Memorial Sloan Kettering Cancer Center

患者様と介護者様のための教育支援

鼻腔および副鼻腔の手術について

このガイドは、MSKでの鼻腔および副鼻腔の手術に向けた準備のために役立てていただくものです。 また、回復期間中にどのようなことが予想されるのかを理解するのにも役立ちます。

手術までの数日間、このガイドを情報源としてご活用ください。 MSKに来院される際は、手術当日を含め、毎回ご持参ください。 患者さんと医療チームは、治療期間中、この資料を参照することになります。

手術について

鼻腔と副鼻腔

鼻腔とは、顔の中央、鼻の上方および後方に位置する、空気で満たされた広い空間のことです。 ここには「鼻孔」と呼ばれる2つの開口部があり、吸い込む空気を温め、湿気を与えます。

鼻腔の内部には、通常「副鼻腔」と呼ばれる4種類の副鼻腔があります（図1を参照）。副鼻腔とは、鼻腔を取り囲む、空気が満たされた空洞の集まりのことです。 これらには以下が含まれます。

- 目の上にある**前頭洞**。
- 目の間にある**篩骨洞**。
- 鼻腔の奥深く、篩骨洞の後ろにある**蝶形骨洞**。
- 鼻の両側にある**上顎洞**。

鼻腔と副鼻腔は、粘液を分泌し、吸い込んだ空気を温める細胞の層で覆われています。また、話すときの声の響きにも影響を与えます。

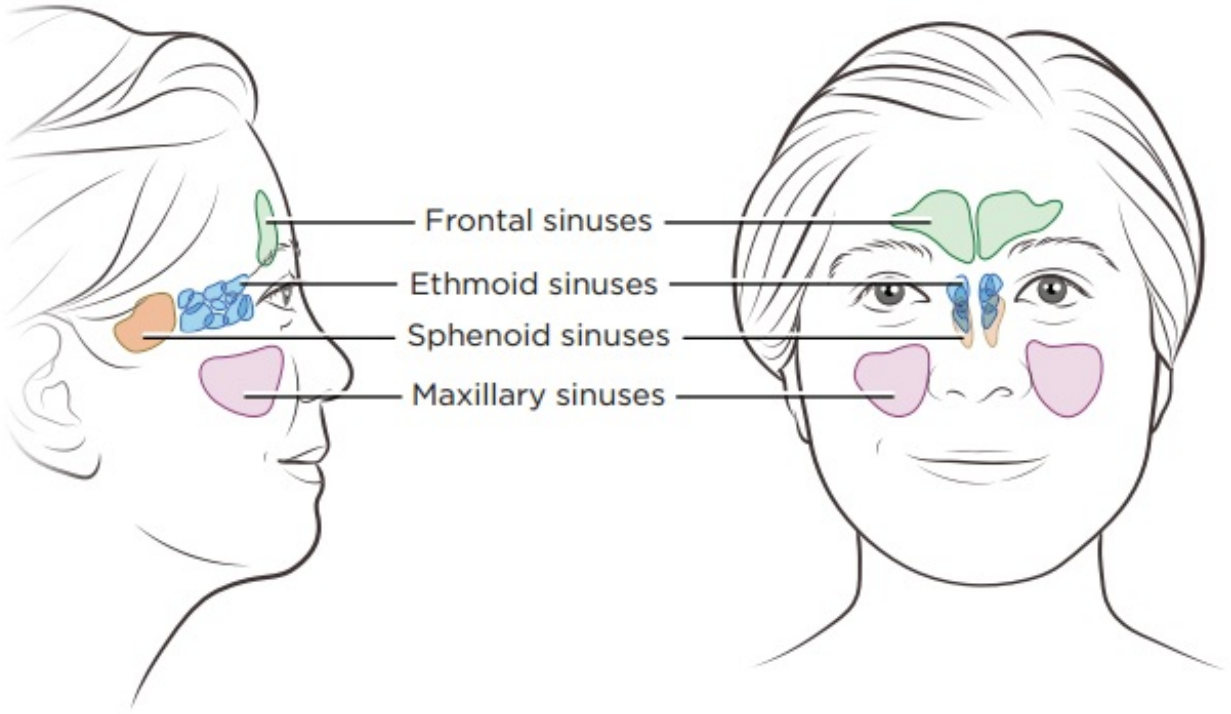


図1 副鼻腔について

鼻腔および副鼻腔の手術

鼻腔および副鼻腔の腫瘍は、通常、手術によって治療されます。 この手術の目的は、腫瘍全体と、その周囲の正常組織を少量切除することです。

鼻腔や副鼻腔は、筋肉、神経、血管、その他の重要な組織が数多く存在する小さな領域です。 手術中にこれらの他の組織のいずれかを切除する必要が生じた場合、外見や基本的な機能に支障をきたす可能性があります。 したがって、手術のもう一つの目的は、術後も見た目が以前と変わらず、呼吸、咀嚼、会話、嚥下を問題なく行えるようにすることです。

手術の前、手術中、そして手術後を通じて、さまざまな医療従事者が連携してケアにあたります。 手術の内容によっては、治療チームには以下のようなメンバーが含まれる場合があります。

- 頭頸部外科医、形成外科医、および神経外科医
- 放射線腫瘍医
- 腫瘍内科医
- 歯科医
- 看護師

- 言語・嚥下療法士
- 臨床栄養士
- ケースマネージャー
- ソーシャルワーカー

担当の医療従事者が、どのような手術を受けるかについて、患者さんと話し合います。手術の種類は、腫瘍の位置、大きさ、および他のどの組織が関与しているかによって決まります。 ここでは、さまざまな種類の手術について解説します。

鼻腔手術の種類

- 鼻腔の腫瘍の中には、**広範囲局所切除術**と呼ばれる手術によって切除できるものもあります。 この手術では、腫瘍とその周囲の正常組織を少量切除します。
- 鼻甲介（鼻の内部の壁にある細長い骨）にできた腫瘍は、**上顎内側部分切除術**と呼ばれる手術によって切除することができます。
- 鼻の外側の組織に及んでいる腫瘍は、鼻の一部または鼻全体を切除することで取り除くことができます。

副鼻腔手術の種類

- 小さくて、悪性ではない（がんではない）腫瘍で、篩骨洞のみに限局しているものは、**外側篩骨洞切除術**と呼ばれる手術によって切除されます。
- 上顎洞に浸潤した腫瘍は、**上顎骨切除術**と呼ばれる手術によって切除することができます。 手術の範囲は、腫瘍の位置や、周辺の組織や構造に浸潤しているかどうかによって決まります。 上顎骨切除術では、以下の組織が一部または全部切除される場合があります。
    - 上顎洞の周囲の骨
    - 硬口蓋（口の中の上部）の骨
    - 口の一方の側の上の歯
    - 眼窩の一部または全体
    - 頬骨の一部
    - 鼻の上の方にある骨の一部

硬口蓋の一部が切除されると、鼻腔と口腔（口）の間に開口部ができることがあります。 歯科外科医は、手術前および手術当日に、印象採取（上顎の型取り）を行います。 手術中、口蓋の開口部を閉じるために、一時的な外科用オブチュレーター（プレート）が挿入されます。 これにより、手術後の会話や食事がしやすくなります。

一時的な外科用オブチュレーターを装着したまま、退院することになります。 手術から約2週間後に、歯科外科医の診察を受け、外科用オブチュレーターを取り外してもらいます。 今回の診察では、歯科外科医が取り外し可能なオブチュレーターを患者さんの口内に装着します。 また、オブチュレーターの洗浄や手入れの方法についても説明してくれます。 歯科外科医による定期的な経過観察の診察を受け、オブチュレーターの状態を確認し、必要に応じてフィット感を調整してもらいます。

- 篩骨洞、前頭洞、または蝶形骨洞にできた腫瘍は、**頭蓋顔面切除術**と呼ばれる手術によって切除されます。 この手術では、顔や頭蓋骨に切開（手術の傷口）を入れ、腫瘍を切除します。 腫瘍を2方向から切開することで、外科医は腫瘍を完全に切除できる可能性が高まります。 また、これにより、脳や神経、その他の主要な組織への損傷の可能性を軽減することにもつながります。 手術チームには、頭頸部外科医、形成外科医、神経外科医が協力して担当します。

内視鏡手術

この手術では、内視鏡（細くてしなやかで、照明付きの管）を鼻から挿入し、鼻腔や副鼻腔まで到達させます。 この手術は、腫瘍が小さく、周囲の組織への浸潤が少ない場合に用いられます。 また、がん以外の副鼻腔疾患の治療にも用いられることがあります。

リンパ節の切除

鼻腔や副鼻腔の腫瘍は、時に首のリンパ節に転移することがあります。 リンパ節は、「頸部郭清術」と呼ばれる手術によって摘出されます。 担当の外科医は、身体検査およびコンピュータ断層撮影（CT）または磁気共鳴画像法（MRI）の検査結果に基づき、頸部郭清術が必要かどうかを判断します。

リンパ節の摘出手術を受けた場合、入院中はドレーンが留置されます。 担当の看護師が、排液量を記録していきます。 24時間あたりの排液量が20～30ミリリットル（約½オンス）未満になったら、ドレーンを抜去します。 これは通常、手術後3～5日後にな

ります。

手術の前

このセクションでは、手術に向けた準備のために役立てていただくものです。 手術の日程が決まったら、これをお読みください。 手術の日が近づいたら、これをご参考にしてください。 準備のために何をすべきかについて、重要な情報が記載されています。

このセクションを読みながら、医療従事者に尋ねたい質問を書き留めておいてください。

手術の準備

患者さんとケアチームが協力して手術の準備を進めていきます。 患者さんの安全を守るため、これらのいずれかに該当する場合は、ご不明な点がある場合など、その旨をお伝えください。

- 私は処方箋薬を服用しています。 処方薬とは、医療機関の処方箋がなければ手に入らない薬のことです。 例としては、以下のようなものがあります。
  - 服用する薬。
  - 注射で服用する薬。
  - 吸い込む（吸入）薬。
  - パッチやクリームで皮膚に貼るあるいは塗る薬。
- 私はパッチやクリームなどの市販薬を使用しています。 市販薬とは、処方箋なしで買える薬のことです。
- 私はハーブ、ビタミン、ミネラル、自然療法や家庭療法などの栄養補助食品を摂っています。
- 私はペースメーカー、自動植込み型除細動器（AICD）、その他の心臓装置を使用しています。

患者さんが服用している薬やサプリメントについて、医療従事者がすべて把握していることを常に確認してください。

服用されている薬やサプリメントによっては、手術前に特別な指示が必要な場合があります。 これらの指示に従わない場合、手術が遅れたり、中止になったりする可能性があります。

- 私は過去に麻酔による問題が発生したことがあります。 麻酔は、手術や施術の際に眠らせる薬です。
- 私はラテックスを含む特定の薬や素材にアレルギーがあります。
- 私は輸血を希望しません。
- 私はマリファナなどの娯楽用薬物を使用しています。

GLP-1ダイエット内服薬

GLP-1薬を服用している場合は、医療従事者にその旨を伝えることが重要です。 手術や処置の前に、食事や飲み物に関する特別な指示に従っていただく必要があるからです。 **これらの指示に従うことは非常に重要です。 これらに従わない場合、手術や処置が遅れるか、または中止になる場合があります。**

- **手術や処置の前日には、透明な液体食を摂取してください。** 固形物は一切食べないでください。 詳細については*Clear Liquid Diet* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/clear-liquid-diet)をお読みください。
- **到着予定時刻の8時間前から何も飲まないでください。** この時間以降は、透明な液体を含め、何も食べたり飲んだりしないでください。 お薬は、少量の水と一緒にお飲みください。

詳細については、*Eating and Drinking Before Your Surgery or Procedure When Taking GLP-1 Medicines* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines)をお読みください。

GLP-1薬の例をいくつか挙げます。 他にもありますので、ケアチームが患者さまが服用している薬をすべて把握していることを確認してください。 場合によっては、糖尿病やその他の病気の管理を助けるために処方されることがあります。 一方で、減量を目的として処方されることもあります。

• セマグルチド（ウェゴビー®、オゼンピック®、ライベルサス®） • デュラグルチド（トゥルーリシティ®）	• ティルゼパチド（ゼプバウンド®、ムンジャロ®） • リラグルチド（サクセンダ®、ビクトーザ®）

飲酒について

ご自身の飲酒量について医療提供者と話し合うことは重要です。 そうすることで、当

院が患者さんのケアを計画するのに役立ちます。

アルコールを定期的に飲まれる方は、手術中や手術後に問題が発生するリスクがあります。 このような問題には、出血、感染症、心臓疾患、入院期間の長期化などがあります。

アルコールを定期的に飲んでいて、急に止めると、発作やせん妄を起こしたり、死に至ったりすることがあります。 このような問題のリスクがあることが分かっていれば、予防のための薬を処方することもできます。

問題を防ぐために、手術前にできることを以下にご紹介します。

- 飲酒量について医療提供者に正直に話しましょう。
- 手術の日程が決まったら、飲酒を控えましょう。 次に当てはまるものがある場合は、すぐに医療従事者に伝えてください。
  - 頭痛がする。
  - 吐き気を感じる（吐きそうになる）。
  - いつもより不安（緊張や心配）を感じる。
  - 眠れない。

これらはアルコール離脱の初期症状で、治療が可能です。

- どうしても飲酒を止められない場合は、そのように医療従事者に伝えてください。
- 飲酒と手術について、担当の医療従事者に質問してください。 患者さんの医療情報は、これまでと同様、すべて非公開です。

喫煙について

タバコを吸ったり、電子タバコを使用したりすると、手術を受けるときに呼吸困難になる可能性があります。 ベイプや電子タバコは電子喫煙装置の一例です。 手術前の数日間だけでも禁煙することで、手術中や術後の呼吸器系のトラブルを防ぐことができます。

タバコを吸われる方には、医療提供者から当院のタバコ治療プログラムが紹介されます。 また、212-610-0507に電話してもお問い合わせすることができます。

睡眠時無呼吸症候群について

睡眠時無呼吸症候群は一般的な呼吸の問題です。 睡眠時無呼吸症候群になると、睡眠中に短時間呼吸が止まります。 最も一般的なものは閉塞性睡眠時無呼吸症候群（OSA）です。 OSAでは、睡眠中に気道が完全にふさがります。

OSAは、手術中および術後に深刻な問題を引き起こす可能性があります。 睡眠時無呼吸症候群をお持ちの方、またはその可能性がある方は、その旨をお知らせください。 CPAP装置などの呼吸補助機器をご使用の場合は、手術当日にご持参ください。

MSK MyChart の利用方法

MSK MyChart（mskmychart.mskcc.org）は、MSKの患者さん向けポータルサイトです。 このアプリを使えば、ケアチームとのメッセージの送受信、検査結果の確認、診察の日時確認などが行えます。 また、介護者の方に独自のアカウントを作成していただくことで、患者さんの介護に関する情報を確認できるようにすることもできます。

MSK MyChartのアカウントをお持ちでない方は、mskmychart.mskcc.orgからご登録いただけます。 また、ケアチームのメンバーに招待状を送ってもらうこともできます。

アカウントに関してご不明な点がございましたら、MSK MyChart ヘルプデスク（電話番号：646-227-2593）までお電話ください。 対応時間は、月曜日から金曜日までの午前9時から午後5時まで（米国東部時間）です。

手術後30日以内

手術前検査（PST）

手術の前にPSTの予約をしていただきます。 予約は、対面での診察またはオンライン診察のいずれかとなります。 担当の外科医のクリニックから、診察の日時と場所が記載されたリマインダーが届きます。 駐車場情報とMSKの全拠点への行き方については、www.msk.org/parkingをご覧ください。

予約日当日は、食事をしたりいつもの薬を服用したりすることができます。

予約の際にこれらのものを持参すると便利です：

- 処方薬、市販薬、パッチ、クリームなど、服用しているすべての薬のリスト。
- 過去1年間にMSK以外で行われた医療検査があれば、その結果。 例えば、心臓負荷検査、心エコー図検査、頸動脈ドップラー検査などの結果。

- 医療従事者の名前と電話番号。

PSTの予約の際には、高度実践医療従事者（APP）と面談します。 彼らはMSKの麻酔科のスタッフと緊密に連携しています。 また、手術や処置の際に麻酔を投与するための特別な訓練を受けた医師たちです。

担当のAPPは患者さんの病歴と手術歴を確認します。 患者さんのケアを計画するために、次のような検査を受けるかもしれません：

- 心電図（EKG）で心臓のリズムをチェックする。
- 胸部レントゲン検査。
- 血液検査。

APPは患者さんに他の医療機関の受診を勧めるかもしれません。 さらに、次のようなことも行います：

- 手術当日の朝、どの薬を服用すべきかについて説明する
- 手術前の飲食について説明する

検査前の注意事項（服薬、食事、飲水に関する指示など）は、MSK MyChartアカウントでご確認いただけます：

1. MSK MyChartアカウントにログインしてください。 ホームページで、「Visits（受診）」を選択してください。
2. 「Past（過去）」または「Past visits（過去の受診）」のセクションに移動し、PSTの予約を見つけてください。 「View After Visit Summary（受診後の概要を表示）」を選択してください。
3. 「After Visit Summary（受診後の要約）」に記載されている「Preprocedure Instructions（処置前の注意事項）」の項目をお読みください。

これらの処置前の指示に従うことは非常に重要です。 これらの指示に従わない場合、手術が延期または中止となる場合があります。

担当の介護者を特定する

介護者は、患者さんの介護において重要な役割を担っています。 手術の前に、患者さ

んと介護者の方は、医療従事者から手術に関する説明を受けます。 手術後、退院の際には、介護者が自宅まで送ります。 また、自宅でのセルフケアについてもサポートしてくれます。

介護者の方へ



がん治療を受けている患者さんの介護には、多くの責任が伴います。 当院では、それらを管理できるよう、リソースやサポートを提供しています。 詳細については、*A Guide for Caregivers* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/guide-caregivers)をご覧ください。

医療委任状の記入

医療委任状をまだ記入していない方は、今すぐご記入されることをお勧めします。 すでに記入されている場合や、その他の事前指示書をお持ちの場合は、次回の診察時にご持参ください。

医療委任状は法的文書です。 もしご自分の意思を伝えることができない場合は、誰がご自身の代弁者になるのかが書かれています。 この人物を医療代理人と言います。

- 医療委任状やその他の事前指示書については、*Advance Care Planning for People With Cancer and Their Loved Ones* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning)をお読みください。
- 医療代理人についての詳細は、*How To Be a Health Care Agent* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent)をお読みください。

医療委任状の記入についてご質問等がある場合は、ケアチームのメンバーにご相談ください。

呼吸や咳の練習をしましょう

手術の前に、深呼吸や咳をする練習をしておきましょう。 ご質問がある場合は、看護師または呼吸療法士にお尋ねください。

体を動かす

体を動かすことは、手術のために体をベストな状態にするのに役立ちます。 体を動かすことで回復も早まり、より楽になるでしょう。

毎日、体を動かすように心がけると良いでしょう。 ウォーキング、水泳、サイクリングなど、心臓の鼓動が速くなるような運動なら何でも構いません。 外が寒いときは、家の中で階段を使ったり、モールやショッピングセンターに行くのもいいでしょう。

健康的な食生活を心がける

手術前には、栄養バランスのとれた健康的な食事を心がけてください。 食事療法で助けが必要な場合は、かかりつけの医療機関に臨床栄養士栄養士との面談についてご相談ください。

手術の7日前

アスピリンの服用については、医療機関の指示に従う

アスピリンは出血を引き起こす可能性があります。 アスピリンやアスピリンを含む薬を服用している場合は、手術の7日前から用量を変更するか、服用を中止する必要がある場合があります。 医療提供者の指示に従いましょう。 **アスピリンの服用を止めるように言われない限り、止めないでください。**

詳細については、*How To Check if a Medicine or Supplement Has Aspirin, Other NSAIDs, Vitamin E, or Fish Oil* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)をお読みください。

ビタミンE、マルチビタミン、ハーブ療法、その他の栄養補助食品の摂取を中止する

ビタミンE、マルチビタミン、ハーブ療法、その他の栄養補助食品は出血の原因になることがあります。 手術の7日前から服用を中止してください。 医療従事者から他の指示があった場合は、それに従ってください。

詳細については、*Herbal Remedies and Cancer Treatment* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment)をお読みください。

手術の2日前

非ステロイド性抗炎症薬（NSAID）の服用を中止する

イブプロフェン（アドビル®、モトリン®）やナプロキセン（アリーブ®）などのNSAIDsは、出血を引き起こす可能性があります。 手術の2日前から服用を中止してください。 医療従事者から他の指示があった場合は、それに従ってください。

詳細については、*How To Check if a Medicine or Supplement Has Aspirin, Other NSAIDs, Vitamin E, or Fish Oil* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)をお読みください。

手術の1日前

手術の時間をご確認ください

手術前日の午後2時以降に、担当スタッフがお電話を差し上げます。 手術が月曜日に予定されている場合は、その前の金曜日にお電話を差し上げます。 午後7時までに連絡がない場合は、212-639-5014までお電話ください。

担当者が、手術のために何時に来院すればよいかを教えてくれます。 また、どこに行けばいいのかも教えてくれます。

駐車場情報とMSKの全拠点への行き方については、www.msk.org/parkingをご覧ください。

シャワー

手術前夜には、石けんと水で体を洗ってください。

食事について

重要：GLP-1薬を服用している場合は、これらの指示に従わないでください。 代わりに、*Eating and Drinking Before Your Surgery or Procedure When Taking GLP-1 Medicines* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines)の指示に従ってください。



手術や処置前の深夜（午前0時）以降は何も食べないでください。 これには、固いキャンディーやガムも含まれます。

食べるのをやめるタイミングについては、医療提供者から別の指示があるかもしれません。 指示があった場合は、その指示に従いましょう。 人によっては、手術や処置の前にもっと長い時間絶食（食事をしないこと）する必要があります。

手術当日の朝
飲み物について

重要：GLP-1薬を服用している場合は、これらの指示に従わないでください。 代わりに、*Eating and Drinking Before Your Surgery or Procedure When Taking GLP-1 Medicines* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines)の指示に従ってください。

深夜（午前0時）から到着時刻の2時間前までは、以下のリストにある水分のみを摂取することができます。 それ以外のものは食べたり飲んだりしないでください。 到着予定時刻の2時間前から何も飲まないでください。

- 水。
- 透明なアップルジュース、透明なグレープジュース、透明なクランベリージュース。
- GatoradeまたはPowerade。
- ブラックコーヒーまたはストレートティー。 砂糖は加えても構いません。 他には何も加えないでください。
    - 牛乳やクリーマーは一切加えないでください。 これには植物性ミルクやクリーマーも含まれます。
    - フレーバーシロップは加えないでください。

糖尿病の方は、飲み物に含まれる砂糖の量にご注意ください。 砂糖不使用、低糖質、砂糖無添加の飲み物を取り入れると、血糖値をコントロールしやすくなります。

手術または処置の前に水分を補給しておくことは有効なので、のどが渇いたら飲んでください。 必要以上に飲まないでください。 手術や処置の間は点滴が行われます。



到着予定時刻の2時間前から何も飲まないでください。 これには水も含まれます。

禁酒のタイミングについては、医療提供者から別の指示があるかもしれません。 指示があった場合は、その指示に従いましょう。

指示通りに薬を服用する

手術当日の朝、どの薬を服用すべきかについては、担当の医療チームから説明があります。 その薬は、水を一口だけ飲んで服用してください。 普段服用している薬によっては、これだけで済む場合もあれば、その一部で済む場合、あるいは全く服用しない場合もあります。

留意事項

- 着心地がよく、ゆったりした衣服を着用しましょう。
- コンタクトをしている方は、代わりにメガネをかけてください。 手術中にコンタクトレンズを装用すると、目を傷つけることがあります。
- 金属製のものは身につけないでください。 ピアスを含むすべての宝飾品は外してください。 手術中に使用する器具が金属に触れると、やけどをすることがあります。
- ローション、クリーム、デオドラント、化粧品、パウダー、香水、コロンなどは一切使用しないでください。
- 貴重品は自宅に置いてきてください。
- 月経（毎月の生理）がある場合は、タンポンではなく生理用ナプキンを使いましょう。 使い捨ての下着に加え、必要に応じてナプキンもご用意いたします。

持参品

- ボタンで留められる上衣、またはゆったりとした上衣。
- お持ちの場合は、睡眠時無呼吸症候群用の呼吸装置（CPAP装置など）。
- 医療委任状や、その他に作成済みの事前指示書がある場合は、それら。
- 携帯電話と充電器。
- ちょっとした買い物に必要なお金だけ（新聞など）。
- お持ちの場合は、私物（眼鏡、補聴器、入れ歯、人工装具、かつら、宗教用品な

ど）を入れるケース。

- 本ガイド。 担当の医療チームは、これを使って、手術後のセルフケアの方法を指導します。

病院に着いたら

氏名のスペルや生年月日を述べるように何度も求められます。 これは患者さんの安全のためです。 同じ名前や似た名前の患者さんが同じ日に手術を受けるかもしれないからです。

手術のために着替える際には、病院用のガウン、ローブ、滑り止め付きの靴下をお渡しします。

看護師と面談する

手術の前に、看護師と面談を行います。 深夜0時（午前0時）以降に服用した薬があれば、その用量と服用時刻を伝えてください。 その際には、処方薬や市販薬、パッチ、クリームなどについても必ず伝えてください。

看護師は、通常、腕か手の静脈に静脈（IV）ラインを留置します。 看護師が点滴の針を刺さない場合は、麻酔科医が手術室で行います。

麻酔科医との面談

また、手術前には麻酔科医との面談を行います。 その詳細は次の通りです。

- 患者さんと一緒に病歴を確認します。
- 過去に麻酔で何か問題があったかどうかが尋ねられます。 これには、吐き気（吐きそうになる感じ）や痛みなどが含まれます。
- 手術中の快適さと安全性について、説明してくれます。
- どのような麻酔を受けるかについて、説明してくれます。
- 麻酔に関するご質問にお答えします。

手術の準備

手術の時間になったら、眼鏡、補聴器、入れ歯、人工装具、かつら、および宗教上の装身具を外してください。

手術室に歩いて入っていただくか、スタッフがストレッチャーでご案内します。 手術

室チームのメンバーが、手術ベッドに移乗するお手伝いをします。 両下腿にコンプレッションブーツを装着します。 コンプレッションブーツは、下腿の血流を助けるためにゆっくりと膨らんだり縮んだりします。

準備が整い、リラックスできたら、麻酔科医が点滴を通じて麻酔薬を投与し、患者さんは眠りにつきます。 また、手術中と手術後は、点滴を通じて水分を補給することになります。

手術中

完全に眠りについた後、呼吸を助けるための管を口から気管に入れます。 また、膀胱から尿を排出するために尿道（フォーリー）カテーテルを留置します。

手術が終了したら、切開部位はステープルまたは縫合糸で縫合されます。 また、切開部にステリストリップス（Steri-Strips™）（薄いサージカルテープ）やダーマボンド®（Dermabond®）（外科用接着剤）が貼られる場合もあります。 切開部位には包帯が巻かれている場合があります。

通常、気管内チューブは手術室にいる間に抜かれます。

手術後

このセクションでは、手術後の経過についてご説明します。 入院中も退院後も、手術後の回復を安全に進める方法について学びます。

このセクションを読みながら、医療従事者に尋ねたい質問を書き留めておいてください。

麻酔後回復室（PACU）にて

手術後、目が覚めたらPACUに移動しています。 看護師が体温、脈拍、血圧、酸素濃度を記録します。 鼻の下にチューブを入れて酸素を吸入するか、マスクで鼻と口を覆います。 両下腿にコンプレッションブーツを履いている場合もあります。

鎮痛剤

PACUにいる間は、点滴で鎮痛剤が投与されます。 自己調節鎮痛法（PCA装置）と呼ばれるボタンで鎮痛薬をコントロールできるようになります。 詳細は、*Patient-Controlled Analgesia (PCA)* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca)をご覧ください。

チューブとドレイン

以下のうち、1つ以上が挿入されます。

- 切開部の近くにあるドレナージチューブ。 これらは、患部から体液を排出させ、傷の治癒を促すのに役立ちます。
- 尿道から膀胱へと挿入されるフォーリーカテーテル。 これにより、膀胱から尿（おしっこ）が排出されます。
- フェイスマスクと加湿器。 これにより、気道の潤いを保つことができます。
- 必要に応じて、経鼻胃管（NGチューブ）を使用する。 これは、鼻から通して胃までつながるチューブです。 これは、栄養を補給するために使われます。 経鼻栄養（NG）チューブが必要な場合は、手術中に患者さんが眠っている間に挿入され、準備が整い次第、抜去されます。
- 鼻に挿入するスプリント（ドイルスプリント）。 これらは、鼻に傷跡が残るのを防ぐのに役立ちます。 プリントは、術後の最初の診察の際に取り外されます。

病室への移動

受けた手術の種類によっては、PACUに数時間、あるいは一晩滞在することになります。 PACUでの滞在の後、スタッフが病室まで案内します。

病室にて

手術後の入院期間は回復具合によって異なります。 医療チームが、何が期待されかについて教えてくれるでしょう。

病室へ案内されると、入院中にお世話を受ける看護師の一人に会います。

入院中は、看護師が手術後の回復期間中にご自身でケアを行う方法を指導します。

病院にいる間、安全を確保し、転倒を防ぐためにできることについては、リソース*Call! Don't Fall!* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/call-dont-fall)をご覧ください。

痛みの管理

手術後は多少の痛みがあります。 最初は、硬膜外カテーテルまたは点滴ラインから鎮痛薬を投与します。 自己調節鎮痛法（PCA装置）を導入して、鎮痛剤をコントロールできるようになります。 食事ができるようになったら、経口鎮痛薬（飲み薬）が処方さ

れます。

担当の医療従事者は、頻繁に痛みの様子を尋ね、必要に応じて薬を処方します。 痛みが和らがない場合は、担当の医療従事者にその旨を伝えてください。 インセンティブ・スパイロメーターを使ったり、動き回ったりできるように、痛みをコントロールすることが大切です。 痛みをコントロールすることで、より順調に回復することができます。

退院前に痛み止めの処方箋がもらえます。 考えられる副作用や、いつから市販の鎮痛薬に切り替えてよいかについては、担当の医療従事者にご相談ください。

体を動かしたり歩いたりする

体を動かしたり歩いたりすることで、血栓や肺炎（肺の感染症）のリスクを抑えることができます。 また、おならが出たり、排便（うんち）ができるようになるのにも役立ちます。 必要に応じて、担当の看護師、理学療法士、または作業療法士が、移動のお手伝いをいたします。

ウォーキングが回復にどのように役立つかについて詳しく知りたい方は、*Frequently Asked Questions About Walking After Your Surgery* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/frequently-asked-questions-about-walking-after-your-surgery)をお読みください。

入院中に安全を確保し、転倒を防ぐためにできることを知りたい方は、*Call! Don't Fall!* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/call-dont-fall)をお読みください。

肺のトレーニング

肺が十分に広がるように、肺のトレーニングを行うことが大切です。 これにより、肺炎の予防に役立ちます。

- 起きている間は、1時間ごとにインセンティブ・スパイロメーターを10回ご使用ください。 詳細については、*How To Use Your Incentive Spirometer* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)をご覧ください。
- 咳や深呼吸の練習をしましょう。 ケアチームの担当者がその方法をご説明します。

飲食

手術後の最初の食事は、透明な液体のみとなります。 その後、徐々にピューレ状の食事へと移行していきます。 食事について質問がある場合は、臨床栄養士にご相談ください。

チューブとドレインのケア

入院中は、スタッフが患者さんのチューブやドレーンの管理を行います。 チューブやドレーンを装着したまま退院する場合は、ご自宅でご自身でケアができるよう、その方法についても指導を受けます。 介護者の方も一緒に学んでおくと、役立つかもしれません。

シャワー

- 切開部の近くにドレーンが入っている場合は、シャワーを浴びても構いませんが、ドレーンを濡らさないようにしてください。 スタッフが助けてくれます。 ドレーンが抜かれてから24時間後には、通常通りシャワーを浴びることができます。
- 切開部の近くにドレーンが入っていない場合は、手術後の最初の48時間はシャワーを浴びないでください。 スポンジで体を拭くことはできます。 スタッフが助けてくれます。

退院に向けた準備

担当の看護師が、ご自宅で引き続きご自身のケアを続けるために必要なセルフケアについて指導いたします。 必要に応じて、口や鼻を洗浄することもあります。 また、開口障害を防ぐためのエクササイズについても学べます。 これは、瘢痕や顎周辺の筋肉の変化によって生じる、顎を開けられなくなる状態があるためです。 詳細については、*Managing Trismus After Treatment for Head and Neck Cancer* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/trismus)のリソースをご覧ください。

入院期間が1週間未満の場合は、傷口にステープルや縫合糸をつけたまま退院することになります。 これらは、術後の経過観察の診察の際に取り外されます。 入院期間が1週間を超える場合は、退院前にステープルや縫合糸の一部またはすべてが抜かれます。

退院

退院の準備が整う頃には、切開した傷口は治り始めています。 退院する前に、担当の医療従事者と一緒に切開部の状態を確認してください。 切開部の様子を把握しておけば、後で何か変化があった場合に気づきやすくなります。

退院当日は、午前11時頃に病院を出るよう予定してください。退院前に、担当の医療従事者が退院指示書と処方箋を作成します。 退院指示書も渡されます。 退院前に、担当の医療従事者の一人が、これらの指示について説明してくれます。

退院の準備が整った時点で、送迎の車がまだ病院に到着していない場合は、「患者待合ラウンジ」でお待ちいただけます。 医療チームの担当者が、詳細についてご説明いたします。

自宅

What You Can Do To Avoid Falling (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling) をお読みいただき、ご自宅やMSKでの受診中に転倒を防ぐためにできることをご確認ください。

「リカバリートラッカー」の記入方法

このトラッカーの目的は、退院後の患者さんのご様子についてお伺いすることです。 皆様へのケアに役立てるため、MSK MyChartアカウントに質問をお送りいたします。 退院後、10日間、毎日お送りいたします。 これらの質問は、「リカバリートラッカー」として知られています。

「リカバリートラッカー」は、毎日深夜0時（午前0時）までにご記入ください。 所要時間はわずか2〜3分です。 これらの質問へのご回答は、当院が患者さんの気持ちや必要なことを理解する上で役立ちます。

ご回答内容に基づき、追加情報についてご連絡させていただく場合がございます。 場合によっては、担当の外科医の診療所に電話していただくようお願いすることがあります。 ご質問がある場合は、いつでも担当の外科医の診療室までお問い合わせください。

詳細については、*Common Questions About MSK's Recovery Tracker* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker)をお読みください。

痛みの管理

痛みや不快感を感じる期間は人それぞれです。 ご自宅に帰宅されてからも痛みが残るかもしれませんし、痛み止めを飲むことになるでしょう。 回復するにつれ、切開部の周囲に6か月以上も痛みやつっぱり感、筋肉痛を感じる患者さんもいます。 だからと

いって、何か問題があるというわけではありません。

ご自宅で痛みを和らげるために、以下のガイドラインに従いましょう。

- 指示に従い、必要に応じて薬を服用しましょう。
- 処方された薬で痛みが和らがない場合は、担当の医療従事者に連絡してください。
- 処方された鎮痛薬を服用中は、車の運転や飲酒をしないでください。 処方される鎮痛薬の中には、眠気（強い眠気）を引き起こすものがあるからです。 アルコールは眠気をさらに強めることがあります。
- 傷口が治るにつれて、痛みは和らぎ、鎮痛剤の必要量も減っていきます。 市販の鎮痛剤は、痛みや不快感を和らげるのに役立ちます。 アセトアミノフェン（Tylenol®）やイブプロフェン（アドビルまたはモトリン）は、市販の鎮痛剤の例です。
    - 処方された鎮痛薬の服用を中止する際は、担当の医療従事者の指示に従ってください。
    - どの薬も、飲みすぎないでください。 ラベルに記載されている指示、または医療従事者からの指示に従ってください。
    - 服用しているすべての薬の添付文書をよくお読みください。 アセトアミノフェンを服用している場合は、これが非常に重要です。 アセトアミノフェンは、多くの市販薬や処方薬に含まれている成分です。 摂取しすぎると、肝臓に悪影響を及ぼす可能性があります。 担当のケアチームに相談せずに、アセトアミノフェンを含む薬を2種類以上服用しないでください。
- 鎮痛薬は、患者さんが普段の生活に戻れるよう手助けしてくれるはずです。 活動や運動を快適にこなせるだけの量を摂取してください。 活動量が増えてくると、痛みが少し強くなるかもしれません。
- 鎮痛剤を服用した日時を記録しておきましょう。 服用後30分から45分経つと、最も効果を発揮します。 痛みを感じた時点で服用する方が、痛みが悪化するのを待つよりも良いです。

便秘の予防と対処法

便秘の予防と対処法について、医療従事者に相談しましょう。 以下のガイドラインに従うこともできます。

- 毎日同じ時間にトイレに行く。 身体はその時間に行くことに慣れていきます。 でも、行かなければと思ったら、先延ばしにしないでください。
- 食後5分から15分後にトイレに行くようにしてください。 朝食の後に、トイレに行くのがちょうどいい時間です。 その時間帯こそ、大腸の反射が最も強くなるからです。
- できるなら、運動をする。 ウォーキングは、便秘の予防と管理に役立つ素晴らしい運動です。
- できるなら、毎日コップ8〜10杯（コップ1杯約230ml、全部で約2リットル）の水分を摂る。 水、ジュース（プルーンジュースなど）、スープ、ミルクセーキを選びましょう。 コーヒーや炭酸飲料など、カフェインを含む水分を制限しましょう。 カフェインは余分な液体を体外に出す作用があります。
- 食事中の食物繊維の摂取量を、1日あたり25〜35グラムになるよう徐々に増やしましょう。 皮をむいていない果物や野菜、全粒穀物、シリアルには食物繊維が含まれています。 人工肛門をお持ちの方、または最近腸の手術を受けた方は、食事内容を変える前に、担当の医療従事者に相談してください。
- 便秘の治療には、市販薬と処方薬のどちらも使用できます。 便秘の薬を服用する前に、必ず医療従事者に相談してください。 人工肛門をお持ちの方や、腸の手術を受けたことがある方にとっては、これは非常に重要なことです。 ラベルに記載されている指示、または医療従事者からの指示に従ってください。 便秘用の市販薬の例としては、次のようなものがあります。

    - ドキュセートナトリウム（Colace®）。 これは、副作用がほとんどない便軟化剤（便を柔らかくする薬）です。 便秘の予防に役立てることができます。 鉱物油と一緒に服用しないでください。
    - ポリエチレングリコール（MiraLAX®）。 これは、副作用がほとんどない下剤（排便を促す薬）です。 8oz（1カップ）の液体と一緒に服用してください。 すでに便秘になっている場合のみ服用してください。
    - センナ（Senokot®）。 これは刺激性下剤であり、腹部のけいれんを引き起こす可能性があります。 就寝前に服用するのが一番です。 すでに便秘になっている場合のみ服用してください。

    これらの薬のいずれかが下痢（便が柔らかくなったり水っぽくなったりすること）を引き起こした場合は、服用を中止してください。 必要なら、最初からやり直して

も構いません。

切開部のケア

退院する前に、担当の医療従事者から、切開部のケア方法について書面による指示が渡されます。

切開部の下の皮膚にしびれを感じることは、ごく普通のことです。 これは、手術中に神経の一部が切断されたために起こります。 しびれは時間の経過とともに消えていきます。

次のような場合は、かかりつけの医療機関に連絡してください。

- 切開部周囲の皮膚がかなり赤くなってきた。
- 切開部周囲の皮膚が赤くなってきた。
- 膿のような（濃く乳白色の）ドレナージが見られる。
- 切開部が臭う。

切開部にステープルや縫合糸が残ったまま退院した場合は、手術後の初診の際に担当の医療従事者がそれらを取り除きます。 ステープルや縫合糸は濡れても大丈夫です。

手術前に首への放射線治療を受けた場合は、手術後2〜3週間後に、担当の医療従事者がステープルや縫合糸を取り除きます。

飲食

自宅で特別な食事制限が必要かどうかは、担当の医療チームから説明があります。 食事について質問がある場合は、臨床栄養士にご相談ください。

副鼻腔手術後の鼻の変化

副鼻腔手術を受けた場合、鼻づまりや鼻水が出ることがあります。 これは時によって変わることもあります。 手術後の診察で、担当の医療従事者がこれらの症状の管理について対応してくれます。

手術後しばらくの間、嗅覚が鈍くなる場合があります。 これは味覚にも影響を及ぼす可能性があります。 回復するにつれて、こうしたことはまた戻ってくるでしょう。

副鼻腔手術後の鼻に関する注意事項

副鼻腔手術を受けた場合は、術後4〜6週間は以下の注意事項に従ってください。

- 鼻の中に何も入れない。
- ストローで飲まない。
- 頭を肩より下に下げない。
- 口を開けてくしゃみをする。
- 口を開けて咳をする。

これが患者さん各自に当てはまるかどうかは、担当の医療従事者から説明があります。

身体活動と運動

退院する時点では、切開部は外見上は治ったように見えますが、内部はまだ治っていません。 手術後の最初の4〜6週間は、以下に従いましょう。

- 10ポンド（約4.5キログラム）を超えるものは持ち上げない。
- 激しい運動（ジョギングやテニスなど）は避ける。
- コンタクトスポーツ（アメリカンフットボールなど）はしない。

ウォーキングや階段の上り下りなどの有酸素運動を行うと、体力がつき、気分も良くなります。 1日に少なくとも2〜3回、20〜30分間歩くようにしましょう。 お近くのショッピングモールやショッピングセンターでは、屋外でも屋内でも歩くことができます。

手術後は、普段より体力が落ちるのはごく普通のことです。 回復にかかる時間は人それぞれです。 毎日、できる限り活動量を増やしましょう。 活動時間と休息時間のバランスを常に保つようにしましょう。 休息は回復にとって重要な要素です。

運転

いつから運転してもよいか、担当の医療従事者に確認してください。 ほとんどの患者さんは、手術後1週間後には再び運転を再開できます。 眠気を引き起こす可能性のある鎮痛薬を服用中は、運転しないでください。

退院後はいつでも同乗者として車に乗ることができます。

仕事への復帰

ご自分の仕事について、担当の医療従事者に相談してください。 仕事の内容を踏まえて、いつから安全に仕事を再開できるかについて、医療従事者から説明があります。 頻繁に動き回ったり、重いものを持ち上げたりする場合は、少し長めに休職する必要があるかもしれません。 デスクワークをしているなら、もっと早く職場復帰できるかもしれません。

旅行

副鼻腔や頭蓋底の手術を受けた場合は、術後6週間は飛行機に乗らないでください。 これが患者さん各自に当てはまるかどうかは、担当の医療従事者から説明があります。

検査結果の受け取り

手術中に摘出された組織は、術後に病理医によって検査されます。 検査結果は通常1週間で出ますが、実施する検査によってはそれ以上かかる場合もあります。 手術後の最初の経過観察の診察の際に、担当の医療従事者が検査結果についてご説明します。

フォローアップの予約

担当の医療従事者が、長期的な経過観察について説明してくれます。 手術後の初診は、退院してから約7〜10日後になります。 今回の受診の際、必要に応じて、看護師が自宅で鼻や副鼻腔のケア方法について説明してくれます。

副鼻腔手術を受けた場合、術後の最初の1か月間は、定期的に医師の診察を受けることになります。 これらは鼻や副鼻腔の詰まりを解消し、回復を促し、快適な状態を保つのに役立ちます。

手術後数か月間は、歯科チームによる定期的な診察を受けることになります。 オブチュレーターをお持ちの場合は、咀嚼、嚥下、発話が円滑に行えるよう、必要に応じて調整が行われます。 必要に応じて、手術前と同じような外見に戻れるよう、顔面補綴物が作製されます。

必要に応じて、言語聴覚センターの言語聴覚士がサポートいたします。 言語聴覚士が扱う対象は以下の通りです。

- 失声
- 嚥下障害
- 言語障害

言語聴覚士が、患者さんの発話能力と嚥下機能を可能な限り回復できるようサポートします。

ご質問やご心配な点がございましたら、退院後いつでも担当の医療機関にご連絡ください。

感情のコントロール

重い病気の手術を受けた後、これまで経験したことのない、不安や動揺を伴う感情を抱くことがあるかもしれません。 多くの人が、これまでに一度は、涙が出そうになったり、悲しくなったり、心配になったり、緊張したり、イライラしたり、怒りを感じたりしたことがあると語っています。 こうした感情の中には、自分ではどうにもできないものもあるかもしれません。 もしそのような状況になったら、心の支えを求めるのが良いでしょう。 かかりつけの医療従事者から、MSKのカウンセリングセンターを紹介してもらうことができます。 また、646-888-0200に電話してお問い合わせすることができます。

対処するための第一歩は、自分の気持ちを話すことです。 家族や友人が助けてくれるでしょう。 医療従事者は、患者さんを安心させ、支え、導いてくれます。 ご自身やご家族、ご友人の心の状態について、ぜひ私共にお知らせください。 患者さんやご家族が利用できる支援資源は数多くあります。 入院中の方でも、ご自宅におられる方でも、当院は、患者さんやご家族、ご友人が病気に伴う心の負担に対処できるよう、サポートいたします。

治療によって、外見が変わる可能性があります。 これは特に心を痛めることになりかねません。 回復の過程において、患者さんやご家族を支援するリソースは数多くあります。 MSKにいる方もいれば、皆さんの地域にいる方もいます。 選択肢については、医師、看護師、またはソーシャルワーカーに相談してください。

「がん治療後の生活支援（RLAC）プログラム」は、治療を終えた方々に対して、支援や教育を提供しています。 提供されているプログラムの詳細については、646-888-8106までお電話いただくか、www.mskcc.org/experience/living-beyond-cancer/services-survivorsをご覧ください。

がんの診断を受けた場合、いつでもうつ病を発症する可能性があります。 症状を認識しておくことが重要です。 この症状の治療や管理のための支援が受けられます。 うつ病の兆候は以下の通りです。

- 普段より長く続く無力感や悲しみ
- 集中できない、あるいは通常の活動を行うことが困難である、あるいはその両方
- 気分の変化
- 睡眠パターンの変化
- 食欲の変化

これらの症状のいずれかが2週間以上続く場合は、担当の医療従事者に相談してください。

医療従事者に連絡すべき場合

次のような場合は、担当の医療従事者に連絡してください。

- 38°C（100.5 °F）以上の熱がある。
- 悪寒がする。
- 呼吸が苦しい。
- 切開部周辺の皮膚が通常より熱い。
- 切開部の周囲の皮膚がますます赤くなってきている。
- 切開部の周囲が腫れ始めている。
- 切開部の周囲の腫れがひどくなっている。
- 切開部から排液や体液が出ている。
- 質問や不明な点がある。

月曜日から金曜日までの午前9時から午後5時まで、かかりつけの医療機関にお問い合わせください。 午後5時以降、週末、および祝日は、212-639-2000に電話し、かかりつけの医療機関の当直担当者に繋いでもらってください。

サポートサービス

このセクションには、サポートサービスの一覧が掲載されています。 これらは、手術前の準備や術後の回復に役立てていただくものです。

このセクションを読みながら、医療従事者に尋ねたい質問を書き留めておいてくださ

い。

MSKサポートサービス

Admitting Office（受付事務室）

212-639-7606
個室のご希望など、入院に関するご質問等がある場合はお電話ください。

Anesthesia

（麻酔）212-639-6840
麻酔についてご質問等がある場合はお電話ください。

献血室

212-639-7643
献血や血小板の提供にご興味のある方は、お電話にてお問い合わせください。

Bobst International Center（ボブスト・インターナショナル・センター）

www.msk.org/international
888-675-7722
世界中から患者さんをお迎えし、さまざまなサポートサービスを提供しています。 海外からの患者さんで、治療の手配についてサポートが必要な場合は、お電話にてご相談ください。

Counseling Center（カウンセリングセンター）

www.msk.org/counseling
646-888-0200
カウンセリングが役に立ったという方々は多いです。 当カウンセリングセンターでは、個人、カップル、家族、およびグループを対象としたカウンセリングを行っています。 当院では、患者さんが不安や憂鬱を感じていたら、薬を処方することもできます。 ケアチームのメンバーに紹介状を依頼するか、上記の電話番号にお電話してご予約ください。

Food Pantry Program（フードパントリー・プログラム）

646-888-8055
がん治療中の困窮している方々に食料を提供しています。 詳細については、ケアチームの担当者にご相談いただくか、上記の電話番号までお電話ください。

Integrative Medicine and Wellness Service（統合医療・ウェルネス・サービス）

www.msk.org/integrativemedicine

統合医療・ウェルネス・サービスでは、従来の医療を補完（併用）するさまざまなサービスを提供しています。 例えば、当施設では、音楽療法、心身療法、ダンス・ムーブメント療法、ヨガ、タッチセラピーなどを提供しています。 これらのサービスのご予約は646-449-1010までお電話ください。

また、統合医療とウェルネス・サービスにおける医療提供者との相談を予約することもできます。 健康的なライフスタイルを築き、副作用を管理するための計画を一緒に考えてくれます。 カウンセリングのご予約は646-608-8550までお電話ください。

MSK Library（MSK図書館）

library.mskcc.org

当図書館のウェブサイトをご覧いただくか、asklibrarian@mskcc.org宛てにメールをお送りいただければ、図書館の参考資料担当スタッフにご相談いただけます。 これらを活用すれば、特定のがんの種類に関する詳細な情報を得ることができます。 また、当図書館の「Patient Education Resource Guide（患者向け教育リソースガイド）」もご覧ください。

Nutrition Services（栄養サービス）

www.msk.org/nutrition

212-639-7312

当院の栄養サービスでは臨床栄養士による栄養に関するカウンセリングを提供しています。 臨床栄養士が、患者様の食習慣についてお話を伺います。 また、治療中や治療後の食事についてもアドバイスしてもらえます。 ケアチームのメンバーに紹介状を依頼するか、上記の電話番号にお電話してご予約ください。

Patient and Caregiver Education（患者と地域のための教育支援）

www.msk.org/pe

当院の患者・地域向け教育ウェブサイトをご覧いただき、教育資料、動画、オンラインプログラムを検索してください。

Patient Billing（患者様への請求）

646-227-3378

保険会社の事前承認についてご質問等がある場合はお電話ください。 これは事前承諾とも呼ばれます。

Patient Representative Office（患者代表事務局）
212-639-7202
医療委任状に関するご質問や、ご自身のケアに関するご質問等がある場合はお電話ください。

Perioperative Nurse Liaison（周術期看護リエゾン）
212-639-5935
手術中にMSKが情報を公開することについてご質問等がある場合はお電話ください。

Private Duty Nurses and Companions（専属看護師・介護スタッフ）
646-357-9272
病院やご自宅でのケアのために、専属の看護師や介護スタッフを手配することができます。 詳細についてはお電話でお問い合わせください。

Rehabilitation Services（リハビリサービス）
www.msk.org/rehabilitation
がんやがん治療によって、体が弱くなったり、硬くなったり、締め付けられるような感覚になることがあります。 リンパ浮腫（むくみ）の原因になるものもあります。 リハビリテーション医（リハビリテーション科医師）、作業療法士（OT）、理学療法士（PT）が普段の生活に戻るためのお手伝いをします。

- **リハビリテーション科医師**は、動きや活動に影響を与える問題を診断・治療します。 MSKまたは自宅から近い場所で、リハビリテーション治療プログラムを設計し、調整することができます。 リハビリテーション療法（リハビリテーション医学）の詳細については、646-888-1929までお電話ください。
- 通常の日常生活に支障がある場合は、OT（作業療法士）がお手伝いします。 例えば、日々の仕事を楽にするためのツールを勧めてくれたりします。 PT（理学療法士）は、筋肉の強度と柔軟性を高めるためのエクササイズを指導してくれます。 リハビリテーション療法の詳細は646-888-1900までお電話ください。

Resources for Life After Cancer (RLAC) Program（がん罹患後の生活のためのリソースプログラム）
646-888-8016
MSKでの治療は積極的な治療の後にも続きます。 RLACプログラムは、治療を終えた患者さんとそのご家族を対象としています。

多くのサービスを提供しているプログラムです。 セミナー、ワークショップ、サポートグループ、治療後の生活に関するカウンセリングなどを行っています。 また、保険や雇用に関する問題にも対応します。

Sexual Health Programs（性の健康プログラム）
がんやがん治療が性の健康や生殖機能に与える影響を管理するのに役立ちます。 MSKの性の健康プログラムは、治療前、治療中、治療後の患者様をサポートします。

- 当院の「Female Sexual Medicine & Women's Health Program（女性の性医学と女性の健康プログラム）」では、早期閉経や不妊症などの性に関する健康上の問題についてサポートいたします。 MSKケアチームのメンバーに紹介状を依頼するか、646-888-5076までお電話ください。
- 当院のMale Sexual & Reproductive Medicine Program（男性の性と生殖医療プログラム）は、勃起障害（ED）などの性に関する健康上の問題についてサポートいたします。 詳細については、ケアチームのメンバーに紹介状を依頼するか、あるいは646-888-6024までお電話ください。

社会福祉事業
www.msk.org/socialwork
212-639-7020
ソーシャルワーカーは、がん患者さんやその家族、友人たちが、がん患者に共通して生じる問題に対処できるよう支援します。 治療期間を通じて、個別カウンセリングやサポートグループを提供しています。 これらは、お子さんやその他のご家族とのコミュニケーションに役立ちます。

また、当団体のソーシャルワーカーは、地域の支援機関やプログラムへの紹介もお手伝いいたします。 請求書の支払いにお困りの場合は、経済的な支援に関する情報も提供いたします。 詳細については、上記の電話番号までお問い合わせください。

精神的なケア
212-639-5982
当施設のチャプレン（スピリチュアルカウンセラー）は、皆様のお話を伺い、ご家族へのサポートを行い、お祈りいたします。 地域の聖職者や宗教団体に連絡を取ったり、あるいは単に安らぎの存在になったり 、精神的な支えとなったりすることもできます。 誰でも精神的なサポートを求めることができます。 特定の宗教に所属している（宗教とのつながりがある）必要はありません。

MSKの宗派を超えた礼拝堂は、メモリアル病院のメインロビーの近くにあります。 1日24時間ご利用いただけます。 緊急の場合は、212-639-2000までお電話ください。 当直のチャプレンをお呼びください。

Tobacco Treatment Program （タバコ治療プログラム）
www.msk.org/tobacco
212-610-0507
禁煙を希望する方には、MSKの専門家がお手伝いします。 詳細についてはお電話でお問い合わせください。

Virtual Programs（仮想プログラム）
www.msk.org/vp
この仮想プログラムでは、患者さんや介護者の方々を対象に、教育やサポートをオンラインで提供しています。 話すだけ、聞くだけのライブセッションです。 がんの診断内容、治療中の注意点、診療の心構えなどを知ることができます。

専門家による個人セッションで、無料です。 仮想プログラムの詳細をご覧になりたい方、またはお申し込みをご希望の方は、当社のウェブサイトをご覧ください。

外部のサポートサービス

Access-A-Ride（アクセス・ア・ライド）
web.mta.info/nyct/paratran/guide.htm
877-337-2017
ニューヨーク市では、MTAが、公共バスや地下鉄を利用できない障がいのある方に向けて、相乗り式のドアツードア配送サービスを提供しています。

Air Charity Network（エア・チャリティ・ネットワーク）
www.aircharitynetwork.org
877-621-7177
治療施設への送迎サービスを提供しています。

米国がん協会（ACS）
www.cancer.org800-ACS-2345
(800-227-2345)
がん治療中に患者や介護者が無料で滞在できる「Hope Lodge」をはじめ、さまざまな情報やサービスを提供しています。

Cancer and Careers（がんとキャリア）
www.cancerandcareers.org
646-929-8032
がんを患っている従業員のための教育、ツール、イベントに関する情報源。

Cancer*Care*（*がん医療*）
www.cancercare.org
800-813-4673
275 Seventh Avenue (West 25th Streetと26th Streetの間)
New York, NY 10001
カウンセリング、サポートグループ、教育ワークショップ、出版物の提供、および経済的支援を行っています。

Cancer Support Community（がんサポート・コミュニティ）
www.cancersupportcommunity.org
がんに罹患した方々への支援や教育活動を行っています。

ケアギバー・アクション・ネットワーク（Caregiver Action Network）
www.caregiveraction.org
800-896-3650
慢性疾患や障がいを持つ大切な人を介護している方々に対し、教育や支援を提供しています。

Corporate Angel Network（コーポレート・エンジェル・ネットワーク）
www.corpangelnetwork.org
866-328-1313
企業所有のジェット機の空席を活用し、全国どこへでも治療を受けるための無料送迎サービスを提供しています。

Good Days（グッド・デイズ）
www.mygooddays.org
877-968-7233
治療中の自己負担分の支払いに充てるための経済的支援を提供します。 患者さんは、医療保険に加入しており、所得基準を満たし、かつ「グッド・デイズ」の処方薬リストに掲載されている医薬品を処方されている必要があります。

HealthWell Foundation（ヘルスウェル財団）
www.healthwellfoundation.org
800-675-8416
特定の医薬品や治療に関する自己負担額、医療保険料、および免責額を賄うための経済的支援を提供します。

Joe's House（ジョーズ・ハウス）
www.joeshouse.org
877-563-7468
がん患者とそのご家族のために、治療施設周辺の宿泊施設の一覧を提供しています。

LGBT Cancer Project（LGBTがんプロジェクト）
www.lgbtcancer.com
LGBTコミュニティに対する支援や権利擁護活動を行っており、オンライン支援グループや、LGBTに配慮した臨床試験のデータベースなどを提供しています。

LIVESTRONG Fertility（LIVESTRONG不妊治療）
www.livestrong.org/fertility
855-744-7777
不妊のリスクを伴う医療治療を受けているがん患者やがんサバイバーに対し、生殖に関する情報や支援を提供しています。

「Look Good Feel Better」プログラム
www.lookgoodfeelbetter.org
800-395-LOOK (800-395-5665)
このプログラムでは、自分の外見に自信を持てるようになるための方法を学べるワークショップを開催しています。 詳細情報やワークショップへの申し込みについては、上記の電話番号までお電話いただくか、プログラムのウェブサイトをご覧ください。

国立がん研究所
www.cancer.gov
800-4-CANCER (800-422-6237)

全米高齢者協議会（NCOA）
www.benefitscheckup.org
高齢者向けの情報やリソースを提供しています。 Medicareの「Extra Help」プログラ

ムをはじめとする処方薬支援プログラムを紹介する無料のオンラインツール「BenefitsCheckUp®」を提供しています。

National LGBT Cancer Network（全米LGBTがんネットワーク）
www.cancer-network.org
LGBTのがんサバイバーやがんリスクのある人々を対象に、教育、研修、および権利擁護活動を行っています。

Needy Meds（ニーディ・メッズ）
www.needymeds.org
ブランド薬およびジェネリック薬の患者支援プログラムを一覧で掲載しています。

NYRx
www.health.ny.gov/health_care/medicaid/program/pharmacy.htm
ニューヨーク州の公共部門の雇用主のもとで勤務する、資格要件を満たす従業員および退職者に対し、処方薬給付を提供しています。

Patient Access Network Foundation（PAN：患者アクセス・ネットワーク財団）
www.panfoundation.org
866-316-7263
保険に加入している患者の自己負担分について、支援を行います。

Patient Advocate Foundation（患者支援財団）
www.patientadvocate.org
800-532-5274
医療サービス、経済的支援、保険に関する支援、雇用維持支援へのアクセスを提供するとともに、全国的な保険加入不足者向けリソースディレクトリへのアクセスも提供しています。

Red Door Community（レッド・ドア・コミュニティ、旧ギルダズ・クラブ）
www.reddoorcommunity.org
212-647-9700
がんを患っている人々が、交流会、ワークショップ、講演会、社交活動などを通じて、社会的・精神的な支えを得られる場所です。

RxHope
www.rxhope.com

877-267-0517
経済的な理由で医薬品の購入が困難な人々に対し、医薬品を入手できるよう支援を行っています。

Triage Cancer（トリアージ・キャンサー）
www.triagecancer.org
がん患者とその介護者向けに、法律、医療、および金融に関する情報やリソースを提供しています。

教育リソース

このセクションでは、本ガイドで言及されている教育リソースを一覧で紹介します。これらは、手術前の準備や術後の回復に役立てていただくものです。

これらのリソースを読みながら、医療従事者に尋ねたい質問を書き留めておきましょう。

- *Common Questions About MSK's Recovery Tracker* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker)
- *Advance Care Planning for People With Cancer and Their Loved Ones* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning)
- *Call! Don't Fall!* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/call-dont-fall)
- *How To Check if a Medicine or Supplement Has Aspirin, Other NSAIDs, Vitamin E, or Fish Oil* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)
- *Herbal Remedies and Cancer Treatment* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment)
- *How To Use Your Incentive Spirometer* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)
- *What You Can Do To Avoid Falling* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling)
- *Managing Trismus After Treatment for Head and Neck Cancer* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/trismus)

ご質問やご不明な点があるときは、医療従事者にお問い合わせください。 ケアチームのメンバーが月曜日から金曜日まで対応します。 午前9時 から 午後5時 これらの診療時間外の場合は、メッセージを残すか、MSKの他の医療機関にご相談ください。 医師か看護師が常時、待機しています。 かかりつけの医療機関への連絡方法がわからない場合は、 212-639-2000にお問い合わせください。

更なる資料については、www.mskcc.org/peにアクセスして、仮想図書館で検索してください。

著作権所有者 Memorial Sloan Kettering Cancer Centerにより、無断転載は禁じられています。