

認定特定非営利活動法人  
**モルヒネ友の会**



MORPHINE'-TOMONOKAI

(ASSOCIATION OF THE PATIENTS CONTROLLING NON-CANCER PAIN WITH MORPHINE)

**がんでない痛みをモルヒネでコントロールしている患者の会**

2021年6月、山形放送 (YBC) と 山形新聞 が

「モルヒネ友の会」を紹介

モルヒネ友の会理事長 加藤佳子

猛暑が続いています。新型コロナウイルスの感染拡大が収束する気配もない中で、オリンピックが無観客で開催されました。皆様はいかがお過ごしですか？

今年は「モルヒネ友の会」と「モルヒネ治療」がメディアで取り上げられる年になったようです。きっかけは2月、山形放送 (YBC) の沼尾薫氏から事務局に“医療用麻薬への理解を深めたい”と取材依頼がありました。そして三友堂病院で隔週火曜日に開催されている「痛み教室」をはじめモルヒネ友の会の「痛みの情報交換会」や「医療講演会」に参加し、モルヒネ治療体験者への直接取材もありました。そして6月21日 (月)、山形放送 “YBC news every” で「モルヒネの偏見をなくす取り組み」と題して約10分間、テレビ放映されたのです。

5月30日 (日) と6月7日 (月) には山形新聞でも「モルヒネ友の会」が紹介されました (この記事はニュースレター5号に同封しました)。その翌日から、痛みを抱えた患者さんやご家族から事務局に問い合わせや相談の電話が寄せられました。電話を聴きながら分ったことは、今でもなお存在している「痛みを抱える患者」と「治療を担当する医師」との隔たりの大きさでした。相談者は全員、痛みの治療を受けていましたが、治療医に対して「その治療で痛みがコントロールされていないこと」や「痛みでなにが困っているのか」を具体的に伝えていません。また「モルヒネを処方して欲しい」と頼んだところ、医師から「がんの末期でないからモルヒネは処方しません」と言われた方もありました。

モルヒネは“がんでない強い痛み”の治療薬です。しかし、すべての痛みに効くわけではありません。三叉神経痛や片頭痛、身体表現性の痛みには、別に有効な治療薬・治療法があります。心の痛みやスピリチュアルな痛みにもモルヒネは効果がありません。モルヒネ友の会は、「モルヒネについて正しい知識を持ち適正に服用する」活動を行っています。その結果、「長期服用しても、依存や異常行動が起こらないことを患者自身が示し、モルヒネに対する世間の誤解や偏見を払拭する」ことができるのです。今回の医療相談を経験して、モルヒネに対する医療者の誤解が払拭されていないことが分かりました。また、客観的に測定できない痛みや苦しみを理解してもらうための言語化能力やコミュニケーション能力が患者に欠けている状況にも改めて気づきました。私たちの活動の「新しい目標」が現れたと感じました。

今回のニュースレター第6号には、6月5日に行われた第24回医療講演会「腰痛に泣いていた日々から仕事に復帰するまで」(宇野育子さん) についての報告です。皆様のご感想・ご意見をお待ちしています。

〒992-0045 山形県米沢市中央6丁目1番219号

三友堂病院地域緩和ケアサポートセンター内 モルヒネ友の会

TEL 0238-24-8355 FAX 0238-24-3727 E-mail: [moruhinetomonokai@gmail.com](mailto:moruhinetomonokai@gmail.com)

診療中は電話に出られません。FAXまたは郵便やメールのご利用をお願いします。

## 第24回 医療講演会の報告

司会 川村 博司 モルヒネ友の会 副理事長  
三友堂病院 緩和ケア科



体験者の声 宇野 育子さん

### 腰痛に泣いていた日々から 仕事復帰するまで

日時： 2021年6月5日(土)午後2時から  
場所： 山形市民活動支援センター  
高度情報会議室  
霞城セントラル23階

山形市で2年ぶりに(昨年はコロナ禍で中止)行われた医療講演会、5月30日(日)の山形新聞に「モルヒネ友の会」紹介記事(ニュースレターNo5参照)が掲載されたこともあって、多くの方の参加がありました。そんな中で、宇野さんの落ち着いたお話が印象的でした。

宇野さんは、1973(昭和48)年から2015(平成27)年まで、夜勤も普通に行う常勤の看護婦として働いていました。40代ころからは「腰椎分離・圧迫症」で腰痛治療を受けていました。2015年7月、下肢の激しい痛みのため歩行困難となり緊急入院した時から、2回の手術と4回の入院という厳しい闘病生活が始まります。

2015年8月、“痛みから解放されるなら”と大決心をして受けた「第5腰椎仙骨固定術」。手術後も痛みはとれず、腰や足の違和感・しびれに加え、肩・腕の痛みも出現。それでも12月初めに退院、自宅では階段は上れず一階を居住スペースとし、家事は同居家族におまかせだったとのこと。ところが正月あけの1月初めに「多発関節炎」で再入院、ステロイド療法が奏功して1月末に退院しました。2016年4月、主治医から「半日の仕事復帰」許可が出て、半日だけ医院勤務を開始。午前だけ医院で働き、午後は帰宅して横になる生活が2018年3月まで続きました。しかし姑がくも膜下出血で倒れ入院したことから、仕事と介護が重なり、腰痛・しびれが悪化して2018年4月、第3回目の入院。「第3・第4脊椎分離症」と診断され、“手術を受けなければ排泄障害・歩行不能となり将来は車いす生活になる”といわれて、5月末に「第3・第4腰椎固定術」を受けました(腰椎固定のためのボルトは8本に)。しかし、腰痛・しびれは改善なく、退院後はさらに悪化。11月4回目入院、ブロック・鎮痛剤・睡眠薬の治療であまり改善なく、2019年1月退院。退院後も外来でブロック注射を受けていましたが、腰痛悪化のため医院を退職。

そして5月、探し物をしていて『モルヒネ治療 体験者の声4』を発見！

「モルヒネ友の会」の事務局に電話したところ、山形大学病院疼痛緩和内科受診と6月1日に開催が予定されている「第20回医療講演会」に参加することを勧められました。出席した講演会では自分よりもっと苦労している人たちが、モルヒネ服用で痛みを克服して日常生活を元気に過ごしていることを知り、勇気がわいたとのこと。

6月3日、山形大学病院疼痛緩和内科受診、山川真由美 医師の診察を受けました。約1時間、現在困っていることを中心に話して、トラムセツの増量とサインバルタ内服の処方してもらいました。しかし痛みの改善は乏しく、6月20日の再診時、「モルヒネを試してみたいです」と申し出て、モルヒネ内服開始になりました。帰宅後モルヒネ1錠内服。肩の痛みは取れたが腰痛・臀部～足の痛みは変化なく、1時間半後に1錠追加。しかし、腰痛は変化なしで「ああモルヒネも効果ないのか～」とがっかり。

6月24日から1回2錠内服に変更。帰宅後にモルヒネ2錠を内服したところ「それまであった腰痛、肩痛が初めて軽減した～」という感覚を味わったのです。夕食の支度も食後の片付けもでき、夫には「なに、今日は横にならなくてもいいのか？」と不思議がられました。モルヒネ2錠内服の効果を実感した時でした。7月初旬頃から1日4回、2錠ずつの内服で痛みをコントロールし、お盆に6年振りを実家のお墓参りに行くことができました。身体が今までよりずっと楽に動けるようになって、仕事への復帰意欲が生まれました。友人の紹介で山形厚生病院(介護療養型医療施設)に勤務することになりました。就職前の面接で、2回腰椎固定手術を受けて重い物が持てない・腰を曲げたりしゃがんだりできない・術後も腰痛があってモルヒネ服用中であることなど身体の状態をすべて伝えた上で、採用が決定しました。9月1日から勤務開始、看護職に復帰しました。現在は週に3日、病棟で患者さんのケアを行っています。

「いろいろな患者さんと接していると面白い事、  
感じさせられる事が多々あります。  
これからも身体が動く限り、働きたい。  
必要とされている実感が生きている励みにもなります。  
私をこんな風に良い方向へ導いてくれたモルヒネに  
感謝しています」と述べて、講演が終わりました。

会場の風景



宇野さんの講演終了後、治療を担当した山形大学病院 疼痛緩和内科医師 山川真由美 理事 による解説がありました。2回の腰椎固定手術の後も改善しない強い腰痛にもかかわらず、常に「看護師として働きたい」と言う強い意欲を持ち続けた宇野さん、それまでの経過と現在困っていることを中心に話してもらい、まずはトラムセット(麻薬指定のない弱オピオイド鎮痛薬トラマドールとWHO第1段階鎮痛薬 アセトアミノフェンの合剤)から治療開始。前医でもトラムセットと同じ成分の鎮痛薬(トアラセット4錠/日)が処方されていましたが、用量調節がされていなかったためまず最大用量(8錠/日)まで増量し、鎮痛補助薬として抗うつ薬 サインバルタを加えてみました。しかし痛みの改善なく、宇野さんの「モルヒネを試してみたい」との要望に応じて、モルヒネ内服を開始しました。40mg/日(1錠×4回)では効果が不十分で80mg/日(2錠×4回)で満足いく除痛が得られました。これまでの服薬記録も紹介され、宇野さんと山川医師との厚い信頼関係が示されました。この解説の中で、私たちになじみの薄い2つの薬、“トラムセット”と“サインバルタ”について、分りやすい説明もありました。



## 講演終了後の質疑応答

質問①:「モルヒネ服用に対するためらいはなかったか」

宇野さんの答え:「体験者の声を読んでいたので、ためらいはなかった。とにかく痛みからの解放が強い願いだった。副作用についても山川先生から詳しい説明があり、心配はなかった」

質問②:「服用していることに対する差別や批判はないか」

宇野さんの答え:「職場では就職前にきちんと病状や治療について説明してあり問題はない。家族との関係も大幅に改善、モルヒネを飲む前と今とでは全然違う人みたいだ、すごく明るくなったし話も出来るようになったと言われている。孫たちとの関係も良好です」

今回はじめて参加された方達からは、「現在受けている痛み治療に対する疑問」や「どこでモルヒネ治療を受けられるか」などの質問がありました。これに対して、加藤佳子理事長から「痛みで“実際に困っていること” “薬が効いていないこと”などをきちんと言葉にして、治療者に伝えることが大切」「治療を受ける時は、痛みの経過と同時に正確で整理された病歴・治療歴が必要」との回答がありました。

## 新聞・テレビで取り上げられました

この講演の様子は、翌週6月7日(月)の山形新聞 “[ワイド地域プラスPLUS](#)” に「[痛みからの解放、その喜び](#)」として掲載されさらに、6月21日(月)午後6時15分からの山形放送 “[YBC news every](#)” の中で「[特集 モルヒネの偏見をなくす取り組み](#)」として放映されました。右はTV放送のワンカット。



認定NPO法人 モルヒネ友の会

# 第55回痛みの情報交換会

どなたも自由に参加できます 入場無料



## モルヒネ治療 成功の鍵は？

— モルヒネを飲んででも、痛みで這いずっていた —

### 話題提供：菊池 清 さん

A病院でモルヒネを処方されたが、数か月間、激痛で苦しんだ。その後、知人の紹介で三友堂病院緩和ケア科の外来を受診。正しいモルヒネの飲み方について指導を受けた結果…。私の『モルヒネ治療 成功の鍵』についてお話しします。

日時：9月11日（土） 午後1時30分から

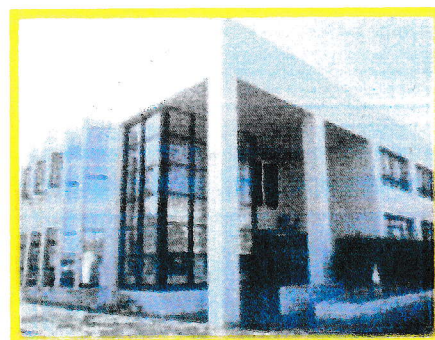
場所：米沢市北部コミュニティセンター  
米沢市中央6丁目1番21号

三友堂病院南側の白い2階建ての建物

小児科入間田医院とみわき歯科クリニック

の間の道路を入って約200m先 左側

駐車場あり：施設敷地内に約30台駐車可能



- 新型コロナウイルス感染予防のため、以下の対策を行います
- ・ 手指用の消毒液（アルコール消毒液）の設置・換気・座席間の距離確保
- ・ マスクは各自で準備して着用してください。
- ・ 県外にお住まいの方は参加できない場合もあります。

主催：認定NPO法人モルヒネ友の会

FAX: 0238-24-3727

E-mail: moruhinetomonokai@gmail.com

共催：信頼と融和で築こうよい病院 三友堂病院  
TEL: 0238-24-3700 FAX: 0238-24-3709