

Purpose and Introduction
冊子の目的と対象読者の紹介



この冊子は、がんと診断された方へ向けた情報をまとめています。ただ、いきなり全部を読むのは、きっとつらいと思います。どうぞ、無理はなさらないでください。まずは、次回の診察までの間に、第一章だけ、目を通してみてください。読むのもきつかったら、パラパラとめくっていただくだけでも構いません。

そして、どうぞ、診察の際にはこの冊子をお持ちください。聞いておくといいことや、メモをする欄など、この冊子があなただけの治療を伴走させていただきます。そして少しずつ、治療を進めながら、読み進めていただけたらと思います。



Chapter 1

〔第一章〕

がんと診断されたあなたに
これだけは知ってほしいこと



がんと診断を受け 不安を感じるあなたへ



「がんかもしれない」と告げられて
「がん」と診断されるまで、
とても不安な日々を送られたと思います。

がんと診断されたいま、
あなたが感じているショック、
不安、恐れや怒りは
大きな衝撃から「こころ」を守ろうとする
通常の反応であり、
誰もが感じる自然な「こころ」の動きです。

治療の第一歩として、
自分の感情をありのままに受け止め、
不安や混乱を少しずつ整理していくことが大切です。
無理に頑張ったりする必要はありません。

まずは自分のことを知ることから始めましょう。

がんについて、相談できる 窓口があります



「がんと言われて頭が真っ白になった」
「がんの治療や療養についての情報がほしい」
「医療費のことが心配」「退院後の生活は？」など、
がんという病気にはさまざまな不安や心配なことが出てきます。
当館では、そのような「がん」に関する
相談をお受けする窓口として
「がん相談支援センター」があります。

《がん相談支援センターの特徴》

- ・ご本人やご家族はもちろん、どなたでも無料で相談できます。
- ・当館以外で治療をしている方でも相談できます。
- ・窓口での対面相談だけでなく、電話やメールでも相談できます。
- ・匿名でも相談できます。
- ・ご本人の了解なしに、担当医や病院のスタッフを含め、
ほかの人に知られることはありません。

特別な相談はなくても、

「話を聞いてほしい」

「何を相談してよいのか分からない」という方も、
お気軽にご利用いただけます。

《がんに関する相談窓口》

佐賀県医療センター好生館 がん相談支援センター
0952-28-1158 [月～金 8:30～17:15]

大きな決断を 一人でするのは避けましょう



がんと診断された直後は、
ショックや混乱で冷静な判断が
難しくなることがあります。
このような状況で、
仕事の退職や治療法の選択といった
大きな決断を一人でしないようにしましょう。

家族や友人、医療スタッフ、がん相談支援センターの
専門家と話し合いながら、
慎重に検討することをお勧めします。
周囲と相談することで、
自分では気づかなかった視点が得られ、
不安も軽減されるでしょう。

《冷静さを欠いたときに見られる決断の例》

- ・ いきなり会社に辞表を提出する。
- ・ 不要な健康用品に大金を使ってしまう。
- ・ 科学的根拠の乏しい民間療法を希望する。

後悔しないために、大切なことほど
一人で判断せず周囲の信頼できる方と
相談して決めるようにしましょう。

信頼できる 確かな情報を選びましょう



健康や医療に関する情報は、
自分や家族の健康や命に関わるものです。
がんに対する情報を見聞きしたときには
「自分にとって正しい情報」か、疑ってから判断しましょう。

《がん情報を見極めるときの3つのポイント》

- ・ いつの情報か
- ・ だれが発信しているか
- ・ 何を根拠にしているか

正しい情報かどうか、以上のような3つのポイントでも
判断がつかない場合は、主治医やがん相談支援センターなどに
相談しましょう。

《信頼できる情報源の一例》

- ・ 主治医は一番大切な「あなたの情報源」
- ・ 国立がん研究センター「がん情報サービス」
- ・ 佐賀県のがん情報サイト「がんポータルさが」

信頼できる情報を活用し、安心して治療に臨んでください。

コラム

その情報は大丈夫ですか？ 読む前にチェック！

当てはまったら要注意です。



① 情報が古くありませんか？

医療は日進月歩。現時点で最良の内容ではないかもしれません。

② 保険診療で受けられない治療ではありませんか？

一部の民間のクリニックや病院において「自由診療として行われる治療（免疫療法など）」は、効果が証明されておらず、医療として確立されていません。安全に受けられない場合もあります。

③ こんな言葉が入っていませんか？

「必ずよくなる」「〇〇すれば治る」「奇跡の」「特別な」「副作用がない」「どんながんにも効く」「がんが消えた」……これらは宣伝文句として使われることが大半です。

④ 「わたしはこれでがんが治った！」ブログや動画

ある人に効果があった治療法が、そのままあなたのがんにも効くかはわかりません。

出典：「国立がん研究センターがん情報サービス - 情報を集めるときに大切にしたいこと」

Chapter 2

〔第二章〕

最適な治療を選ぶための ポイント

がんの基礎知識・がんの診断と治療について

