



## \* 第12回りんりん研修会 ご報告 \*

テーマ『もっと知ってほしい乳がんのこと・再建のこと』

(H29.10/14(土)古川保健福祉プラザにて)



- 講演『乳がん患者あるある』 大崎市民病院 乳腺外科科長 吉田龍一先生
- 講演『乳房再建について』 大崎市民病院 形成外科科長 清野広人先生
- 質疑応答・・・吉田先生・清野先生・乳がん看護認定看護師・再建体験者
- 『がん相談支援センター・がんサロンの役割と概要』 大崎市民病院 地域医療連携室 相談員

## ★吉田先生から皆様へメッセージ

\* 闘病という言葉がありますが、がん患者さんは病気との闘いではなく不安との闘いです。気持ちを強く持って自分らしく生きて行きましょう。

\* 自分がどうなるか誰にも分かりません。病気を抱えても生きて行かなければいけないし、乗り越えて行かなければいけない(サバイバーシップ) がんになったからこそどうやって生きて行くか考えて行く。人は皆死を迎えます。皆同じ運命です。残された時間をどう使うのか、真剣に考えて生きることが大事だと思います。

## ★清野先生から皆様へメッセージ

\* 再建を決断するまでには、いろいろ大変なことがあります。もし悩まれている方、迷われている方がいましたら、ご検討いただいた上で、形成外科外来を受診していただければと思います。個々の患者様それぞれに合わせた方法など情報提供が出来ますので、是非、ご相談ください。

## ★乳がん看護認定看護師様から皆様へメッセージ

\* がんと診断されてから治療が進んでいく中で患者様・ご家族様も悩んだり迷ったりすることがあるかもしれませんが、一人で抱え込まないでください。身近にりんりんの会や相談室、そして看護師がいます。気軽に声をかけてください。悩みを共有し、一緒に考えて行きたいと思いますのでよろしくお願いします。

## ★再建体験者様から皆様へメッセージ

\* 病院や相談機関、インターネットなどで様々な情報は得られると思います。まず自分の状況について、どのような事が出来るのか把握することが必要と思います。その上で、自分にはどうすることが一番いいのかわかってみてはいかがでしょうか。病気の状況、年齢、仕事、家族構成などでそれぞれ大切なものは異なります。誰かの真似をするのではなく、自分が最も良いと思う、納得できる方法を選択することが大事だと考えています。

当日資料として配布させていただいた『再建体験者から皆様へのメッセージ』(再建を体験されたりんりん会員・BEC12 期生有志合わせて9名の患者様からの情報)は、大崎市民病院がんサロンに置いていただいています。今後、再建に関する情報提供を必要とする患者様方にお届けしたいと考えています。

(※今回、ご協力いただきました9名の再建体験者の方々に、心より感謝いたします。)

## ● 今後のイベントのお知らせ ●

### ★「こころん」(20代～40代の患者様対象)情報交換会(いんいんの会主催)

● 11/11 (第2土) 10:00～ 大崎市民病院 9階会議室にて (参加費 300円)

\* 日頃の疑問や悩みなど、同世代の方々と一緒にお話し出来る機会です。

\* りんりんスタッフがサポートしています。

### ★がん患者さん支援の為にピアサポーター研修会～がんサロン編

● 11/18 (土)・12/2 (土) 13:00～ 宮城県対がん協会にて

\* 誰かのお役に立ちたいと考えている、またはピアサポートに関心があるサバイバーの皆様、サポートのノウハウと一緒に学んでみませんか？

### ★乳房再建全国キャラバン in 宮城

● 11/19 (日) 13:00～ 仙台国際センターにて

\* 乳腺外科医や形成外科医の講演、質疑応答と再建経験者とのふれあいを通して「乳房再建手術」について正しく知っていただくセミナーです。

### ★「アロマセラピー」講習会(いんいんの会主催) ※同封した資料参照

● 11/25 (土) 10:00～ 大崎市民病院 3階会議室にて (材料費 1,000円)

\* 基本的な精油の紹介やアロマの使い方を教えていただいたり、各自お気に入りの精油をブレンドしたアロマスプレーを作ったり…。アロマの香りでカラダもココロもホッと癒されてみませんか？

### ★第6回 With You 東北～あなたとトピックスを考える会～

● 12/3 (日) 12:30～16:00 (12:00開場) 仙台国際センター 会議棟にて

\* 今回、園田マイコさん(モデル)のトークショーの司会・進行を吉田先生が担当、高橋(りんりん代表)も一緒にお話しします。グループワークもあり、たくさんの仲間や医療スタッフとお話しが出来ます。

\* 今年度初で『患者会ブース』を設けていただきました。ご参加いただき、併せてブースものぞいてみてくださいね。

## ～いんいん会報に寄せて No.31～

### 医者の仕事

大崎市民病院 乳腺外科科長 吉田龍一

日に日に寒くなり紅葉もきれいになりつつありますね。

忙しいせいか歳のせいか、考えがうまくまとまらなくなったので思いついたまま書いてみます。

医者というのはどちらかと言えばいわゆる「理系」でして、基本的にものごとは「正しい」か「誤り」かの二つであり、よく言えば論理的ですが、逆に曖昧を許さず情緒的でないとも言えます。例えば、進行した患者さんが来た際に、ずいぶん進行している、ほうっておいたら死んでしまう、どうしてここまでほうっておいたのか、治療はするが必ず再発するだろう・・・などと平気で言う医者が出たとしたらどうでしょう。患者の立場からすれば、そんなこと言われてもがんの知識など持ち合わせておらず、自分にそんなものがあるとは気づかなかったわけで、しかもいきなり再発するなどと言われてはどうしたらいいのかわからなくなってしまいます。実際にはそんなにストレートな物言いをする医者はいないと思いますが、その医者にすれば、正しいことを言っているわけで、確かにその通りになると思われ、言っていることが間違っているわけではありません。でも、事実は伝えるがそれをどう感じるかは患者の勝手だというのは医者としてどうなのかと思います。

学問としての「医学」はもちろん自然科学の1分野であり、生物としてのヒトを対象とする学問であり、思いやりや忖度が入り込む余地など一切ありません。これに対し、「医療」は心を持った人間が相手であり、科学的根拠も大切ですが、思いやりや気遣いも大切です。例えば乳がんという同じ病気に罹っている人は大勢いますが、1人として同じ患者はいません。「医学」は乳がんひととくりしますが、「医療」は個々の乳がん患者を診るものです。ですから、患者ごと、その気持ちを推し量ったうえで科学的な視点からその患者に合った医療を提供することが大切だと思います。そんな中で、どうしても今の医学では患者の希望に答えられないことや、科学的に正しくても患者が受け入れられないこともあります。そんな中でどうにかしなければならぬ、科学と情緒という水と油のようなものを融合させるような仕事だとつくづく思います。

また、病気そのものではありませんが、患者自身も病気のことでも悩み、精神状態や体調を崩すことは多々あります。その原因の多くは医療の不確実性からくる不安です。風邪のように必ず治る病気は心配しませんが、治るかどうかわからない病気あるいは治らない難病だった場合には不安は尽きません。そういう患者に寄り添う、思いやることは大事とわかってはいるものの、実際にどう対処したらいいのか、どう言葉をかけたらいいのかはよくわからないことがあります。先に述べた冷たい医者だったらどんなに気が楽か。事実のみ伝え患者の気持ちを忖度しないで済むのですから。でも、それでは医者はやっていけません。

仕事柄、人が亡くなる場所に居合わせることは珍しくありません。私の場合、当然乳がん患者さんが多いのですが、多くの場合、自分が診断・治療した方がほとんどです。亡くなる理由は乳がんの再発です。わからないとはわかっている、なぜ再発したのか、何が悪かったのか、患者さんが亡くなったときに必ず考えます。同時に、自分は患者に対して真摯に向き合っていたか寄り添っていたかなどと思うこともあります。そうできていないと感ずることが多いから考えるのでしょうね。また、本人はいい最期を迎えられたらどうか、つらくなかったらどうか、また、ご家族の悲しみは幾ばくか、その死に納得しているだろうかと不安になることもあります。最後にご家族からありがとうございましたと言われると、寄り添っていたのかなとホッとします。

がんという病気は、その人の人生を大きく変えてしまうものです。未来が全く描けなくなり、孤独感が募ります。それをわかってあげられることが大切で、医者は病気を治すことだけでなく、患者がよりよい人生を歩めるようにするのも仕事だと思う今日この頃でした。なかなかそうはできませんけどね。

#### \*りりん事務局より\*

- ◆ 今回、りりん会報100号を発行することが出来ました。平成16年10月発行が第1号（第1回目のお茶会の報告）でしたが、毎回話し合ったことを広く提言できれば…と重ねてきた経緯がありました。今まで会報（吉田先生のコラムも含め）をご覧になっての感想やメッセージ（体験談などでもok）など、是非、りりんにお寄せくださいませ。皆様の励ましやお言葉が何よりの原動力となります。
- ◆ 「りりん定例会の中で話せる場が少なくなった」…と言うご意見をいただきました。今年度の計画にイベント（ヨガ・ヨガマッセージなど）を多く取り入れておりますが、初参加の方でも話しやすい雰囲気作りを…との意図で企画しておりました。イベント終了後に必ず情報交換会の時間を取っております。是非、ご参加ください。

**\*連絡窓口:大崎市民病院 地域医療連携室 がんサロン ☎ 0229-23-3311 \***