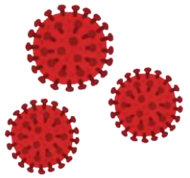

# 新型コロナに負けないがん治療

## その5　がん情報を探す時のポイント

雪の聖母会 聖マリア病院
患者支援部/がん相談支援センター
2020/06/01

# 医療情報は山のようにありますが・・・

- がんに関する情報も新型コロナウィルスに関する情報も世の中にはあふれかえっています。
- 医療に関する情報は大切なものですが、多すぎる情報はかえって混乱のもとになることがあります。
- ここでは、がん情報を探すポイントと信頼できる新型コロナ関連情報サイトをご紹介します。

# 目次


- がん情報を探すときの5つのポイント
- がん情報を見極める時の３つのポイント
- がん情報収集のための参考サイト
- 新型コロナウイルス関連情報(厚生労働省ホームページ)

# ● がん情報を探すときの5つのポイント

## □ 今、必要な情報は何か、考える

状況によって、必要となる情報はさまざまです。あなたにとって、いま必要な情報は何か、考えてみましょう。メモに書き出すことで、頭の中を整理し、人に伝えることのきっかけとなり、情報のありかを探すことにつながるかもしれません。

## □ インターネットを活用する

インターネットを活用すると、たくさんの情報を簡単に入手できます。自分で使えなければ家族など周囲の人に調べてもらいましょう。

## □ がん相談支援センターを利用する

情報の探し方がわからないときには、がん診療連携拠点病院のがん相談支援センターを利用してみましょう。相談員と話すうちに、問題が整理できることもあります。

## □ 信頼できる情報か、考える

情報の正しさと、その情報が自分に当てはまるかどうかを判断するときには、情報の信頼性が大切です。複数の情報を照らし合わせ、担当医に確認して判断しましょう。健康食品やサプリメントなどの補完代替療法のうち、がんへの効果が証明されたものはありません。中には有害なものもありますので、注意しましょう。

## □ 行動する前に、周囲の意見を聞く

状況によって、必要となる情報はさまざまです。あなたにとって、いま必要な情報は何か、考えてみましょう。メモに書き出すことで、頭の中を整理し、人に伝えることのきっかけとなり、情報のありかを探すことにつながるかもしれません。

▲出典：国立がん研究センターがん情報サービス
https://ganjoho.jp/public/support/moshimogan/moshimogan03.html

# ● がん情報を見極める時の３つのポイント

健康や医療に関する情報は、自分の健康、そして命に関わるものです。がんに対する情報を見聞きしたときには、次のことを疑ってから、「自分にとって正しい情報」であるかどうかを判断しましょう。

◀出典：国立がん研究センターがん情報サービス
https://ganjoho.jp/public/support/moshimogan/moshimogan03.html

## □ いつの情報か

医療に関する情報は研究が進められるにつれて進歩しています。これまで信じられていた情報が、研究が進んだことで、間違っていたことが明らかになることもあります。 古い情報や、いつのものであるかが不明な情報は、そのまま信じない方がよいでしょう。

## □ だれが発信しているか

薬や食品などの企業による販売目的の広告ではないか確認しましょう。効果が確認されていない治療法や食品などの宣伝を目的としている場合には、信頼できる情報とは言えません。また、著名な先生であったとしても、その先生個人の意見の場合には、必ずしも科学的に正しいとは言えない場合があります。

## □ 何を根拠にしているか

ある物質が多くの人のがんに有効であると科学的に確認されるためには、試験管での実験から始まって、動物、少数の人、何十人、何百人、場合によっては何万人の人を対象とした何段階にも及ぶ研究が必要です。ネズミで効果があったという研究結果があっても、人での効果がきちんと確認されていない場合はまだ信頼できる情報ではありません。

正しい情報かどうか、以上のような3つのポイントでも判断がつかない場合は、信頼できる情報源を参考に信頼できる医療従事者に相談しましょう。

# ● がんに関する情報サイト

**国立がん研究センター がん情報サービス**
https://ganjoho.jp

治療・予防・病院探しなど
**がんのことなら がん情報サービス**

**ganjoho.jp**

「がん情報サービス」は、国立がん研究センターがん対策情報センターががんの情報を発信しているウェブサイトです。患者さんやご家族の方をはじめ、一般の方や医療専門家に対して、がんについて信頼できる最新の正しい情報をわかりやすく紹介しています。ぜひご活用ください。

■ ウェブサイト「がん情報サービス」
**https://ganjoho.jp**
がん情報 検索

■ お電話でも相談できます
がん情報サービス サポートセンター
**0570-02-3410**（ナビダイヤル）
**03-6706-7797**

- 受付時間：平日 10 時 ～ 15 時（土日祝日、年末年始を除く）
- 相談は無料ですが、通信料金はご利用される方のご負担となります。

**① それぞれのがんの解説**
がんが疑われたときから治療後の生活に至るまで、症状・診断・治療などその時点で必要と思われる情報を図解入りで解説しています。

**② 診断・治療**
がんとは何か、がんの検査や治療、臨床試験などについて紹介しています。

**③ 生活・療養**
治療中のケア、治療費や生活費の支援制度、がんと仕事のQ&Aなど、日常生活の助けとなる情報を紹介しています。

**④ 予防・検診**
科学的根拠に基づいたがんの原因や予防について、また、がん検診の必要性と有用性について詳しく説明しています。

**⑤ 資料室**
がん対策情報センターが作成したがんに関する書籍・冊子・ちらしなどのPDFを掲載しています（ダウンロードできます）。

**⑥ がんの相談**
「がん相談支援センター」の利用方法などを紹介しています。がんに関する情報を知りたいとき、相談したいとき、どなたでも無料で利用できる窓口です。

**⑦ がんに関する用語集**
がんの治療などに使用される用語をわかりやすく解説しています。

**⑧ がん登録・統計**
がん登録の仕組みや必要性の解説の他、がん関連の統計分析データを提供しています。

**⑨ 病院を探す**
国の指定を受けたがん診療連携拠点病院や、緩和ケア病棟などを検索できます。

**⑩ 療養生活に役立つ患者必携**
がんの療養生活で起こる不安や悩みについて、患者さんやそのご家族、医療関係者などの声を集め、さまざまな対応策を紹介しています。

**⑪ がんと共に働く**
「働きながら治療をする」その実現に向けて、患者・家族・企業は何をすべきか。
日経ビジネスオンラインSPECIAL（日経BP社）に連載されたものを、一部修正して掲載しています。

**⑫ 小児がん情報サービス**
医学の進歩とともに変化していく小児がんの治療方法をはじめ、生活や学校の支援と制度、心のケアなどについてわかりやすく紹介しています。

**⑬ 医療関係者向けサイト**
科学的根拠に基づいた各種がんの診療ガイドラインや規約など最新のがん治療の情報の他に、医療者向け研修制度や、がん診療連携拠点病院向けの情報を掲載しています。

届けられる贈る 届けられる支える がん情報ギフト
国立がん研究センターは、皆さまからのご寄付で全国の読者様に情報できるがんの冊子をお届けするキャンペーンを行っています。ぜひご協力ください。

発行：国立がん研究センターがん対策情報センター　2018年11月
国立がん研究センターがん情報サービス ganjoho.jp

＊出典：国立がん研究センターがん情報サービス

＊新型コロナウイルスに関する情報リンク集などの掲載もあり(外部リンク)

＊出典：国立がん研究センターがん情報サービス

# 新型コロナウイルス関連情報

- **厚生労働省ホームページ**
  https://www.mhlw.go.jp/

▼

- **新型コロナウイルス感染症について**
  https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html

▼

- **リーフレット(令和2年5月27日時点)**
  **「生活を支えるための支援のご案内」**
  https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000622924.pdf

- **特設ホームページ(令和2年5月28日時点)**
  **生活福祉資金の特例貸付・住居確保給付金**
  https://corona-support.mhlw.go.jp/

＊ リンク先は厚生労働省ホームページです。リーフレットや特設ホームページは内容等更新となる可能性がございます。最新情報に関しましては、「厚生労働省ホームページ」（**https://www.mhlw.go.jp/**）よりご確認ください。

厚生労働省ホームページやお住まいの地域の県や市町村ホームページ・広報誌に給付事業や各種相談窓口についての情報が掲載されていることがあります。

厚生労働省
ホームページ

お住まいの地域の
県や市町村ホーム
ページ

お住まいの地域の
県や市町村広報誌など