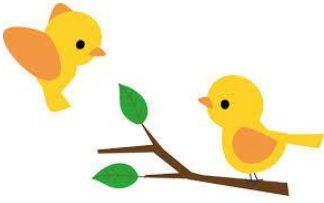




四国がんセンター





私たち医療スタッフは様々な苦痛を緩和し
患者さんとそのご家族が
自分らしく入院生活を送れるようにお手伝いします

この時期は、患者さんのみならずご家族の方も心身共につらさを抱えていると言われます

ご家族の方も体調管理・気分転換など十分にお気をつけください

困ったことやお悩みの事がありましたら、お気軽に医療スタッフにお知らせください

このパンフレットは、患者さんの様子を書きとめておけるように作っています

みんなで使用して、日々の出来事を残しておきましょう

休日・夜間は当直医が対応します
面会時間の制限はありません
ご家族が過ごすための設備があります



緩和ケアを受けられる

_____さまへ

四国がんセンター
緩和ケア内科



Shikoku
Cancer Center

2015年3月23日 作成
2025年5月13日 改訂



今後の生活についてご希望やご意見を伺います

私は入院生活で…

例) 身だしなみに気をつけたい (4/1)
仕事を続けたい (4/1)
自宅で療養する (4/10)

…ということを大切にしています

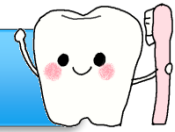
Q. 病状、症状、治療方針についてどのように説明して欲しいですか？

- 具体的にはっきり
- 良くない情報は詳しく知りたくない
- 知りたくない
- 分からない

Q. 今後の療養場所について希望はありますか？

- 自宅で療養したい
- 入院したまま療養したい
- なるべく自宅で過ごし、必要時入院したい
- 分からない

入院中の歯科受診について



四国がんセンターでは、お口のトラブルを予防し、
安心して療養できるよう、
入院中の歯科診察を行っています



口腔内（口の中）はとても細菌の多い場所です
療養中にその細菌が悪影響を及ぼす事があります
肺炎を防ぐには、日頃の口腔ケアを行う事が有効です
口の中をきれいにし細菌をできるだけ減らしておきましょう

口の中にトラブルがある場合は、歯科衛生士が対応します

歯科では、以下の内容に対応します

- レントゲン検査・診察（口腔内の状態を診る）
- 歯ブラシではとれない細菌の除去
- 適切な歯ブラシ方法の指導 等

★続けてのケアが必要な方で、かかりつけ歯科をお持ちの方は、
かかりつけで歯科にご紹介させていただきます
ご相談ください

付き添いをされる方へ

- 家族室の使用について説明します（入院パンフレットを使用）
- 布団のレンタルについて説明します
2階「くろ〜ぱ〜」で貸し出しを行っています
- 付き添いをされる場合には「付添許可申請」をお願いします
*付添許可申請については、本人又は関係者（患者家族等）が、家族付添許可願（別紙）により申し出を行い、主治医の判断を受け、病棟師長、看護部長、病院長の承認を受けなければなりません

別紙		院 長	看護部長	病棟師長		
家 族 付 添 許 可 願						
患 者 氏 名	生 年 月 日	年	月	日 生（ 歳 ）		
付添人氏名	病 棟 及 び 階	病 室 番 号	病 棟 号 室	患 者 と の 続 柄		
付添理由	<input type="checkbox"/> 病状が重篤のため <input type="checkbox"/> 手術後の状態が不安定のため <input type="checkbox"/> 患者の不安が強く、家族による精神的慰安が必要なため <input type="checkbox"/> 高齢等で入院生活の適用が困難なため					
付 添 予 定 期 間	自	平成	年	月	日	
	至	平成	年	月	日	日間
上記理由により患者の付添を許可くださいますようお願いいたします。						
平成 年 月 日						
独立行政法人国立病院機構 四国がんセンター院長 殿						
願出人		住所				
氏名		氏名				
主治医		主治医				
(病棟→看護部長室→医事)						

付添人は、申請時に付添人として許可した者に限るため、付き添う可能性がある人の名前は全て書いてください

1回の申請につき、最長の付添予定期間は、7日間となります。付添予定期間を経過し、延長する場合には、改めて付添許可申請書を申請していただきます
注意：期間は、付き添い当日を含む
例) 1月1日～1月7日の7日間



看護師はこのようなことをお手伝いします

体の清潔を保つために

- ベッドに寝たままでお風呂に入ります
(回/週)

準備していただきたいもの

バスタオル・フェイスタオル 2枚ずつ
ボディタオル 1枚
着替え(寝間着、下着、おむつなど)
*寝間着は、伸縮のある前開きのものが着替えやすい

シャンプー、リンス、ボディソープ、ボディクリーム
※ご希望があれば入浴剤も使用できます

- 浴室で(入浴・シャワー浴)を行います
 安全のため
(付き添いをします・時々お声かけし様子を伺います)
 体調に合わせてお手伝いします

- 体を拭きます
 看護師と一緒に体を拭きましょう
 体調に合わせてお手伝いします

お風呂に入れない日は、ご希望に合わせて身体を拭きます

陰部はお湯で洗います

- 着替えのお手伝い
 ベッド上で、衣類・下着(オムツ)の交換を行います
 体調に合わせてお手伝いします

尿器、おむつ(テープ式おむつ、尿取りパッド)が必要な方は、医療品ショップ【くろ〜ば〜】などで購入ください

- ご家族と一緒に居るときは、ご家族に手伝ってもらってかまいません

食事のとき

食事は、食べられるもの・食べやすいものを食べたいときに、食べられるだけ口にできるように援助します

- 配膳・下膳を行います 好き嫌いやアレルギーがあればお知らせください

- 食べやすいように、テーブルや食器類の調整をします

- お食事を食べる際にお手伝いします

- ご家族と一緒に居るときは、ご家族に手伝ってもらってかまいません

体の調整（床ずれ予防）のために

ベッドの角度調整を行います

体の向きや角度を調整します

定期的に体の下に手を差し込み、圧を逃がします

ご家族と一緒に居るときは、ご家族に手伝ってもらってかまいません

その他



症状について教えてください

症状の感じ方は人によってさまざまです

どんなときにどんな症状があるか教えてください

また、どういった対応をするのがご自分にとって良いか、一緒に相談しながら考えていきましょう

Q. 痛みについて教えてください

どんなときに？どんなふうに？どうなれば良いなと思いますか？

痛みに対して私たちは…

痛いところを（温め・冷やし）痛みを和らげます

痛み止めのお薬を使い、痛みを和らげます
（薬剤名：

痛みがある時は我慢せず看護師にお知らせください

薬の副作用で便秘になることがあります
予防的に緩下剤を飲んでいただきます

Q. 息苦しさについて教えてください

どんなときに？どんなふうに？

息苦しさに対して私たちは…

息苦しさが楽になるように一緒に考えましょう

体の向きを調整し、なるべく楽な姿勢を一緒に探します

（マスク・鼻カニューレ）を使って酸素の吸入をします

お薬を使って楽に息ができるようお手伝いします

Q. 吐き気について教えてください

どんなときに？どんなふうに？

吐き気に対して私たちは…

ご希望に合わせて食事変更の提案をします

吐き気止めのお薬を使います

吐き気があるときはいつでも
看護師にお知らせください

原因にあわせた処置をする
こともあります

Q. 体のしんどさ・夜眠れないことについて教えてください

体のしんどさ・夜眠れないことに対して私たちは…

体が楽になるお薬や、眠くなるお薬を使います

夜眠れないことも身体の不調の原因になります
眠れないときは眠剤を使うこともよい方法です

Q. 他の症状について教えてください

症状に対して私たちは…

患者さんご自身や家族の方にとって「困ったこと」や「お悩みのこと」があれば
看護師にお気軽にお知らせください

月 日 担当看護師： _____



1日のスケジュール・自己チェックの書き方

1日のスケジュールには、入院中のケアの予定やその日にあったこと、感じたことを自由に書き留めてください

自己チェックには、その日の症状の程度を書き留めておきましょう

患者さんだけでなく、ご家族の方も活用してみてください

連絡ノートのように使っていただいてもかまいません

1日のスケジュール 書き方

時間	予定	< 12月16日 >
6:00	起床 検温	
7:30	朝食	みかんひとくち
8:00		
9:00		
10:00	検温	
11:00		おとうさんとおやつ ショートケーキ1くち♪
12:00	昼食	ほしくない↓
13:00		
14:00		お風呂 髪も洗った!
15:00		
16:00		
17:00		
18:00	夕食	
19:00		
20:00		
21:30	消灯	お薬もらった

自己チェック 書き方

症状が“ない”を「0」
“とてもある”を「10」として、
0～10までのあいだで
それぞれの症状の程度を表す数字
を記入してください



症状	月 日	月 日	月
痛み	7		
吐き気	3		
嘔吐	0		
便秘	0		
下痢	2		
食欲	4		
息苦しさ	2		
倦怠感	6		
頭痛			

他に症状があるときは追加



今日の目標

苦痛が和らいでいる
落ち着いた気持ちですごせる
日常生活の注意点を知っている
夜、眠ることができる

時間	予定	出来事や気持ちなど
6:00	起床 検温	
7:30	朝食	
10:00	検温	
12:00	昼食	
18:00	夕食	
21:30	消灯	

症状	
痛み	
吐き気	
嘔吐	
便秘	
下痢	
食欲	
息苦しさ	
倦怠感	

症状について
0～10までの間で
程度を表す数字を
記入してください



症状・苦痛が和らぐよう支援します
床ずれの予防をします





今日の目標

苦痛が和らいでいる
落ち着いた気持ちですごせる
日常生活の注意点を知っている
夜、眠ることができる

時間	予定	出来事や気持ちなど
6:00	起床 検温	
7:30	朝食	
10:00	検温	
12:00	昼食	
18:00	夕食	
21:30	消灯	

症状	
痛み	
吐き気	
嘔吐	
便秘	
下痢	
食欲	
息苦しさ	
倦怠感	

症状について
0～10までの間で
程度を表す数字を
記入してください



症状・苦痛が和らぐよう支援します
床ずれの予防をします





今日の目標

苦痛が和らいでいる
落ち着いた気持ちですごせる
日常生活の注意点を知っている
夜、眠ることができる

時間	予定	出来事や気持ちなど
6:00	起床 検温	
7:30	朝食	
10:00	検温	
12:00	昼食	
18:00	夕食	
21:30	消灯	

症状	
痛み	
吐き気	
嘔吐	
便秘	
下痢	
食欲	
息苦しさ	
倦怠感	

症状について
0～10までの間で
程度を表す数字を
記入してください



症状・苦痛が和らぐよう支援します
床ずれの予防をします





今日の目標

苦痛が和らいでいる
落ち着いた気持ちですごせる
日常生活の注意点を知っている
夜、眠ることができる

時間	予定	出来事や気持ちなど
6:00	起床 検温	
7:30	朝食	
10:00	検温	
12:00	昼食	
18:00	夕食	
21:30	消灯	

症状	
痛み	
吐き気	
嘔吐	
便秘	
下痢	
食欲	
息苦しさ	
倦怠感	

症状について
0～10までの間で
程度を表す数字を
記入してください



症状・苦痛が和らぐよう支援します
床ずれの予防をします





今日の目標

苦痛が和らいでいる
落ち着いた気持ちですごせる
日常生活の注意点を知っている
夜、眠ることができる

時間	予定	出来事や気持ちなど
6:00	起床 検温	
7:30	朝食	
10:00	検温	
12:00	昼食	
18:00	夕食	
21:30	消灯	

症状	
痛み	
吐き気	
嘔吐	
便秘	
下痢	
食欲	
息苦しさ	
倦怠感	

症状について
0～10までの間で
程度を表す数字を
記入してください



症状・苦痛が和らぐよう支援します
床ずれの予防をします





今日の目標

苦痛が和らいでいる
落ち着いた気持ちですごせる
日常生活の注意点を知っている
夜、眠ることができる

時間	予定	出来事や気持ちなど
6:00	起床 検温	
7:30	朝食	
10:00	検温	
12:00	昼食	
18:00	夕食	
21:30	消灯	

症状	
痛み	
吐き気	
嘔吐	
便秘	
下痢	
食欲	
息苦しさ	
倦怠感	

症状について
0～10までの間で
程度を表す数字を
記入してください



症状・苦痛が和らぐよう支援します
床ずれの予防をします





今日の目標

苦痛が和らいでいる
落ち着いた気持ちですごせる
日常生活の注意点を知っている
夜、眠ることができる

時間	予定	出来事や気持ちなど
6:00	起床 検温	
7:30	朝食	
10:00	検温	
12:00	昼食	
18:00	夕食	
21:30	消灯	

症状	
痛み	
吐き気	
嘔吐	
便秘	
下痢	
食欲	
息苦しさ	
倦怠感	

症状について
0～10までの間で
程度を表す数字を
記入してください



症状・苦痛が和らぐよう支援します
床ずれの予防をします





今日の目標

苦痛が和らいでいる
 落ち着いた気持ちですごせる
 日常生活の注意点を知っている
 夜、眠ることができる
 退院後の生活についてイメージできる

時間	予定	出来事や気持ちなど	症状	
6:00	起床 検温		痛み	
7:30	朝食		吐き気	
			嘔吐	
			便秘	
10:00	検温		下痢	
			食欲	
12:00	昼食		息苦しさ	
			倦怠感	
18:00	夕食			
21:30	消灯			

症状について
 0~10までの間で
 程度を表す数字を
 記入してください



症状・苦痛が和らぐよう支援します
 床ずれの予防をします

退院後の生活について不安がないよう支援します





今日の目標

苦痛が和らいでいる
 落ち着いた気持ちで過ごせる
 日常生活の注意点を知っている
 夜、眠ることができる
 退院後の生活についてイメージできる

時間	予定	出来事や気持ちなど	症状	
6:00	起床 検温		痛み	
7:30	朝食		吐き気	
			嘔吐	
			便秘	
10:00	検温		下痢	
			食欲	
12:00	昼食		息苦しさ	
			倦怠感	
18:00	夕食			
21:30	消灯			

症状について
 0~10までの間で
 程度を表す数字を
 記入してください



症状・苦痛が和らぐよう支援します
 床ずれの予防をします

退院後の生活について不安がないよう支援します





今日の目標

苦痛が和らいでいる
 落ち着いた気持ちで過ごせる
 日常生活の注意点を知っている
 夜、眠ることができる
 退院後の生活についてイメージできる

時間	予定	出来事や気持ちなど	症状	
6:00	起床 検温		痛み	
7:30	朝食		吐き気	
			嘔吐	
			便秘	
10:00	検温		下痢	
			食欲	
12:00	昼食		息苦しさ	
			倦怠感	
18:00	夕食			
21:30	消灯			

症状について
 0～10までの間で
 程度を表す数字を
 記入してください



症状・苦痛が和らぐよう支援します
 床ずれの予防をします

退院後の生活について不安がないよう支援します





今日の目標

苦痛が和らいでいる
 落ち着いた気持ちですごせる
 日常生活の注意点を知っている
 夜、眠ることができる
 退院後の生活についてイメージできる

時間	予定	出来事や気持ちなど	症状	
6:00	起床 検温		痛み	
7:30	朝食		吐き気	
			嘔吐	
			便秘	
10:00	検温		下痢	
			食欲	
12:00	昼食		息苦しさ	
			倦怠感	
18:00	夕食			
21:30	消灯			

症状について
 0～10までの間で
 程度を表す数字を
 記入してください



症状・苦痛が和らぐよう支援します
 床ずれの予防をします

退院後の生活について不安がないよう支援します





今日の目標

苦痛が和らいでいる
 落ち着いた気持ちで過ごせる
 日常生活の注意点を知っている
 夜、眠ることができる
 退院後の生活についてイメージできる

時間	予定	出来事や気持ちなど	症状	
6:00	起床 検温		痛み	
7:30	朝食		吐き気	
			嘔吐	
			便秘	
10:00	検温		下痢	
			食欲	
12:00	昼食		息苦しさ	
			倦怠感	
18:00	夕食			
21:30	消灯			

症状について
 0～10までの間で
 程度を表す数字を
 記入してください



症状・苦痛が和らぐよう支援します
 床ずれの予防をします

退院後の生活について不安がないよう支援します





今日の目標

苦痛が和らいでいる
 落ち着いた気持ちですごせる
 日常生活の注意点を知っている
 夜、眠ることができる
 退院後の生活についてイメージできる

時間	予定	出来事や気持ちなど	症状	
6:00	起床 検温		痛み	
7:30	朝食		吐き気	
			嘔吐	
			便秘	
10:00	検温		下痢	
			食欲	
12:00	昼食		息苦しさ	
			倦怠感	
18:00	夕食			
21:30	消灯			

症状について
 0~10までの間で
 程度を表す数字を
 記入してください



症状・苦痛が和らぐよう支援します
 床ずれの予防をします

退院後の生活について不安がないよう支援します





今日の目標

苦痛が和らいでいる
 落ち着いた気持ちですごせる
 日常生活の注意点を知っている
 夜、眠ることができる
 退院後の生活についてイメージできる

時間	予定	出来事や気持ちなど	症状	
6:00	起床 検温		痛み	
7:30	朝食		吐き気	
			嘔吐	
			便秘	
10:00	検温		下痢	
			食欲	
12:00	昼食		息苦しさ	
			倦怠感	
18:00	夕食			
21:30	消灯			

症状について
 0～10までの間で
 程度を表す数字を
 記入してください



症状・苦痛が和らぐよう支援します
 床ずれの予防をします

退院後の生活について不安がないよう支援します





ご心配なことがある場合は、がん相談支援センターにご連絡ください

◆四国がんセンターの連絡先◆

【平日】 8：30～17：15
四国がんセンター がん相談支援センター
(直通番号) 089-999-1114

【平日上記時間外および土・日・祝日】
日直/夜間当直師長
(代表番号) 089-999-1111

翌日以降の外来受診日や検査予約日の変更
【平日】 13：00～17：00
四国がんセンター 予約センター
(直通番号) 089-999-1112



緩和ケアを受けられる方へ