

AMCoR

Asahikawa Medical University Repository <http://amcor.asahikawa-med.ac.jp/>

看護研究集録(2015.12) 平成26年度:80-86.

仕事を継続しながら乳房温存手術後の放射線治療を受ける患者への看護支援の検討～治療と仕事の両立で生じる不安や困難は何か、患者との面談を通して～

辻 亜希子

仕事を継続しながら乳房温存手術後の放射線治療を受ける患者への看護支援の検討 ～治療と仕事の両立で生じる不安や困難は何か、患者との面談を通して～

旭川医科大学病院 外来ナースステーション 辻 亜希子

はじめに

乳がん罹患人口は年々増加しており2007年の女性乳がん罹患数は5万6289人と推計され、年代別にみても40代から70代まで、女性の部位別がん罹患率のトップである¹⁾。この年代は、仕事や家事、子育て、介護と様々な役割を担う必要のある女性の年代にまさに当てはまり、社会全体にとって乳がんの治療は大きな問題である。

実際に当院放射線科外来における、治療中の患者の約4割が、乳がんによる乳房温存手術後の放射線治療を受けている。外来通院で実施される乳房温存手術後の放射線治療は、治療で生じる有害事象とそのセルフケア、治療と生活の調整など多くの負担が患者にかかる。中でも私たちは、仕事を継続しながら乳房温存手術後の放射線治療を受ける患者に外来でしばしば出会うが、その支援が十分であるのか、日ごろから疑問を感じていた。

乳がんと診断され、乳房温存手術後の放射線治療を受ける患者は、放射線治療開始前に、手術による入院や退院後の創部の治癒までの期間において休職を余儀なくされている。そして、経済的・社会的問題を考慮して、放射線治療開始の頃には仕事に復帰する患者も多い。これまでも外来で看護師は、仕事を継続しながら治療を受ける患者に対して、放射線治療による有害事象の説明やスケジュールに関する説明を行ってきた。乳房温存手術後の放射線治療では、治療期間中の有害事象として、疲労、皮膚炎、乳房腫脹、乳房疼痛がある²⁾。この説明や治療のスケジュールを明確に提示することで、患者の治療と仕事の両立を支援出来ると看護師は考えていた。しかし、実際に治療と仕事を両立した患者には、どのような困難や不安が生じていたのか、そしてそれをどう対処していたのかという点に関して、詳細に把握出来ていないのが現状であった。2012年の厚生労働省のがん対策推進基本計画においても「働くことが可能で働く意欲を持った患者が働ける仕組みの必要性」が明記されている。つまり、私たちには放射線治療において、今まで以上に積極的に患者の就労に対する希望に耳を傾けて、治療と仕事の両立を

支援することが求められている。

放射線治療を受ける患者の看護に関する研究を概観すると、放射線治療と日常生活の調整や乳房温存手術後照射の有害事象へのケアや不安についての研究などが多くなされている。また、がん治療と就労というテーマの研究は、外来通院による化学療法と仕事の両立に関する研究が多く、年単位で継続する化学療法と仕事の調整という観点からすると妥当な結果である。短期の期間限定で行われる放射線治療に関しては、仕事と治療の両立は患者や会社側の努力に委ねられているといえる。しかし放射線治療期間中の連日の通院や有害事象は、患者の生活に大きく関与し、仕事との両立は非常に患者にとって困難なものであると推測出来る。そこで、仕事を継続しながら乳房温存手術後の放射線治療を行う患者への面談をもとに、具体的に治療と仕事を両立していく上で、どんな不安や困難が生じ、それをどう対処したのかを把握して、必要な看護支援を検討したので報告する。

研究目的

仕事を継続しながら乳房温存手術後の放射線治療を受ける患者の、治療前の不安、治療中の困難、それに対する対処行動を把握する。そこから、対象者の医療者に求めるものを検討し、今後の放射線科外来での看護実践の示唆を得る。

研究方法

- ① 研究デザイン 質的検討
- ② 研究対象者 A病院放射線科外来において、仕事を継続しながら乳房温存手術後放射線治療を、休職せずに行った患者で、研究の同意が得られた者。
- ③ データ収集方法 半構成的面接法によりインタビューを行った。インタビューは二回に分けて行い、治療開始直後と治療終了後とした。治療開始直後のインタビューでは、放射線科外来を受診して治療の開始が決定した後、どんなことが不安であったか、またそれにどう対処をしたのか、という点で語っていただいた。治療終了後のインタビューでは、実際に治療を受けて、

治療中にどんなことが困難であったのか、またそれにどう対処をしたのか、そして治療が終わった今、医療者に求めるものは何か、という点で語っていただいた。

④ データ分析方法 インタビューの結果の逐語録を作成し、意味内容を損なわないようにして短文化（コード化）して、比較検討し、同じ種類のものを集めて表題（サブカテゴリー）とし、さらにそれらを大表題（カテゴリー）と分類して分析した。

⑤ 倫理的配慮 対象者へ研究の趣旨を説明しプライバシーを保護すること、研究終了後は速やかにデータを破棄すること、得られた研究データは関連学会で発表することなど説明し同意を得た。また本研究の実施に当たり、所属施設の倫理委員会の承認を得た。

結果

対象者は7名であり概要は以下（表1）の通りである。

（表1）

患者	年齢	職種	勤務形態
A氏	40代	事務職	正規雇用
B氏	40代	飲食店	自営（自宅兼店舗）
C氏	30代	飲食店	非正規雇用
D氏	40代	事務職	正規雇用
E氏	40代	管理職	正規雇用
F氏	50代	小売業	自営（自宅兼店舗）
G氏	60代	製造業	内職（自宅）

面接時間は、治療開始前と治療終了後の合計で一人平均17分14秒であった。

インタビュー結果を、治療前と治療後の二つの時期にわけて分類した。（表2～表5参照）

尚、カテゴリー化に際し、コードは「」、サブカテゴリーは《》、カテゴリーは〈〉と表す。

① 放射線治療開始前

放射線科外来を受診して、これから始まる放射線治療についての説明を医師と看護師から受け、その後治療開始までの間に不安であったことについて〈放射線治療の有害事象に関する不安〉が語られた。この内訳は、「皮膚が赤くなるのか」「すべての治療が終わったときに乳房はどんな色になるのか」という《皮膚の変化に関する不安》と「赤くなって痛みは出るのだろうか」「どのくらい痛いのか」という《乳房の疼痛に関する不安》、「心筋梗塞のリスクがあるって聞いて恐ろしくなった」「肺炎になることがあるって聞いて心配だ」

「後で乳房が小さくなるってどのくらいなのか」という《晩期障害に関する不安》であった。また対象者は有害事象に関する不安だけではなく〈治療をしながら仕事を継続できるのかという不安〉も語っている。この内訳は「具合が悪くなったら仕事を休まなければならないのか」「疲れが出ると聞いてどのくらい仕事を続けられるのか」という《治療の有害事象と仕事の継続に対する不安》と「仕事の時間を相談しに行かなければならない」「毎日治療に行くと職場に迷惑がかかるのではないのか」「誰か他のスタッフが仕事を休んだら自分は治療に行けるのか」「仕事がどうしても他に代わりの人がいない日は治療を休めるのだろうか」という《治療の日程と仕事の調整に関する不安》であった。

しかし、対象者達はそれぞれがこの生じた不安に対して対処行動を取っていた。不安な思いを抱えてあなたはどうしたのか、という質問に対して〈自己の不安を解消するための行動〉について語られた。この内訳は、「インターネットで副作用に関することを調べた」

「本で調べた」「同じ疾患の知人に副作用について聞いた」という《有害事象に対する疑問を解決するための行動》や「やってみなければ分からないと思って心配しないようにした」「困ったら医師や看護師に相談すれば良いと思って心配するのをやめた」「心配なことを気にしすぎないように仕事を続けようと思った」「疲れるようだったら店は早く閉めたって良いって思った」

「無理なら仕事は休めば良いって思った」という《自分の価値観やこれまでの考え方を応用させて不安を軽減させようとした行動》である。また、不安の解消は自己の内面に対する行動だけではなく、対社会的にも行動をしている。それは〈仕事が継続できるための行動〉で、内訳としては「説明を聞いた内容を忘れないようにその日のうちに、会社へ出向き、上司と仕事の時間や内容を話し合った」「上司と相談をして勤務時間の短縮を依頼した」「上司に業務を軽減してもらうように相談をした」「人に頼んで仕事の手伝いをお願いした」

「子どもに（治療のことを）話して、身の回りのことを自分でやるようにさせた」「同じクラスのお母さんが子どもの習い事の送迎をしてくれた」「副作用の説明をして家族に家事の手伝いを依頼した」という《周囲に対して理解や協力が得られるように働きかける行動》や「シフトをやりくりして自分で作成した」「教育・指導をして自分の不在時に他のスタッフがカバー出来るようにした」「前もってやれる業務を先にやっておいた」という《治療前に仕事の調整を図る行動》である。

② 放射線治療終了後

放射線治療終了後に行ったインタビューでは、治療中を振り返ると、実際に困難であったこととして有害事象を悪化させないように〈治療中に医療者に指導された行動変容を実行することの困難〉が語られた。その内訳は「仕事の忙しさに波があり、忙しいときもいつも通り働いて体が今まで以上に疲れた」「疲れていても休日に休息を取れる時と取れない時があった」など《倦怠感解消のための休息をとるという行動が実行出来ない》という事実と、「腕を使いすぎないように指導されたが実際には普通にやることはやらなければならないし無理だと思った」「脇をあけて姿勢良くと指導されたが仕事に没頭しているときは忘れてしまっていた」「仕事をするとう腕を使い過ぎて、痛いと思っても、仕事だしやらねばならない、と思って手術をする前と同じように仕事していた」など《皮膚症状悪化を防ぐための行動を実行出来ない》というものであった。また困難であったことは他にも、〈周囲への負担感を気にかけるながら治療と仕事を両立することの困難〉が語られた。その内訳としては「見た目は元気そうだから、やれるでしょって言われたら、やれませんかと言えなかった」「休めるなら休みたかった、疲れた、でも休めなかった」「手術で二ヶ月も休んで迷惑をかけているのにこれ以上負担を減らしてほしいと言えなかった」という《周囲に対する遠慮の気持ちから業務を軽減できない》思いである。また一方、治療前に説明した業務の軽減が実行され、負担は減ったと話す者の中にも、「つい頑張りたくなるけど頑張らないようにするっていうのが一番大変だった」「自分だけ時間で帰してもらって気を遣った」と《業務を軽減してもらっていることでのストレス》を感じている。しかし、ここにおいても対象者達は対処行動をとっていた。困難であったことに対して、あなたはそれをどうやって対応して治療終了日を迎えましたか、という語りではそれぞれが、〈医療者の指導を遵守するのに障害となっているものへ対処した〉事実を語っている。内訳としては、「早めに寝た」「土日にゆっくりしていた」「体を休めようと心がけた」など《自分の時間を使った》対処や、「人に頼んで疲れるような作業はお願いした」「定時キツカリに帰してもらった」「重労働は変わってもらった」など治療中も継続して《職場での理解を求めて対処した》という対処、「洗い物をかわってもらったり、雪かきをしてもらって、家ではのんびりさせてもらった」「仕事を頑張りたいから家事の手伝いをお願いした」など職

場では業務の軽減を図れなくても《家族に協力を求めて家事の軽減を図った》という対処である。また、対処行動は、困難であることを解決するための直接的な対処のみならず、自分自身の認識の変化という点でも表れている。それは〈仕事をしている自分を見つめ直し困難であるという気持ちを軽減させた〉という対処である。その内訳としては、「待っている職場の人がいると思って治療を頑張れた」「仕事をしているということが自分の支えになっていた」「仕事の経験から、治療の大変さは大したことはない、人生にはもっと大変なことが沢山あると思えた」「好きな仕事をしている方がストレスもたまらないし楽しい」など《仕事から得られるものを実感し仕事と両立させる原動力へと変化させた》り、「治療のために仕事を休んでも仕事のことが気になるだけだから仕事に行きながら治療が出来たことで気が楽だった」「これまで休んでいたことが気になっていたから仕事に行けてかえって安心して治療が出来た」など《休職しているという負担感から解放されたことで得た安心感を実感し治療と仕事を両立させる原動力へと変化させた》という事である。

③ 治療が終わってみて医療者へ求めるものは何か

ほとんどの参加者が医療者に対する感謝の気持ちを表すに留まったが、いくつかご意見をいただいたのでそのまま下記に表す。

「皮膚が赤くなる時期のこと、赤くなったらどうするのか治療前から教えてほしかった」

「治療の回数やスケジュールはよく分かったけれど、治療が終わった後の通院の間隔がわからなくて教えてほしかった」

「手術の結果次第なんだろうけど、こうだったら手術してどのくらい経ってから放射線治療、別の場合には抗がん剤やってから放射線治療とか、患者の混乱を避けたくてその都度説明しているのだろうけど、初めからある程度予定を教えてくれないと仕事の調整がいつも急で困る」

「はじめに説明を聞いて家に帰ってから疑問に思ったことがあった。分からないことがあれば電話をくださいと言われていたが実際に病院に電話をするのはとても勇気のいることで出来なかった。分からないことを悶々としたまま治療まで過ごした。治療開始前にもう一度確認が出来る場があれば良いのにと思った。」

考察

治療開始前から段階ごとに考察をする。治療開始前

における対象者の不安は、『有害事象に関する不安』と『治療をしながら仕事を継続できるのかという不安』である。しかし後者の不安の本質は、有害事象を抱えながら仕事が継続可能かという要素もあり、双方に関連していると言える。そしてこれらの生じた不安に対して対象者はそれぞれが対処行動を取っている。対処行動としては二つに大別される。一つは、具体的に生じた副作用への疑問を自ら調べたりして知識を獲得して解決を図ろうとした行動、不安な自分の感情を客観視して考えすぎないようにしたり仕事は無理なら休もうと考えるなど内的思考の変化で不安の解決を図ろうとした行動など、自己の不安を解消するための行動。もう一つは、職場の上司や周囲の者に説明をして業務や勤務時間の短縮を依頼して仕事の継続に対する不安を解消するようにした行動、治療中の生活に予測を立て前もって仕事を整理する行動など、治療と仕事の継続が可能な環境を自ら築くという行動である。つまり、この地点で対象者は、不安を解決しようと自ら対処行動を取り、それぞれが治療に向けて自らの環境を整えていることが分かる。

治療開始前に看護師は外来で患者へ、治療のスケジュールや有害事象、日常生活の注意点を説明しているが、特に有害事象に関する説明をより充足させる必要があることがこの結果から分かる。それは仕事を継続しながら治療を受ける患者にとっては、治療と仕事を両立させるうえで最も検討が必要なことの要素が大きいからである。有害事象についての詳しい説明は、患者の不安の軽減に直接つながり、またその説明の対象は患者だけでなく、患者を通じて患者の職場や周囲の人々にまで及ぶ。治療計画や副作用についてわかりやすい説明をすることは、治療スタッフの本来の重要な役目であり、それを確実に果たすことが患者本人の病状理解や職場への説明力を高め、結果的に重要な就労支援になる³⁾と言われている。詳しく説明をした後も看護師は、患者がそれを実際に言語化して職場や上司へ説明できるか否かを確認していかねばならない。患者の就労状況に応じて個別に、具体的な言語化を図れるような看護支援が必要となってくる。またこの周囲に対して患者が自ら行う説明こそが、治療開始前の就労の調整のみならず、治療中や治療後も周囲が患者を支える上で重要となってくる。

治療終了後の語りでは、実際に困難であったことを明らかにしたが、『有害事象を悪化させないように医療者に指導された行動変容を実践することの困難』と『周

囲への負担感をきかけながら治療と仕事を両立することの困難』に大別される。有害事象に関しては、治療開始前に憂慮していた皮膚症状も多いが、疲労感を述べる者も多かった。仕事をしていると責任感から、休みたくても休めないという困難がある。治療開始前に業務の調整などをしておいたがそれでもある程度は無理をして仕事をしてきた様子がうかがえる。そしてその対処に関して休息を取るという行動をしているが、仕事内容の軽減を依頼するという段階まで行動できた者は少なく、無理をしてそのまま働いたという語りが多い。これは対処行動として十分であるとは言えない。この結果から、休息の取り方を治療中に看護師がともに考えていくことが必要である。また、このことを治療開始前からの説明で触れておくことが重要である。忙しいときにどうしていくか、職場で相談してくるよう促したり、体が疲れたときにどうやって日常生活を調整して休息を取るかなど具体的方法を考える機会があるとよい事が分かる。

また、皮膚炎や疲労感といった有害事象の憎悪を防ぐ行動が容易になされないのは、同じく困難であったこととして対象者が語っていた、周囲に対する遠慮の気持ちが大きく関わってくる。これには職場での理解を求めていくことが必要で、先に述べた、患者本人の周囲に対する説明の内容が重要となってくる。対象者の中には、対処行動として、職場での理解を求めて業務を軽減したり、家族に家事の協力を求めている者もいる。治療中に看護師は患者がその対処行動がとれているのか確認していく必要がある。

そして困難の中で語られた、業務を軽減してもらっていることでのストレスに対しては、ストレスに感じながらも、それでも仕事というものに支えられながら生活していることを対象者自身も実感できている。仕事をしているということ得られるものは、単に収入だけではなく生きがいや社会との繋がりであり、患者にとってはとても大切な背景である。この背景こそが治療と仕事の両立で生じるストレスを癒やしていることが分かる。こういった患者の思いを真摯に受け止めて、可能な限り仕事を続けながらがん治療を受けられる体制を整える責務が私たち医療職に求められている。がんと共に生きる人々の生涯にわたる適応を支えていくことは、がん看護にとって重要な課題である⁴⁾と述べられている。乳房温存術後放射線治療を仕事を継続しながら完遂したという事実は、この適応に大きく寄与する。困難な中であっても生活と治療のバランスを

取り達成できたということの証である。その適応能力は今後の治療や別の疾患に立ち向かう際にも必ず自己の助けとなることを保証していくような看護介入も必要である。

最後に、医療者に求めることとして、より詳細なスケジュールの提示が挙げられた。例えば、皮膚炎が強く出現した場合には、治療終了後の受診間隔としては終了日から一週間前後の後に診察の予定が入ることが多い、など具体的な受診の間隔である。受診の予定は仕事をする上で大きな問題となっている。患者によって治療の経過は異なるため、個別に今後の予想される治療経過を確認できる機会があると良い事が分かる。また、放射線治療が決定してから、治療が始まるまでの間の、疑問や不安を解決できる窓口の存在が求められている。受診日以外でも相談できるような体制や、仕事の負担にならぬよう電話相談をできるようにするなど医療サービス面での更なる整備や、乳がん認定看護師やがん放射線療法認定看護師など多くのスタッフとの共同も必要である。

看護への示唆

仕事を継続しながら放射線治療を受けると選択した患者に対して看護師は、患者の就労状況を確認して、治療と仕事が両立するための対応を、治療開始前からともに考えていく。

治療中の具体的な有害事象に関する説明を重点的に行い患者自身がそれを言語化し周囲へ説明できるように援助して、仕事内容や日常生活の調整を促す。そのためには患者の理解の程度を把握することが必要である。

具体的には、放射線治療のスケジュールと受診に要する時間、副作用の具体例と配慮してほしい仕事の内容の相談、倦怠感など休息が必要となったときに仕事を休んだりする可能性があることの説明などである。また治療中は、休息や皮膚炎の程度を観察しながら、仕事が過負荷になっていないか、そうであれば対処する方法を共に考えて指導していく。

一方、仕事を続けることでの経済的に得られるものや生きがいという側面の重要性を理解し、双方のバランスをはかりながら、仕事が続けていけるように支援していく。

また、医療者側も最大限の努力をはかり、治療時間の調整を行う。そして仕事を継続しながらでも相談できる窓口の検討が必要である。

引用文献

- 1) 人口動態統計（厚生労働省大臣官房統計情報部編）国立がん研究センターがん対策情報センター 1975-2008 地域がん登録全国推計によるがん罹患データ
- 2) 放射線療法①乳房温存術後の放射線治療 加賀美芳和 昭和大学医学部放射線医学講座放射線治療学部門教授著 からだの科学 277号 2013年5月
- 3) がん患者の就労支援 わが国の現状と今後の課題 高橋都 国立がん研究センターがん対策情報センターがんサバイバーシップ支援研究部長著. 公衆衛生 vol177 No. 12 2013年12月
- 4) がん体験者の適応に関する研究の動向と課題 佐賀道子ら著群馬保険学紀要 28:61-70, 2007

表2 治療開始前に参加者が不安であったこと

カテゴリー	サブカテゴリー	主なコード
放射線治療の有害事象に関する不安	皮膚の変化に関する不安	「皮膚が赤くなるのか」「すべての治療が終わったときに乳房はどんな色になるのか」
	乳房の疼痛に関する不安	「赤くなって痛みは出るのだろうか」「どのくらい痛いのか」
	晩期障害に関する不安	「心筋梗塞のリスクがあるって聞いて恐ろしくなった」「肺炎になることがあるって聞いて心配だ」「後で乳房が小さくなるってどのくらいなのか」
治療をしながら仕事を継続できるのかという不安	治療の有害事象と仕事の継続に対する不安	「具合が悪くなったら仕事を休まなければならないのか」「疲れが出ると聞いてどのくらい仕事を続けられるのか」

	治療の日程と仕事の調整に関する不安	「仕事の時間を相談しに行かなければならない」「毎日治療に行って職場に迷惑がかかるのではないか」「誰か他のスタッフが仕事を休んだら自分は治療に行けるのか」「仕事はどうしても他に代わりの人がいない日は治療を休めるのだろうか」
--	-------------------	--

表3 治療開始前に不安であったことに対してとった対処行動

カテゴリー	サブカテゴリー	主なコード
自己の不安を解消するための行動	有害事象に対しての疑問を解決するための行動	「インターネットで副作用に関することを調べた」「本で調べた」「同じ疾患の知人に副作用について聞いた」
	自分の価値観や考え方を応用させて不安を軽減させようとした行動	「やってみなければ分からないと思って心配しないようにした」「困ったら医師や看護師に相談すれば良いと思って心配するのをやめた」「心配なことを気にしすぎないように仕事を続けようと思った」「疲れるようだったら店は早く閉めたって良いって思った」「無理なら仕事は休めば良いって思った」
仕事が継続できるための行動	周囲に対して理解や協力が得られるように働きかける行動	「説明を聞いた内容を忘れないようにその日のうちに、会社へ出向き、上司と仕事の時間や内容を話し合った。」「上司と相談をして勤務時間の短縮を依頼した」「上司に業務を軽減してもらうように相談をした」「人に頼んで仕事の手伝いをお願いした」「子どもに（治療のことを）話して、身の回りのことを自分でやるようにさせた」「同じクラスのお母さんが子どもの習い事の送迎をしてくれた」「副作用の説明をして家族に家事の手伝いを依頼した。」
	治療前に仕事の調整を図る行動	「シフトをやりくりして自分で作成した」「教育・指導をして自分の不在時に他のスタッフがカバーできるようにした」「（治療開始前に）前もってやれる業務を先にやっておいた」

表4 放射線治療終了後に振り返り、実際に治療中に困難であったこと

カテゴリー	サブカテゴリー	主なコード
治療中に医療者に指導された行動変容を実行することの困難	倦怠感の解消のための休息をとるといふ行動を実行できない。	「仕事の忙しさに波があり、忙しいときもいつも通り働いて体が今まで以上に疲れた」「疲れても休日に休息を取るときと取れないときがあった」「眠たくて仕方なかった」「普段より仕事をするとな疲れやすくて大変だった」「治療が始まった最初の頃は疲れが出た」「病院へ来てそこからまた職場へ通勤するのが大変で身体が疲れた」
	皮膚症状の悪化を防ぐための行動を実行できない。	「腕を使いすぎないように指導されたが実際には普通にやることはやらなければならぬし無理だと思った」「脇をあけて姿勢良くと指導されたが仕事に没頭しているときは忘れてしまっていた」「仕事をするとな腕を使い過ぎて、痛いと思っても仕事だしやらねばならないと思って手術

		をする前と同じように仕事していた」
周囲への負担感を気にかけながら治療と仕事を両立することの困難	周囲に対する遠慮の気持ちから業務を軽減できない。	「見た目は元気そうだから、やれるでしょと言われてたら、やれませんかと言えなかった」「休めるなら休みたかった、疲れた、でも休めなかった」「一人暮らしで親に頼めなければ遠慮してしまって、家事など結局は全部やらなければならぬ大変だった」「忙しくなるとみんな自分のことで精一杯になってしまうから私だけっていうわけにはいかなかった」「手術で二ヶ月も休んで迷惑をかけているのにこれ以上負担を減らしてほしいと言えなかった」
	業務を軽減してもらっていることでのストレス	「つい頑張りたくなるけど頑張らないようにするっていうのが一番大変だった」「自分だけ時間で帰してもらって気を遣った」

表5 放射線治療中に困難であったことに対してとった対処行動

カテゴリー	サブカテゴリー	主なコード
医療者の指導を遵守するのに障害となっているものへ対処した	自分の時間を使った	「早めに寝た」「土日にゆっくりしていた」「体を休めようって心がけた」「治療から帰宅して、一時間だけ横になってそれから仕事をした」「結局普段通りに仕事をした」「忙しいから仕事自体は休めなかった、土日に休んだ」「無理をして仕事をした分休日に休んだ」
	職場での理解を求めて対処した	「人に頼んで疲れるような作業はお願いした」「定時キツカリに帰してもらった」「重労働は変わってもらった」
	家族に協力を求めて家事の軽減をはかった	「洗い物をかわってもらったり、雪かきをしてもらって、家ではのんびりさせてもらった」「仕事を頑張りたいたから家のことを手伝ってとお願いした」
仕事をしている自分を見つめ直し困難であるという気持ちを軽減させた	仕事から得られるものを実感し治療と仕事を両立させる原動力へと変化させた	「待っている職場の人がいると思って治療を頑張れた」「仕事をしているということが自分の支えになっていた」「仕事の経験から、治療の大変さは大したことではない、人生にはもっと大変なことが沢山あるって思えた」「好きな仕事をしている方がストレスもたまらないし楽しい」
	休職しているという負担感から解放されたことで得た安心感を実感し、治療と仕事を両立させる原動力へと変化させた	「治療のために仕事を休んでも仕事のことが気になるだけだから仕事に行きながら治療が出来たことで気が楽だった」「これまで休んでいたことが気になっていたから仕事に行けてかえって安心して治療が出来た」