

知っておきたい **世界標準** のがん疼痛治療ガイドライン

WHO方式 がん疼痛治療法

監修

国立がんセンター名誉総長
日本対がん協会会長

垣添 忠生

CONTENTS

痛みでがん患者さんを苦しめないために	3
早期からがん疼痛治療に取り組むことの重要性	4
WHO方式がん疼痛治療法とは？	5
WHOが推奨する鎮痛薬使用法	
by mouth (経口的に)	6
by the clock (時刻を決めて規則正しく)	7
by the ladder (除痛ラダーにそって効力の順に)	8
for the individual (患者ごとの個別的な量で)	9
attention to detail (そのうえで細かい配慮を)	10
【参考】がん疼痛治療に使用可能なオピオイド鎮痛薬一覧	11

痛みでがん患者さんを苦しめないために

国立がんセンター名誉総長
日本対がん協会会長

垣添 忠生

痛みは、人を肉体的に苦しめるもっとも大きな苦痛の一つである。歯が痛いだけで、また腰が痛かったり、お腹が痛かったりするだけで、人は苦痛と不安を味わい、暗い気持ちとなる。これは、どなたでも容易に思い浮かべられることだろう。

まして、がんという病気にかかり、その病状をよく理解している患者さんが、がんの痛みでも苦しむとなると、事態は誠に悲惨であり深刻である。がんの患者さん、特に終末期に近づいた患者さんは、痛みや呼吸困難、倦怠感といった身体的苦痛、自らの生に限りがあることからもたらされる精神的苦痛、そして経済的な問題、家族や友人との関係など様々な社会的苦痛を背負うこととなる。そんな中で、苦痛が適確にとり除かれると、患者さんは、その瞬間から、その日一日を、豊かに暮らすことができる。僅かでも希望が持てなければ、患者さんを含め、人は生きることが難しい。中でも、有効な手段があるのに、それを享受できないままがん患者さんが痛みの中に放置されるとしたら、そのこと自体、誠に非人間的な話であり、そして人間の尊厳を踏みにじる事態といえる。

数ヶ月前、地方の病院の緩和ケア病棟に入院した膵がんの知人を見舞ったことがある。残念ながら私のことを認識していただくことはできなかったが、担当医の適確な処方のお陰で、膵がんの激痛が見事にコントロールされており、穏やかな微笑みを浮かべて、緩和ケア病棟のロビーで車イスに座っておられた姿が鮮明に思い出される。晴天の朝の光を斜めに受けながら、静かに座っているだけの一人の人間の周囲に、穏やかだが厳粛な空気が漂っていた。その知人は、その後数日で亡くなった。

日本における緩和医療の立ち後れが指摘される

ようになってから久しいが、多くのがん治療医はそれを深刻な問題として受け止めていなかった。しかし、「がん対策基本法」の施行に伴い、状況は劇的に変化しようとしている。極論すると、すべての医療者が緩和医療と真剣に向き合わなければならなくなったのである。

中でも痛みの治療は最優先で取り組むべき課題である。もっとも、どうすればよいかと悩む必要はない。WHO方式がん疼痛治療法という素晴らしいガイドラインがすでに目の前にあるのだから。まず、WHOのガイドラインにそって痛みの治療を始めてみる。すべてはそこから始まる。ガイドラインは基本的な治療の枠組みを紹介しているので、実際に治療を始めると、解決すべき多くの問題が出てくるであろう。そして、がんの痛み治療はテーラーメイド治療であることを実感されるであろう。がんを病む人間は一人ひとり誠に多様なのである。そこでまた、ガイドラインに戻ることで、次の治療戦略が見えてくる。ぜひ理解しておいていただきたいのは、がんの痛み治療はできるだけシンプルに行うべきであり、それが治療を成功に導くということである。

ガイドラインにおける治療薬の主役は経口オピオイド鎮痛薬であるが、薬理学的な特性を理解すれば、オピオイドは決して使い方の難しい薬剤ではない。オピオイドに対する理解不足から、適切な投与量が決められなかったり、意味のないオピオイドローテーションを行ったりすることがないよう、十分な知識を習得する必要がある。

担当医の知識と行動が、たとえ限られた日々であっても、がん患者さんの残された人生をどれほど豊かにするものか、是非、想いをいたしていただければ幸いである。

早期からがん疼痛治療に取り組むことの重要性

- 2007年4月1日、「がん対策基本法」が施行された。
- 「がん対策基本法」においては、取り組むべき基本的施策のひとつとして、がん医療の均てん化の促進があげられている。すべてのがん患者がどこに住んでいても等しく高水準の医療を享受できる環境を整備する「がん医療の均てん化」を促進するためには、がん患者の療養生活の質の維持向上をめざした早期からの緩和ケアの実践が重要であることも明文化されている。
- 2007年6月15日、「がん対策基本法」で提示された基本的施策を遂行するための具体的な指針を示した「がん対策推進基本計画」の概要が厚生労働省から公示された。
- 「がん対策推進基本計画」の中でも早期から緩和ケアを導入することの重要性が強調されており、痛みの治療を含めた緩和ケアはがん治療と同時並行的に行うべきであるという考え方が示されている。

「がん対策推進基本計画」が推奨するこれからの緩和ケアのあり方



(WHO 1990)

「がん対策基本法」の施行と、それに基づく「がん対策推進基本計画」の策定によって、痛みの治療を含めた早期からの緩和ケアの重要性が広く告知され、すべてのがん治療医が緩和ケアに関する知識と技能を習得しなければならない時代が到来している。緩和ケアとは、精神的、心理社会的、社会的な側面も含めたがん患者の様々な症状を包括的に緩和してい

く医療であるが、QOLと直結する身体的な症状緩和は特に重要である。中でも痛みは、進行がん患者の2/3以上が経験する症状であり、病期とは関係なく、積極的な治療が必要である。がんの痛みの治療=終末期医療という誤った考え方は早急に是正していかなければならない。

痛みを緩和する方法については、臨床的なエビデンスに支えられた診療ガイドラインがすでに存在している。それが、「WHO方式がん疼痛治療法」である。

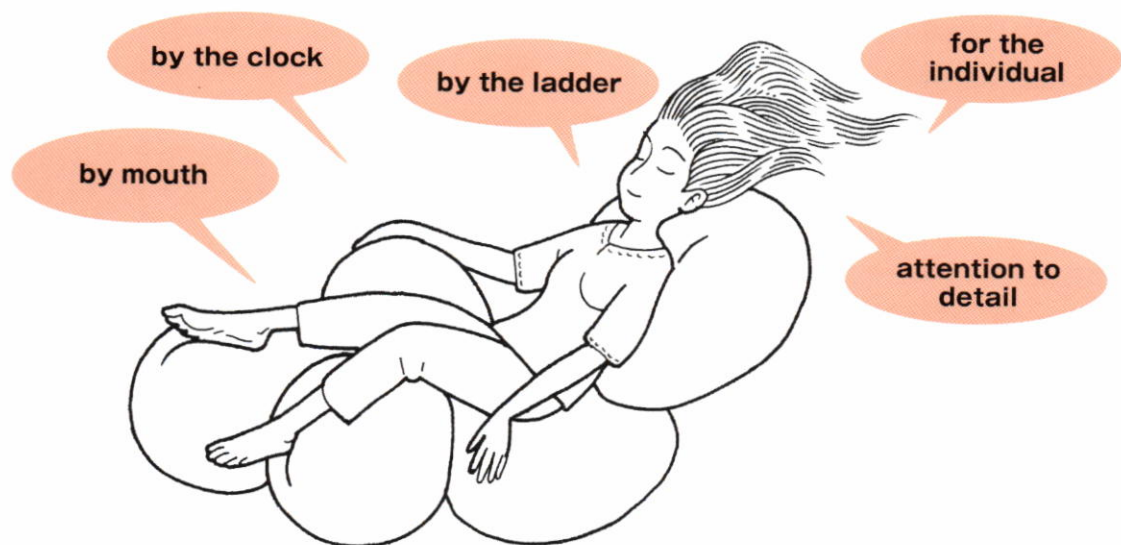
WHO方式がん疼痛治療法とは？

1980年代初頭、WHO（世界保健機関）は疼痛治療をリードする世界の専門医を召集して、がん疼痛治療のガイドライン策定に着手した。そして誕生したのが、「がんの痛みからの解放（Cancer Pain Relief）」と銘打たれたガイドラインである。経口のオピオイド鎮痛薬を治療薬の中心に据えて、簡便で効果的ながんの痛み治療法を紹介したWHOのガイドラインは世界中に大きな反響を巻き起こし、その有効性は広く認知されていった。WHOが推奨する治療法は「WHO方式がん疼痛治療法」と呼ばれるようになり、現在ではがん疼痛治療における世界標準としての評

価が確立している。1990年代以降のがん疼痛治療に関するすべての臨床研究は、このWHOのガイドラインを基本としていると言っても過言ではない。

WHOのガイドラインにそった治療法を行うことで90%近いがん患者を痛みから解放できることが、すでに多くの臨床試験によって実証されている。

WHO方式がん疼痛治療法の最大の特徴は、経口のオピオイド鎮痛薬を用いて確実に痛みをとるための方法を、非常にわかりやすい5項目のポイントに集約している点にある。



WHOが推奨する鎮痛薬使用法

■ 経口的に (by mouth)

鎮痛薬はできる限り経口投与とすべきである。

■ 時刻を決めて規則正しく (by the clock)

24時間痛みの起こらない量の鎮痛薬を、時刻を決めた一定の時間間隔で規則正しく投与する。

■ 除痛ラダーにそって効力の順に (by the ladder)

痛みの強さと性質に応じて最も適切な鎮痛薬を選択する。

■ 患者ごとの個別的な量で (for the individual)

オピオイド鎮痛薬を使用する際には、痛みのとれる至適投与量を患者ごとに設定する。

■ そのうえで細かい配慮を (attention to detail)

効果と副作用のバランスを取りながら効果的に鎮痛薬を使用する。