

# こころのつらさ

- 病気を抱えることは、誰にとっても大きなストレスです。  
多くの方がこころのつらさを経験されます。
- こころの状態を良好に保つことは、病気の治療を円滑にし、  
日々を快適に過ごすためにも、とても大切なことです。



このようなことが続くときにはお気軽にご相談ください。

- ◆眠れない
- ◆やる気がでない
- ◆気持ちが落ち込む
- ◆テレビや新聞などが楽しめない
- ◆集中できない
- ◆不安で仕方がない
- ◆家族のことが心配である など



皆さんのこころのつらさが少しでも和らぐように、私たち緩和ケアチームが支援いたします。

## チームメンバーの役割

患者さん・ご家族が自分たちで取り組める対応に加えて、専門家と一緒に治療に取り組むことがつらさに対して効果的かもしれません。

### □看護師

困ったことがあったらどのようなことでもご相談ください。

お困りごとに応じて他スタッフと連携し対応します。

からだところのメンテナンス方法を生活上の工夫として提供します。

### □精神科医

支援に必要なことを総合的に判断し、お薬を処方したり、看護師や臨床心理士とも協働してお薬以外の治療を提供します。

### □臨床心理士

治療に必要な検査を実施します。医師と協働し、カウンセリングやリラクゼーション法などお薬以外の治療を提供します。

### □薬剤師

治療に必要なお薬の情報を提供します。医師、看護師と協働し、安心してお薬が使えるように、お薬の効果や飲み方を説明いたします。お薬に関する不安や疑問なことがあればお知らせください。

