

がんで旅行をあきらめない

がん患者さんももちろん旅行に行けます。むしろ、がん患者さんにとって旅が「最後の望み」として大きな意味を持つことがあります。

遺族の調査でも、『看取った後の心残り』として旅行に連れていけなかったということをおげた人が多かったです。パック旅行の場合は、なるべく自由時間の多いゆったりした旅行を選びます。末期のがん患者さんでも旅行は可能です。亡くなる 10 日前に、医師が帯同してアメリカ旅行を実現した実例があります。

！ 旅先での危険とその対応

	起こりうる危険		対応策
お風呂とトイレ	<ul style="list-style-type: none"> ● 入浴時のお湯の温度に注意。いきなり熱いお湯を浴びないこと。また、湯冷めにも注意。 ● 気温差に注意。温度変化は血圧に影響。 	➡	<ul style="list-style-type: none"> ● 脱衣所と浴室の温度差をなくす工夫や、バスタオルを準備して体が冷えないように。 ● 入浴後のコップ 1 杯の水分補給。
移動	<ul style="list-style-type: none"> ● ハードなスケジュールは体力を消耗します。 ● 一人旅は避けて、同行者がいると安心です。 	➡	<ul style="list-style-type: none"> ● トイレに行く場所やタイミングも旅行行程に盛り込み、ゆとりのあるスケジュールにしましょう！

✎ その他のポイント

- ① がんの場合は種類によって、もしくは合併症によって様々な対応が必要になりますので、主治医とよく相談して下さい。万が一に備えて、(英文)診断書は必携です！
- ② 普段内服している薬は、もちろん持参します。万が一に備えて、1～2週間分余分に持参します。
- ③ 病状の急変に備え、診断書、経過表、データ所持が重要です。
- ④ 海外旅行の場合、モルヒネなどの医療用麻薬の持参には、日本と行き先の国の手続きが必要です。早めの手続きが大事です。
- ⑤ 医療用麻薬を使用している場合は、診断書が必要です。海外の場合は英文診断書です。

