

医療機関、  
地域には多くの  
専門家がいます

# 私たちは皆さんの周りにいます 遠慮なくご相談ください

そのほかにも、  
様々な団体の方が  
お力になります。

.....  
製薬メーカー  
医療機器メーカー  
基礎研究者  
疫学研究者  
NPO/NGO

社会福祉士  
精神保健福祉士  
(MSW)

患者さんやご家族の  
暮らしやお金、気持ち  
のことなど、生活の  
困りごとの問題解決  
のお手伝いをします。

子どもに対する支援者  
(CLS/子ども療養支援士/HPSなど)

治療中の親がいる  
子どもに、または治  
療中の子どもに対し  
て、状況に応じた折  
り合い方、家族間の  
関わり方を一緒に考  
えます。

看護師

治療前から入院、退院  
後まで患者さんだけで  
はなくご家族のことも相  
談に乗ります。お気軽に  
お声がけください。

視能訓練士

視力、視野など「視る」  
機能を検査するスペ  
シャリストです。視え方  
でお困りならご相談下  
さい、クオリティオブビ  
ジョンの改善を私達が  
お手伝いします。

義肢装具士

義肢と装具を制作し適合  
を行います。義肢とは義手  
や義足、装具とはコルセ  
ット、サポーター、インソ  
ールなどを含みます。

患者会・家族会

同じ立場の方々と集い話すこ  
とで、治療や生活についてた  
くさんのヒントを得られます。自  
分だけで抱え込まず、同じ話  
ができる仲間を持つことが心  
の支えになります。また、会に参  
加することで専門家からのア  
ドバイスも受けられます。

理学療法士

立つ、歩くなどの日常  
生活に必要な動作の  
獲得、筋力や体力が  
維持できるように支援  
します。また杖や装具  
なども提案します。

言語聴覚士

コミュニケーション  
や食べる機能を支  
えます。

- 身体機能と高次脳機能障害のこと
- 治療後の就学や就労が不安
- 治療を受ける上での心配
- 日常生活を送る上での必要な動作が困難など

患者さん・ご家族

作業療法士

食事、入浴、趣味、仕事、  
家事・・・そんな日常の活  
動と患者さんをリハビリ  
テーションでつなぎます。  
身体と脳と心と生活の架  
け橋としてオーダーメイドの  
作業療法を提案します。

医師

病気の治療だけでなく、心の問題、仕事の事、生活の事など、心配なことがありましたら遠慮なくご相談ください。多職種で不安が解決できるように努力します。

薬剤師

お薬を効果的かつ安全  
に使用するための調  
節や、副作用に対する  
ケアの支援を行います。

介護支援専門員

介護を必要とする方がそ  
の人らしい生活を送れる  
よう、サポートします。介  
護保険制度についてい  
つでもお尋ねください。

管理栄養士

症状に応じた献立や  
調理法など食事の摂  
り方を食習慣や好み  
に合わせて提案し、  
栄養面から治療をサ  
ポートします。

臨床心理士  
公認心理師

治療に伴う精神症状  
や気持ちのつらさのケ  
ア、認知機能検査や日  
常生活への適応支援  
を行います。

介護福祉士

介助を行いながら、  
介護ニーズのある  
方々の生活に向き  
合い、その方の生き  
方や生活全体を支  
援します。

# 脳腫瘍とうまくつき合うための 8つのポイント

## 1 相談相手を作る

患者さんご家族でも医療スタッフでも困りごととは人それぞれ。こんなことは聞きにくい・・・と思わずに、小さな疑問や困りごとを話して共感して、アドバイスをもらうことで一歩前に進むことがあります。

## 2 趣味はなくさない

趣味を通して得られるものはたくさんあるはず。今まで楽しんできた趣味はぜひ、継続していきましょう。もし、病気の症状で難しいと感じているのなら、身近な医療スタッフに相談してみてください。一緒に考えていきましょう。

## 3 運動、活動は大切

病気だから、治療が大変だからと生活空間が狭くなってしまうと体力が落ちてしまいます。生活リズムを整えることは大切です。上手に活動と休憩のバランスをとりましょう。

## 4 認知機能障害には早めに対応

症状は多様でわかりづらいことがあります。忘れっぽい、集中できない、仕事の効率が落ちたなど様々な症状を呈することがあります。ご本人、あるいは周囲の方が気づいた場合には早めに相談を試みましょう。

## 5 自分にあったリハビリテーションを

リハビリテーションは運動機能、高次脳機能、日常生活動作などそれぞれの症状に応じて個別にプログラムを組むことで、効果的におこなうことができます。専門のリハビリテーションスタッフに相談してみましょう。

## 6 家族との過ごし方

患者さんご家族が、脳腫瘍になったことでの様々な思いを真正面から語り合うことは最初は難しく感じると思います。病気になったことで、患者さんご家族の築き上げてきた関係や絆は変わりません。お互いにとって「あなたがいてくれること」そのものが支えなることがあります。一緒に過ごす中で、少しずつでもお互いの気持ちを正直に出し合うことで、大切にしていることなどを理解し合えるようになることがあります。

## 7 インターネットの情報を探しまわるよりも主治医に聞く

初めから脳腫瘍についてなんでも知っている人はいません。インターネットにはたくさんの情報があり便利なものですが、患者さんの病気について一番知っているのは主治医です。聞きたいことをメモにまとめておいて、理解できるまで質問しましょう。

## 8 患者会・家族会

同じ立場の方々と集い話すことで、治療や生活についてたくさんのヒントを得られます。自分だけで抱え込まず、同じ話ができる仲間を持つことが心の支えになります。また、会に参加することで専門家からのアドバイスも受けられます。

## 脳腫瘍の患者さんご家族のために

脳腫瘍は、めずらしい病気です。そのため、周囲に相談するのが難しいこともあります。私たちも、心配や不安を相談できず悩んでいる患者さんご家族に接してきました。同じように悩んでいる患者さんご家族の役に立ちたいと考えて、このリーフレットを作成しました。私たちTokyo OT Brain Tumor Networkは、作業療法士、理学療法士、看護師からなる私的グループです。

作成:Tokyo OT Brain Tumor Network  
協力:NPO法人脳腫瘍ネットワーク(JBTA)、  
公益財団法人日本対がん協会

