がんの痛みは がまんしない。

「がんの痛み治療」のことがわかる本

監修：宮垣拓也
西陣病院 外科部長

痛いときには「痛い」という。
がんの痛みは、がまんしないで伝えてください。

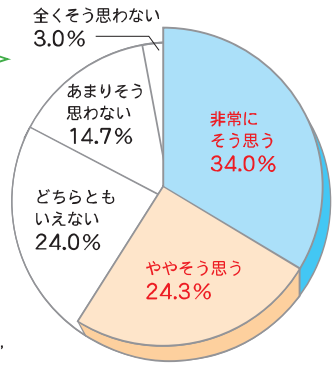
多くの人々が「がんの痛み」をがまんしています。

いま、がんの60%は治る時代といわれています。
にもかかわらず、現在でもがんが怖い病気と思われている
理由の一つが、一日中続く激しい痛みです。
しかし、日本では“がんそのものに対する治療”に比べ、
“がんの痛みに対する治療”はそれほど注目されていませんでした。

がんそのものの治療
（手術・抗がん剤・放射線治療など）

がんの痛みに対する治療
（鎮痛薬の内服など）

Q. 基本的にがんの痛みは
がまんするものだと思いますか？（n=300）



多くの患者さんは、長い間、痛みに対してがまんし、
それが当然と思ってきたのです。
2006年に実施したアンケートでは、
多くの患者さんが「がんの痛み」はがまんするものと
考えていました（右図）。

小川節郎：がん疼痛治療患者調査レポート Vol.1,
p2,日本エル・シー・エー,東京（2005）

いまは、がんの痛みはとることができます。
だから、痛いときには必ず、痛いと伝えてください。

がんの痛み治療では、患者さんにも果たすべき役割があります。
それは、痛みが発生したら遠慮なく医師や看護師、薬剤師に訴え、痛み治療を求めること。
痛みは患者さん本人しか感じられませんし、どんな名医でも
患者さんに伝えてもらわなければ、がんの痛みの強さを正確に把握できません。
だから、痛みが消えるまで医師や看護師、薬剤師にその痛みを伝えてください。

がんの痛みは、がまんしないで、消えるまで伝えてください。

ＷＨＯ（世界保健機関）方式がん疼痛治療法

「がんの痛み治療」がはじまっています。
ＷＨＯ方式がん疼痛治療法

1986年に発表された「ＷＨＯ方式がん疼痛治療法」は、
「がんの痛み治療」として世界中で実践され、
多くのがん患者さんを激痛から解放することに貢献しました。

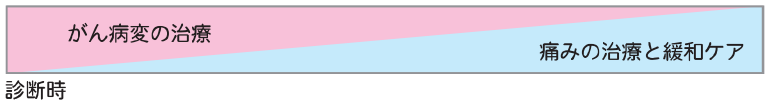
がん患者に対する痛み治療のあり方

●過去の考え方

図1

●現在の考え方

図2



日本緩和医療学会「がん疼痛治療ガイドライン」作成委員会：
Evidence-Based Medicineに則ったがん疼痛治療ガイドライン,pp6-7,真興交易（株）医書出版部,東京（2000）より一部改変

この治療法が提唱される以前の考え方は、がんそのものの
治療が効果をあげなくなった末期に「痛みの治療」を行うもの
でしたが（図1）、ＷＨＯは、がんと診断されたそのときから、
がんそのものの治療と並行して、必要に応じた痛みの治療を行うよう
提唱しています（図2）。

段階的に進める、痛みの治療目標

「WHO方式がん疼痛治療法」で示された治療法の基本は、
モルヒネやオキシコドンなど医療用麻薬の飲み薬を十分量適切に使うこと。
がんの痛み治療は、下記のように段階的な達成を目指して治療を進めていきます。

第一目標
痛みで眠りを
じゃまされない

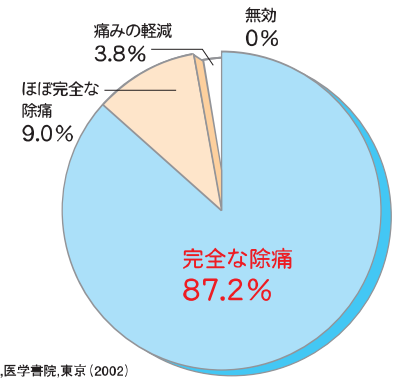
第二目標
安静にしていれば
痛まない

第三目標
体を動かしても
痛みが強くならない

日本緩和医療学会「がん疼痛治療ガイドライン」作成委員会：
Evidence-Based Medicineに則ったがん疼痛治療ガイドライン,p31,真興交易（株）医書出版部,東京（2000）より一部改変

日本でもWHO方式治療法の
有効性が確認されています。

WHO方式がん疼痛治療法により、
がん患者さんの痛みの90%以上
（完全な除痛+ほぼ完全な除痛）
が消え、残りの患者さんの痛みも
軽くできたという結果がでています。



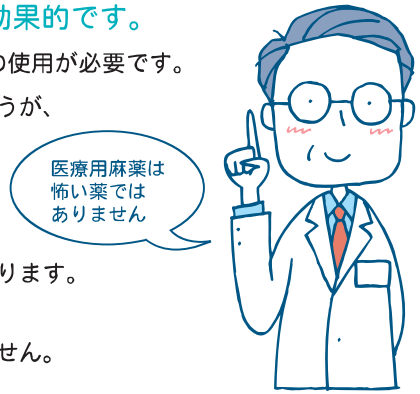
武田文和：がんの痛みを救おう！「WHOがん疼痛救済プログラム」とともに,pp20-21,医学書院,東京（2002）

（n=156）

がんの激しい痛みには
医療用麻薬が使われています。

適切に使用すれば、医療用麻薬は安全で効果的です。

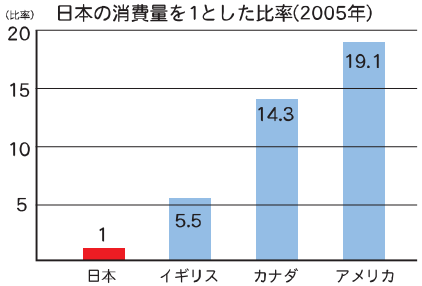
激しい痛みの治療には、効きめが強い医療用麻薬の使用が必要です。
麻薬と聞くと不安に思う方もいらっしゃるでしょうが、
痛みのある人に医師が適切に使用する
医療用麻薬は、安全で効果的です。
アルコールに対して強い人、弱い人がいるように、
鎮痛のための医療用麻薬の十分量にも個人差があります。
たとえ飲む量が増えたとしても、
それによって中毒を起こしたりすることはありません。



がんの痛み治療に関する、わが国の現状

日本の「がんの痛み治療」が
遅れている現状を映す指標として、
先進国の人口あたりの
医療用麻薬消費量の比較があります。
日本の消費量は世界的にみても著しく低く、
アメリカのわずか19分の１程度と
いうのが現状です。

人口100万人あたりの主要医療用麻薬消費量



麻薬消費量:国際麻薬統制委員会（INCB）
人口:総合省統計局「主要国の人口の推移（2006）」より集計

医療用麻薬について、正しい知識を持ちましょう。

中毒になる

死期を早めてしまう

日本で「がんの痛み治療」の
普及が遅れているのは、
医療用麻薬に対する
誤解や偏見があるためでした。

しかし、痛みのある人が適切に使用すれば「中毒になる」
「死期を早めてしまう」ということはありません。
医療用麻薬について正しい知識を持って、
医師の指導のもとで正しく使用しましょう。

※なお、痛みのない人が使用したり、医師の指導と違った方法で使用すると中毒になることがあるので、絶対に他の人にあげたりしないでください。

痛みからの解放がもたらすもの

がんの痛みをとることで、もっとも大切なのは、
患者さんが痛みを忘れて安心して過ごせるということなのです。

たとえ治療中でも、旅行や外出など、
今までどおりの生活をおくる。

前向きに「がんそのものの治療」に
取り組み、見事に病気を克服。

がんの痛みはとることができます。
がんの痛みは医師や看護師、薬剤師に伝えてください。

参考文献
武田文和:がんの痛みからの解放,p22,金原出版,東京（1996）
武田文和:やさしいがんの痛みの自己管理,p12,医薬ジャーナル社,大阪（2007）

「がんの痛み治療」のことがわかる本

がんの痛み治療。
いま、がんと全く無関係な人も、
「痛みを伝える」ことの大切さを理解し、
ぜひ、話し合ってみませんか？

OXC-C-6（A1）
2007年6月作成 DT