



りんりん会報

Rin Rin

～No.61～

平成 23 年 6 月発行

*** ひとりじゃないよ! 仲間がいるよ! ***

～えがお、きつと! す～つと!～



緑鮮やかな季節になりました。

毎年、季節の移り変わりを、周りの風景や花々・風のおいで感じ取り、それが当たり前のように繰り返してやってくるもの、また、水も電気も永遠に私たちに与え続けてくれるものと疑わずに生きてきましたが、今回の震災で、それが見事にくつがえされてしまいました。辛い体験をされた方にとっても、耐えがたい事実になってしまったことと、その無念さを思うと、心がとてもとても痛みます。

りんりんの皆さんには、4月初めに郵送で安否の確認をさせていただきました。電話やメール、お手紙等で『元気ですよ～!』とお返事をくださった方々、本当にありがとうございました。

そして、4月から定例会も復活出来、りんりんはまた歩き始めることが出来ました。皆さんに感謝です。当たり前だったことが実はとても感動的で、一つひとつが奇跡のような出来事のように思うこの頃です。

りんりんで出来ること・・・、それは、どんな時も『ひとりじゃないよ! なかまがいるよ!』って寄り添ってあげること、ずっと継続して『見守っているよ、応援しているよ!』って伝えていくことだと思っています。

(りんりんは、石巻・パセリさんに笑顔が戻りますように、そして患者会が復活できますように、心から祈っておりますし、お気持ちに添いながら応援が出来たら・・・と考えています。)

* 3月11日(金)の東日本大震災で被災された方々に、

心よりお見舞い申し上げますと同時に、

亡くなられた方々のご冥福をお祈り致します。

早く復興されることを切に願っています。

★「第5回りんりん総会」

&「Dr 吉田の乳がん講座」の報告です。



平成23年5月28日(土)・9:30～ 職員休憩室にて

* 第5回総会 *

- 22年度の収支決算報告・事業報告、今年度の年間計画、スタッフの改選を行いました。会則等については下記の通りですので再度ご確認ください。

☆会則の確認です☆

- * 入会された方は、年会費として 2,000 円(資料、謝礼代等運営費として)を一括、あるいは 2 回に分けて納入していただいています。毎回の参加費 300 円(お茶代として)は、参加された時に受付でお願いします。

☆参加する方々へ：約束事項の確認です☆

- * 会の中で知り得た個人情報、皆さんの心の中に留めておきましょう。
 - * 営業、特定団体や宗教への勧誘行為は禁止します。
 - * 患者間の心のケアを目的にしています。非難、中傷、過度の医療批判等をご遠慮下さい。
 - * 他会員、医療スタッフへの迷惑等が著しい場合、即刻退会していただくこともあります。
- スタッフ改選については、総会の中では残念ながら新スタッフが決定しませんでした。患者会を運営していくには、皆さんのお力が必要です。体調やご家族のことも含め、余裕のある方でお手伝い可能な方(都合の良い時のみで結構です。役員会も年に3回程度の実施です。ご協力いただけると嬉しいです。)、代表(高橋)までご連絡ください。
(りんりん携帯：090-6259-9205 でも大丈夫です。)

凜として生きる…そのスタートのお手伝いが『りんりんの会』です。
慰げがけないことは、人生にはつきもの。慰わぬ出来事に心が喜ぶこともあり、
悲しむこともある。泣いたり、笑ったり…。でも、いつもあなたと一緒にです。
りんりんでの素敵な出会いに感謝し、大切に、
一緒に生きている今、この瞬間を大事にして行けたらと思っています。

凜(りん)として “自分のために” 背すじをのばして

輪(りん)として “仲間のために” ひとりじゃないよ!

鈴(りん)として “広く社会のために” りんりんと響きあう

～りんりんの会～

* 第4回・Dr 吉田の乳がん講座 *

※ 『最近の乳がん治療』 講師: 吉田龍一先生(市民病院乳腺内分泌外科科長)

- ☆ 乳がん手術件数の推移 腋窩廓清による後遺症 乳房再建の時期と方法
- ☆ ホルモン療法の有効性 ホルモン療法の副作用
- ☆ 治療方針の決定の変遷 (治療方針の決定に重要なのは、ER/PR/HER2)
- ☆ 外来化学療法の問題点 PET 検査 DPC (診断群包括評価)
- ☆ 日常よく遭遇する困った問題点 遺伝性乳がん
- ☆ がんを持った親を持つ子供の心のケアをするプログラムづくり
- ☆ がん家族における心理的ストレス 医療連携パス (がん対策推進基本計画)

* アンケート結果より *

<感想>

- 最新の治療について医学的なことから制度の知識等どんどん新しいことが出てくるんですね。どうせなら、今から乳がんになりたかった…。医療も全人的な視点での進歩が素晴らしいですね。これからもりもりんに参加しながら、人生楽しく生きたいです。
- 最新の医療情報が学べて有意義でした。新しい知識を吸収することが病気に向かう強い姿勢の原動力になると改めて感じました。また宜しく願います。
- 吉田先生を信じて治療に専念します。これからもよろしく願います。(※他に、とても勉強になった、よかったという記載がありました。)

<質問>・・・アンケートに記載されていた下記の質問については、後日ドクターより回答をいただきました。

1) がんと免疫力について知りたい(免疫力を高める為にはどうしたらよいか?)

免疫力が落ちると癌になりやすいのは確かです。しかし、免疫力を高めれば癌にならないというのは俗説です。ストレスのない生活が一番だと思います。

2) がんは食物に関係があるのですか?

たぶんあります。日本人は欧米並みの高脂肪食となったため乳癌や大腸癌が増えました。胃癌には米飯が関係していると言われています。でも、一番影響があるのはタバコです。副流煙が関係するかどうかは本当のところわかっていません。ここで言えるのは、胃癌になるかも知れないから米飯をやめましょう、天ぷらや、とんかつなど高脂肪食はやめましょうということではありません。そんなことしたらストレスがたまって病気になります。好きなものも含めバランスよく適度に食べるのがいいと思います。

3) 飲む抗がん剤について知りたい

飲む抗がん剤はいくつかありますが、決して副作用がないとか、効果がないわけではありません。注射剤と同様の扱いです。その人に合えば飲んでもらいますが、多くは再発に対するもので、術後の再発予防に使われることは限られた人だけです。

★2 か月遅れではありましたが、年に1度の総会と、毎年恒例とさせていただいていた『Dr 吉田の乳がん講座』を開催、皆さんと共に吉田先生のお話をお聞きすることが出来たことに、改めて感謝したい気持ちでいっぱいのりんりんです。

★私が手術した頃(もう10年前になってしまいました。)と今では随分と治療方法も社会状況も変わって来ています。今回、治療方法の変化や、実際にセンチネルリンパ節生検がどのようにして行われているか、また、遺伝性乳がんについて等、吉田先生から、とても分かりやすく、とても穏やかにお話していただきました。

★特に、最近は医療技術の面だけではなく、患者の環境(家族や子供、仕事等)に対しても目を向けるようになって来ている・・・ということと、一人の患者に対し、Dr・看護師・ソーシャルワーカー・メンタル科・患者会等、全員でバックアップし、安心して治療を受けられるような連携医療(チーム医療)が主流になりつつあるというお話が、とても印象的でした。

★患者はいつも不安の中で、一人で闘っていると思いがちですが、たくさんのスタッフの方々の応援(支え)があるということ、更に、困ったら助けてくれる仲間もいる・・・ということを忘れずにいてくださいね。

By りんりん事務局