

シンポジウム 2（合同）：日本サイコオンコロジー学会

在宅医療におけるがん患者・家族の精神心理的ケア

演題名	在宅医療従事者に向けた“がん患者への認知行動療法”の普及
-----	------------------------------

概要

非精神専門家ががん患者の精神症状に認知行動療法を実施できるようなプログラムの開発と、在宅医療従事者を対象とした普及活動について紹介する。

がん患者の多くは、疼痛、食欲不振、呼吸困難、嘔気・嘔吐、倦怠感など様々な身体症状を抱えている。このような症状は、がんそのものや治療による症状に加えて、抑うつ・不安などの精神症状により修飾され増悪することがある。精神面が影響する症状を有するがん患者は約 2-4 割と報告されている。

がん患者の精神症状への対応には薬物療法と非薬物療法があり、非薬物療法としては認知行動療法の効果が報告されている。認知行動療法とは、認知（考え方のくせ、物事のとらえ方）、行動（活動、振る舞い）に働きかけることで、気分や身体・精神症状を改善する心理療法である。

精神症状への対応に困難を感じる医療者が多いこと、認知行動療法を実施する専門家の関与は限られていることから、非専門家へ認知行動療法の普及が必要である。そこで当院精神腫瘍科では、OPTIM(緩和ケア普及のための地域プロジェクト)の試みの 1 つとして地域の在宅医療従事者を対象とした認知行動療法の体験型講義を行った。次に、Greer (2012) の先行研究をもとにがん患者への認知行動療法プログラムを作成した。その後、患者へ認知行動療法を実施した医療従事者と共に症例検討会を行った。

本シンポジウムでは、がん患者への認知行動療法プログラムの内容、がん医療に携わる医療従事者への認知行動療法の普及について紹介し、認知行動療法を実施する上で、在宅ならではの強みや困難さを挙げ、今後に活かせることを議論していきたい。