ねこだけ通信

南郷谷リハビリテーションクリニック便り　令和5年　9月発行　第8号

がんとの付き合い方を知る本

著者はカリフォルニア大の津川友介先生、日本医科大学の勝俣範之先生、アラバマ大学の大須賀覚先生の3人。何れもがん治療の最前線で活躍されている先生方である。

この本では、がんに対する治療効果が科学的に証明されており、健康保険の適応となる「標準治療」について詳細に解説されている。

がんと診断されると人は誰しも冷静でいられなくなる。『漢方でがんが消えた！』『免疫力でがんを克服！』新聞に載る広告が目に飛び込んでくる。“溺れる者は藁をも掴む”“鰯の頭も信心から”・・・。

民間療法、代替医療、様々なサプリメントを試さずにはいられなくなる。残念ながらこれらの治療法は厳密な科学的検証を経ておらず、がんの縮小効果や延命効果が証明されたものは無い。

また標準治療の一つとして緩和ケアの重要性が述べられている。

緩和ケアとは患者さんの身体的・精神的苦痛を和らげる医学的アプローチで、緩和ケア科や腫瘍精神科が担当する。もちろん健康保険の適応である。緩和ケアにより患者さんの栄養状態や生活の質が向上し、結果として延命効果があることが証明されている。今日では、がんと診断されたその日からがん治療と並行して開始されるべきものという認識に変わった。

がんは早期発見がカギとなる。検査のメリットがデメリットを上回る検診として①胃内視鏡検査②大腸がん便潜血検査③肺がん胸部レントゲン④子宮頸がん細胞診⑤乳がんマンモグラフィーの5つが推奨されている。過剰な検査により「がんの疑い」を指摘され、更に検査が必要になることのデメリットを考えるべきだ。

2人に1人が罹る国民病「がん」との正しい付き合い方を教えてくれる本である。

がんで死ぬのも悪くない

母テル子は5年前の平成30年7月5日、膀胱がんで亡くなりました。享年84歳でした。父照國が若くしてクモ膜下出血で急逝した後、母は平戸で商売を続けながら、女手ひとつで私達兄弟3人を育ててくれました。

病気知らずの陽気な母でしたが、「血尿」が続いたため地元の病院を受診したところ、進行した膀胱がんと診断されました。余命は一年と推測されました。急ぎ兄弟を集め、母を交えて病状を率直に「告知」しました。

「膀胱がんがだいぶ進んどる。来年の今頃は生きとらんかもしれん」と私。

「そうね、そりゃ残念やね。来年は東京オリンピックば見に行こうと思うとったとに」

母を平戸から熊本に呼び寄せ、同僚の泌尿器科医・中原王寿先生に相談しました。熊本中央病院院長の濱田泰之先生をご紹介いただき、原一正先生に担当して頂きました。外科手術、その後の化学療法を終え母は平戸に帰っていきました。残念ながら術前の予想通りがんは再発し、放射線療法が追加されましたが病勢を抑えることはできませんでした。

いよいよ余命1ヶ月程となり、最後の時を家族と過ごすため、私が勤務する熊リハに転院してもらいました。主治医は私が担当しました。

「葬式はどうする？熊本でする？」

「そうねー。やっぱり最後は皆に顔を見てもらいたかけん、平戸に運んでくれんね」

「お経は誰にあげてもらうね？」

「西光寺の黒川先生にお願いして」

「納骨はどうする？」

「私は墓の中には入りとうない。島の見える海に撒いてくれん？」

本人の希望を聞きながら、葬式の打ち合わせをした一ヶ月でした。

・・・・

母が亡くなった翌年、再び兄弟で平戸に集まりました。一周忌の法要を終えた後、知り合いの漁師さんにお願いして船を出してもらい、平戸沖の玄界灘に、母の望み通り散骨してやりました。

「ガンになって死ぬのが一番幸せだと思います。畳の上で死ねるし、用意ができます。片付けしてその準備ができるのは最高だと思っています。」『樹木希林　120の遺言』

人は物語を生きている
～日本聞き書き学校に参加して

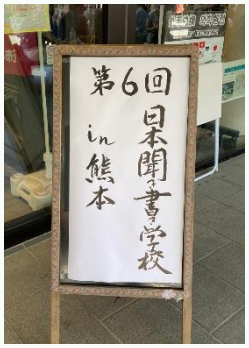
看護師　中尾　まどか

皆さん、「聞き書き」という活動をご存じでしょうか？

「聞き書き」という言葉は聞きなれない方も多いと思います。「聞き書き」とは、語り手の話した言葉をそのまま書き止め、語り手が目の前で話しているかのような文章としてまとめることを意味します。

「私はね。幸せなの。いろいろな人が世話をしてくれるし、楽しいことがいっぱいあるんだよ。え、そんなにニコニコしているかい？（・・中略・・）毎日、仏様に手を合わせてね、家族みんなが幸せでありますようにって祈ってるんだよ。」（「聞き書き」をはじめよう　小田豊二著者　図書出版木星舎　発行2012・8・10発行より抜粋）

「聞き書きの魅力は、その作品の中で語った方がずっと生き続けることだ」と書籍のなかで小田先生は語られています。



私は、聞き書きの活動に興味を持ち、令和5年9月2日・3日の2日間、城彩苑多目的ホールにて開催された「第6回日本聞き書き学校ＩＮ熊本」に参加しました。

今回の聞き書き学校では、日本聞き書き学校校長であり、ノンフィクション作家・評論家の柳田邦男先生のご講演を聞くことができました。

柳田　邦男　先生

人は物語を生きている～喜びも悲しみも幾年月～と題した講演は、ハンセン病を患った村越化石さんの自選句集を深く読み解く内容から話がありました。

望郷の目覚む八十八夜かな

16歳の時にハンセン病で故郷を離れざるを得なかった化石さんが故郷を懐かしく思い、73歳の時に詠んだ句です。

村越　化石　さん

自分の内面を表現する手段をもつことの深い意味、表現活動によって高められる人間の精神性、自己表現をすることが生きなおす力になるという内容でした。

生きなおすとはどういうことか、それは、辛く悲しい日々から何かのきっかけで前向きに生きられる新しい章に入るのを「生きなおす」ととらえると柳田先生は言われました。

最後に思想家の名言の紹介がありました。

「あなたが人生に絶望しても、人生はあなたに期待することをやめない」

「人生に無意味な時間はない。悲しみの時こそ、大事な時間なのだ」（フランクル）

心に残る言葉でした。

「人は物語を生きている」の言葉通り、人はその人が主人公の物語を生きています。

私は、「聞き書き」はそうしたひとりひとりの物語を丁寧に聞くことによって、ひとりひとりにこうやって生きてきたのだとしっかりと確認してもらい、これから先の人生を自分らしく生き抜いていただくことができるお手伝いができるのではないかと思います。

私も看護師として働く中で、患者さんの思いをうかがう機会が多くあります。患者さんの手や体に触れてお話するとき、どのような人生を歩んでこられたのだろうか、どんなご苦労があったのだろうかといつも思います。穏やかさのなかに強さを感じる言葉もあり、その強さはどこからくるのだろうと、興味を持つこともしばしばです。そして、その知恵や教えは、私の人生のなかで大きな学びになります。

「経験したことを、家族や孫に伝えたい。でもなかなか伝える機会がない。」「自分の人生を振り返り冊子にしてほしい」と思われている方がおられたら、是非。

あなたの人生を聞かせてください。

南郷谷リハビリテーションクリニック
Tel：0967（62）3351
〒869-1602
熊本県阿蘇郡高森町高森2186－1　高森役場向かい
http:// kumareha.net//nangoudani/