



## 平成28年度 第1回 さろんアップルを開催しました

28年度、最初の「さろんアップル」が、4月19日(火)に平鹿総合病院で開催されました。サロンには10名の方が参加しました。今回は、さろんの仲間3名が、がんと向き合い方についてご自身の体験を話してくれました。その内容を一部抜粋してご紹介させていただきます。

### 私の「がん」と向き合い方

#### Aさん がんサバイバーだからできることへの挑戦

人間ドックでがんが発覚したのは9年前。「(希少がんであり)最初は、自分の病気についてよく分からないまま、医師の言われるままに治療を受けていた」「しかし、再発をきっかけに、自分の病気について調べ、自分の病気は治療が確立されていないことを知った」。これまで、手術、抗がん剤治療、放射線療法、ホルモン療法、免疫療法、再発のたびに手術を繰り返してきた。現在、Aさんは、自身のがんサバイバーの体験を活かして、がん教育(文部科学省のがんの教育総合支援事業。子供達にがんの正しい知識を伝えている授業)、胸腺腫・胸腺がん患者会の発足など勢力的に活動している。患者会の会員も50人となり、今後も全国を飛び回る機会が増えそうなAさん。家族の理解もあって自由に飛び回れることに感謝しているという。「今恐れていることは、骨にも転移していること。いつか動けなくなるんじゃないかと考えてしまう。でも、だからこそ、動けるうちに自分のできることを頑張りたい」と語ってくれた。

#### Bさん 5年生存率60%をクリアできるように

Bさんが、がんを患ったのは、2011年7月。夏バテと思っていたが、体調がすぐれない日々が続く、腹部が腫れてきたのをきっかけに受診した。検査の結果「がん」が見つかった。

当時の状況を「がん告知の記憶は断片的であり、なにがなんだかわからないまま手術を終えた。今思えば、告知のショックだったんだと思う」とBさん。その後、化学療法を行うもがんは再発し、手術を繰り返した。再発しては手術・・・これまで計4回の手術を経験したが、「最初の告知よりも再発の時の方がつらかった。」とBさん。

がん告知から、今年7月で5年が経過する。「がんは悪いことだけじゃない、がんになって良かったことの方が多い」「がんは、自分を大切にしていなかったことを気が付かせてくれた」「今の目標は5年生存率をクリアすること」今ある命、自分自身を大切に、今を生きることに価値を置くことが大切なのではないかと語った。

#### Cさん がん患者の抱える社会的問題 仕事、お金・・・

「がんです。放っておいたら死にますよ」と医師に告げられたCさん。がん告知ってこんな簡単にされるんだと思ったという。帰りの道中は、どうやって帰ったか今でも思い出せない。2014年にがんと診断され手術を受けたが、翌年には再発が見つかり、現在は抗がん剤治療を受けている。「がんになって何が辛いって、治療費が生活を圧迫すること。抗がん剤治療はお金がかかるので、本当はやりたくなかった。」「今は、自分にできることはないかと思い、在宅ワークの資格を取得した。でも、十分な収入は得られないのが現状」「治療の副作用で、寒冷刺激が辛い、仕事をしたくても、できることが限られる」がん患者の就労を含めた社会的な問題について語ってくれた。

### 男女で違う「がん」と向き合い方

がんに罹患することは、身体的にはもちろん、精神的にも非常に負担がかかります。「家族のこと」「仕事のこと」「お金のこと」——日常への課題が連鎖的に浮上しますが、それでもなんとか向き合っていかなければなりません。そうしたがん患者同士が、お互い不安や悩みを打ち明け、語り合い、情報交換する場として利用されているのが、全国各地に点在する「がん患者会」などの患者コミュニティです。規模の大小はさまざまですが、こうしたコミュニティへの参加は女性が多く、一方で男性の参加率は低いと言われています。

そもそも、がんと向き合い方に男女それぞれで傾向はあるのでしょうか。また、どういったコミュニティであれば、誰もが足を運べるのでしょうか？

「がん哲学外来」を運営される樋野興夫(ひの・おきお)先生のお話で、「男女で違う、がんと向き合い方」について以下のような解説がありました。

女性はコミュニティに対する心理的なハードルが低く、良好な人間関係や仲間を見つけることが上手であることが考えられる。それに対して男性は仕事があるので時間が取れない、あるいは競争社会に身を置いたり社会的使命や役割に縛られるゆえ、病を打ち明けたがらない傾向がある。しかしながら、悩みを抱えていることに変わりない。夫であれば「妻に気遣われながら過ごす沈黙の時間が辛い」「病気をきっかけに閑職に追いやられた」、妻であれば「がんになった途端、夫が優しくなった。『いまさら』という気持ちになる」といったことが当てはまるそうです。どうやら、お互いの気持ちを把握できるよう、普段から夫婦間、家族間、交流のある方と互いに言葉を交わしておくことが大切なのかもしれません。



次回のさろんアップルは

5月17日(火)

『おしゃべり会』

時間:10:00~12:00

場所:平鹿総合病院 第1会議室

対象:がん患者さん 家族

参加無料:予約なし・直接お越しください。

参加無料  
申込不要

お一人で悩んだり不安なことがありましたら、いつでも「がん相談支援センター」へお立ち寄りください。  
(電話相談も承っております。)

問合せ先:平鹿総合病院 0182-32-5121[代表]

がん相談支援センター中田(内線5984)/奥山(内線5905)

E-mail gansoudan@hiraka-hp.yokote.akita.jp

