

令和6年

患者必携 地域療養情報

いばらきの がんサポートブック



は　じ　め　に

いばらきのがんサポートブックは、「がん」と診断されたみなさまやそのご家族の、これからの治療や療養生活に役立つ情報をまとめた冊子です。

「誰に相談したらいいの？」

「どのような治療法があるの？」

「医療費はどのくらいかかるの？」

「仕事は続けられるの？」

「緩和ケアって何？」

など、さまざまな疑問や不安を抱えた時に、必要な情報にたどりつくためのガイドブックです。また、あなたの言葉に耳を傾けてくれるサポーターやがん相談支援センターの相談員とつながることができます。

がんと向き合うみなさまやご家族のお役に立てることを願っています。



〔執筆者〕 茨城県立中央病院 遺伝看護専門看護師
がん薬物療法看護認定看護師 上田 真由美

目 次

I	がんと診断されたら	3
1	がんに関する相談窓口	3
	(1) がん診療連携拠点病院等の情報	3
	(2) がん診療連携拠点病院等の所在地	4
	(3) 「がん相談支援センター」に相談できること	5
	(4) 「がん相談支援センター」のある病院	6
2	治療に関すること	14
	(1) 「がん」とは	14
	(2) 治療法を選択するために	14
	(3) セカンドオピニオンについて	16
	(4) がんゲノム医療について	18
3	緩和ケアに関すること	20
	(1) 緩和ケアとは	20
	(2) アドバンス・ケア・プランニング（人生会議）	22
4	気持ちのつらさに関すること	22
	(1) がんと気持ちの落ち込み（精神科治療）	22
	(2) 気持ちのつらさへの対処	24
II	小児・AYA世代のがんに関すること	26
1	子どものがんに関すること	26
	(1) 子どものがんについて	26
	(2) 小児がんの医療費助成	27
	(3) 子どもの療育相談・教育支援	29
2	AYA世代のがんに関すること	33
	(1) AYA世代のがんについて	33
	(2) がん治療前の妊孕性温存について	34
III	医療費や生活費に関すること	36
1	治療費の負担を軽くする制度	36
	(1) 高額療養費制度	36
	(2) 医療費と介護費の合算	38
	(3) 標準負担額減額認定証	39
	(4) 高額療養費貸付制度	39

(5) 医療福祉費支給制度	40
(6) 一部負担金の減免制度	41
(7) ひとり親家庭の医療費助成	41
(8) 障害者の医療費助成	42
(9) 精神障害者の医療費助成	42
2 生活費を支援する制度	42
(1) 医療費控除制度	42
(2) 生活福祉資金貸付制度	42
(3) 傷病手当	43
(4) 障害年金	44
(5) 身体障害者手帳	44
(6) 失業給付金	45
(7) 生活保護	45
Ⅳ よりよい療養生活を送るために	46
1 がん治療と日常生活の過ごし方	46
(1) がん薬物療法と副作用について	46
(2) 体調管理	49
(3) 食事と栄養	50
(4) 口腔ケア	51
(5) 容姿の変化に関するケア（アピアランスケア）	54
2 在宅療養について	55
(1) 在宅医療	55
(2) 家族への伝え方	62
(3) 育児にがんばる人のサポート（ヤングケアラー）	63
3 治療と仕事の両立について	65
4 病院以外で開催されている患者会・患者サロン	69
Ⅴ 参考資料	76
● 茨城県の取り組み	76
● がん情報収集について	87
● 患者さんの声～「がんサポートブック」を活用してみて～	89