

がん治療を受けながら、働き方や職場復帰について考えるときにご覧いただければと思います、

## 「がんと仕事のQ&A」

編集・発行 独立行政法人国立がん研究センターがん対策情報センターの内容を抜粋し、紹介します。



副作用のため、通勤が困難です。  
よい方法はありますか。



全身倦怠感、痛み、排泄頻度の変化などで、通勤に苦勞する方は少なくありません。もっとも重要なのは、投薬などで最大限症状を和らげることです。症状のため通勤に支障をきたしていることを主治医に伝え、もっと症状を抑えられないか相談しましょう。

通勤中にトイレの途中下車が必要であれば、通常より早く家を出て通勤時間を十分確保することが必要です。通勤途中の駅やコンビニにトイレがあるかどうか、事前に把握しておくのもよいでしょう。

加えて、勤務先にフレックスタイム制度がないか、勤務時間の変更が可能かどうか、一時的に在宅ワークにできないか、などを確認し、会社と相談してみましょう。その場合、そのような配慮が必要になる期間のおよその予想も伝えると、会社側も対応が楽です。期間のめどについては、主治医に相談しましょう。

一見健康に見える人が使う「体調不良バッジ」も役立つかもしれません。

