた。ご飯を作つてもそれを食べられず、食べるのはインスタントラーメンやお菓子、ファーストフードなど。
元気な子なら「カロリーが高い」と言われるようなクッキーなども「炭水化物と牛乳と卵とバターが入つて栄養がある」という感覚になつてしまつてますが...



そういう子は多いです。外泊記録読むと皆そんな感じです。

！ 治療内容だけで栄養状態の判断は出来ない

化学療法中ほとんど食べられない子もいれば、造血幹細胞移植をしているのに普通に食べられる子もいる。

治療の内容だけで栄養状態は判断出来ず、もつと個別に判断する必要があるのだ。高カロリー輸液は造血幹細胞移植時でないと保険が通らないなどの現実もあり、その中で個別対応の方法を考えていく必要がある。



栄養を摂る方法の模索

以前は術前に絶食したり、食べられていれば特に栄養を多く摂るといつことはなかったが、最近では手術や移植などの前に食べられなくなるのを見越して大目に栄養を摂っておくという考え方が出てきている。臨床データをまだ取っていないので、医学的に有効かどうかの判断はできていないが、臨床の現場では有効ではないかとの印象を受けている。そうした臨床現場での工夫から栄養を摂る方法が今後変化していくことは多いはず。



栄養に対する考え方の変遷

ビタミンなどの栄養を摂ることについては一昔前と現在とでは考え方が「転三転している」。

点滴に栄養ビタミンを入れることについては、特に水溶性ビタミンは多すぎれば体外に排出されるのでかなり以前は点滴時にビタミンを入れるのが普通だった時期があった。

その後それが「使いすぎだ」と問題にされた時期が来る。それは医療経済的な意味が強く、必要がない人にビタミンを入れたら「医療としては認めない」として口から摂れる人にビタミンを入れると保険が通らないことがあった時期である。

さらにその後、栄養に対する考え方が変わり、現在では維持の点滴にあらかじめビタミンやミネラルなどがセットされているものが多く使われるようになっていく。



「心身の成長」と「栄養を摂る」と「両方を考える難しさ」

食べられない時はなるべく「食べたい時に食べられるものを」だが、食べられるようになってきたらそれはやはりではだめだと思う。子供は入院生活を送りながらも日々成長を続けているので「しつけ」という観点も重要。

子供の気持ちに沿つては重要だが、メリハリも同じくらい重要。いつでも好きなものを食べられる状態だと子供は勘違いをしてしまい、後々本人が社会生活に戻った時に困ることになる。

「我慢しなければいけない時間もある」ということも学ぶ必要がある。



！ 納得してルールを切り替えていくために必要なこと

『食べたい時に食べたいものを』から、状態が良くなつて病院食に切り替えて行く時に「一度いいですよ」と言ったのに何で今日からダメなの?」と納得できずに切り替えがなかなかうまくいかないことがある。

「カップ麺はどうしてもほかのものが食べられない時だけ」というルールを最初にきちんと説明しておくことは重要で、良い状態になった時に無理やりにはではなく、本人が「ルールを切り替えて次のステップに行くんだ」と思えるような情報提供がセットになつていくことが大切。



次回シンポジウムのお知らせ

『第7回小児がんの疼痛緩和をみんなで考えるシンポジウム ～子どもが笑顔でいられるように～』
を以下の日程で開催します。多数のご参加をお待ちしております。

日 時: 2011年2月19日(土) 13:00-17:00
場 所: 神奈川県立こども医療センター 2F 講堂

第1部: 13:00-15:00

基調講演: 化学療法時の口腔・消化器症状の緩和

1. 「お口の領域の粘膜疾患とその対策」

2. 「化学療法に伴う吐き気と嘔吐」

3. 「粘膜障害の疼痛緩和」

神奈川県立こども医療センター 歯科
科長 佐々木康成 医師

神奈川県立こども医療センター
血液再生医療科 田淵健 医師

神奈川県立こども医療センター
血液再生医療科 岩崎史記 医師

休 憩: 15:00-15:15

第2部: 15:15-17:00

参加者全員によるディスカッション

参加費: 無料

申込み方法: なるべく2/3(土)までに以下を明記の上、肝芽腫の会までメールにてお申し込み下さい。
保育をご希望の場合は必ず2/3までにお申し込み下さい。

・医師(科名・病院名)・患者・その他
・参加人数(大人○名・子供○名)
・保育希望の有無

肝芽腫の会メールアドレス:

kangashunokai@zd.wakwak.com

- 問1... 治療続行中に疼痛治療を本格的にする必要はない。..... 答え→ ×
問2... 疼痛管理は主治医が考えれば充分である。..... 答え→ ×
問3... ターミナルになったら痛くても仕方ない。..... 答え→ ×
問4... 疼痛をコントロールするには眠くなるようにするしかない。..... 答え→ ×
問5... 痛みで苦しんでいても、麻薬は中毒になるので子どもには極力使わないほうがよい。..... 答え→ ×
問6... 疼痛管理について、それぞれの職分の中で話し合いをすべきだ。..... 答え→ ○
問7... 疼痛管理で最大の効果を出すためには、職分や病院間を越えて知恵を出し合うことが大切だ。..... 答え→ ○

編集後記

今回は「栄養を摂る」という面から疼痛緩和を考えるというところで、これまでとは少し違った角度からのアプローチでしたが、「緩和ケア」と「食べる」との関係の深さをあらためて知ることが出来ました。これは大人のがん患者や慢性的痛みを伴う疾患の患者さんにも共通する内容ですが、大人と子供の場合であきらかに違いがあるのが、「子どもは治療を受けながらも成長の過程を過している」ということでした。

「食べられないから好きな物だけをいつまでも与えていてよいのか」、「いつから病院食に戻すのか」、「好きな時に好きなものを食べさせるのはどの状態までがよいのか」など、医師・看護師・親が考えてもすべしには答えの出せない問題も多かったように思います。けれどもそうしたことをそれぞれが考えていく機会を得たことで、少しずつよい方向へ向かっていけたらと思います。

医療側の栄養に対する考え方についても、息子が治療していた10年前とはずいぶん違っていました。

私は自身が2型糖尿病患者でもあるので、今回のことと併せて「栄養の常識は時代でかなり変化すると強く感じました。つまり「栄養と身体との関係の謎はまだまだ解明されていない」ということでしょう。

あえて言うならば、今の栄養学の常識を時には疑って考えてみるのも必要だと思いました。

(肝芽腫の会 神原結花)

編集者 神原結花・高橋直美

編集協力 (肝芽腫の会)

気賀澤寿人・岩崎史記・田淵健
(神奈川県立こども医療センター 血液再生医療科)

安藤和美(がん性疼痛看護認定看護師)

長谷川愛(看護師)

有田直子(小児専門看護師)

小和田貴代子(小児脳腫瘍の会理事)

『えがおの口』 Vol. 2 2010年11月発行