誰でもわかる　がん講座・111　　がん患者の家族

こころの研究をおこなう心理学と、がんの研究をする腫瘍学を組み合わせたサイコオンコロジー（精神腫瘍学）では、がんに罹った患者さんやそのご家族が経験するさまざまな心の反応について明らかにしています。

ここでは、日本サイコオンコロジー学会が紹介している「家族ができる心のメンテナンス３箇条」についてお話しします。

1．患者さんの話に黙って耳を傾ける

患者さんから「つらい」と言われると、つい「そんなこと言わないで頑張ろう」と口を挟みたくなりますが、そうすると患者さんは本当の気持ちを話せなくなります。黙って耳を傾け、何がつらいのか聞き、つらさを共有すると、患者さんの頑張る力を引き出すことに繋がります。

2．病気や死に関する話題について率直に話し合う

患者さんが自分の病気や死に関する心配を口にした時、何が心配なのか、将来どうしていきたいのかなどを率直に話し合ってみてはいかがでしょうか。患者さんの意志を尊重し一緒に考えることが、患者さんの安心感に繋がります。

3．これまで通りに接する

病気をきっかけに特別扱いされることで、患者さんが寂しさを味わうことがあります。現在の身体状況で何ができて何ができないのか確認し、必要な手助けをした上で、これまで通りの対応をすることが患者さんの生きがいに繋がります。

患者さんへの接し方に迷うことがありましたら、参考にしてみてください。

医療サポートセンタ　公認心理師　松田　瑞穂