

✿ 将来への不安について

更新・確認日：2014年04月22日 [[履歴](#)]

履歴

2014年04月22日 掲載

[閉じる](#)

[治療の概要を知っておきましょう](#) [健康管理について](#) [まわりの人に説明できるように](#) [自分らしく生きるということ](#) [医療の進歩](#)

医学の進歩に伴って、小児がんの治癒率は飛躍的に向上してきました。現在、20歳代人の約700人に1人が小児がん経験者であるといわれています。

治癒率の変化は最近50年ほどのことであるため、小児がん経験者の成長過程での状況や、生活習慣病を発症する年齢になった時点での治療によるリスクなどについては、まだデータが蓄積されている途中です。

✿ 治療の概要を知っておきましょう

小児がんを経験された方は、治療が終わった後も必ず定期健診を受けてください（[長期フォローアップと晩期合併症](#)）。治療後にあらわれる合併症に対しても、早期発見、早期治療が大切です。

また、自分がいつ頃どんな治療を受けたか、具体的な情報を知っておきましょう。歯科や内科など、ほかの科で治療を受けるときにも、小児がん治療を経験していることを担当医に話し、必要に応じてデータを提出できるようにしておきましょう。

✿ 健康管理について

体質や治療の内容によって異なりますが、さまざまな病気へのリスクが高いことを想定して、普段から健康管理に気を配るようにしましょう。

喫煙は避け、お酒も適度に楽しむ程度にし、バランスのよい食事を心がけましょう。また、体を清潔に保ち、できるだけ風邪などひいて体調を崩さないようにしましょう。

✿ まわりの人に説明できるように

自分が経験した小児がんについて、まわりの人に話したいと思う人もいれば、普段は話したくないと思う人もいます。

その一方で、小児がんにかかわらず学校や就職先や公的機関などで、まわりの人や担当者に対して、自分の置かれている状況や経験したことを、きちんと説明した方がよいという場面は、どんな人にも訪れます。

人は自分以外の人の言動について、原因がわからないことには不安を持ちますが、原因がわかれば、その経験を分かち合いたいと自然に思うものです。最善の方法を選択するために、説明をすることが大切になるケースがあります。病気の経験や今の状況について、必要に応じた正しい説明ができるように、普段から準備しておきましょう。

✿ 自分らしく生きるということ

社会的な自立は、その人の状況や置かれている環境によって変化します。親にとって、子どもが本当に好きなことを見つけ、それを少しずつ積み重ねているのを見るのは幸せなことです。病気を経験したことで、親やまわりの人に気を使い過ぎることのないよう、『自分らしい自立』を焦らずじっくり考えましょう。小児がんを経験した人同士が出会える場に参加し、ほかの人の経験談を聞いたり、家族以外に相談できる窓口を知っておくことが役に立つ場合もあります。進路や経済的なことで困ったときには、公的機関の支援制度や社会資源を利用しましょう。支援制度や社会資源は、そのためにさまざまな人が考えて用意したものです。住所地の市区町村の福祉課や福祉事務所の窓口へご相談ください。ケースワーカーなどが1人1人に対応します。支援団体でも相談に

応じているところがあります。

医療の進歩

医療はこれまでずっと進歩してきました。以前には考えられなかった治療が、現在、可能になっていることもあります。再発や晩期合併症、二次がんについても、治療の方法や効果は日々変化しています。不安なことがある場合には、治療時の経験だけで判断せず、担当医に相談しましょう。

[🏠 子どものケア へ戻る](#)

関連情報

[がん情報サービス](#) [生活・療養](#) [ganjoho.jp](#)

よりよい情報提供を行うために、アンケートへの協力をお願いいたします。

[📄 アンケートページへ](#)

© 2018 国立研究開発法人国立がん研究センターがん対策情報センター