

がん検診で早期発見・早期治療を

がん検診を受けたことはありますか。健康診断のオプションで受けることができます。今回は、検診でがんが見つかり、早期発見・早期治療につながった経験をお持ちの春山さん（女性・70代）と黒石さん（女性・70代）にお話をうかがいました。（名前はいずれも仮名）

——がんが見つかった経緯と、見つかった時の気持ちを教えてください。

春山…胃がんが見つかったのは18年前の50代後半でした。職場健診と胃がん検診を毎年受けていました。毎年、バリウムを飲んでいましたが、その年は胃力メラにしました。検査中に、先生が「組織を採って検査してもいいですか」と聞くので、「どうぞ」と言って組織を採ってもらい、1週間後に結果を聞きにいくと、「間違いないがんだよ」と告知されました。その時、私は「嘘、信じられない、信じたくない」という気持ちになりました。これまで風邪をひいたこともなければ、病氣らしい病氣になったこともありませんでした。毎日食事をちゃんと作って、おいしく食べていたし、体重も57kgあるし、何の症状もありませんでした。「私は健康だ」と自信満々でしたので、すごくジレンマを感じました。

黒石…60歳で定年退職するまでは職場で、定年後は協立病院で市の健診を、がん検診も含めて毎年受けていました。「この年なので、もうがん検診は受けなくてもいいんじゃないですか」と健診室の人に言っていました。80歳を過ぎてもがんが見つかる人はいるから、受け

ておいたほうがいいですよ」と言われ、昨年も受けました。結果が届いたら、乳腺に石灰化が見られるので精密検査が必要と書いてありました。「えっ」とビックリしながら、協立病院の乳腺外来の予約を取りました。再度、マンモグラフィを撮ったりCTを撮ったりしました。やっぱり、前回まではなかったところに、白い石灰化した影がみられるのでよく検査したほうがいいと言われ、前橋赤十字病院（以下、日赤）に紹介状を書いてもらいました。日赤でも、マンモグラフィやCTをとって検査したところ、病理検査をしたほうがいいと言われました。マンモグラフィをやりながら、針を刺して組織を採りました。2週間後に結果を聞きにいくと「乳がんです」と言われました。身内にがんになった人はいないし、自分ががんになるなんて思っていなかったので、すごくショックでした。

——どのような治療を受けましたか。

黒石…私は部分切除の手術をしました。手術前にはCTやMRIを何回も撮って、転移がないかなど全部確認しました。幸い、リンパに転移はなかったので5日間の入院ですみました。がんの部分は取れましたが、今もポツポツと白いものが残っているので、6月から放射線治療を受けています。残っているがんが再発しないように、白いところに放射線を当てて殺していきます。その後は、5年間日赤と協立病院の乳腺外来で連携して定期的な検査や投薬を行い、再発しなければ終わりとなります。長い付き合いになるけれど、先生を信頼してやれることはやっていくしかないかなと思っています。

春山…職場の仲間から、漢方を使った治療をしている先生がいるから、一度診てもらったかどうかと勧められ、今というセカンド・オピニオンを利用しました。その先生は、もともと外科医だったのですが、漢方が体に優しい治療方法だということがわかって今の治療をはじめ、全国から末期がんの患者が押し寄せてくる先生でした。診察に行き、いろいろと調べてもらったところ、「間違いなくがんだよ」と言われました。先生が1か月分の漢方薬を出してくれました。体へのリスクがないなら、漢方の治療もいいかなとも思っていました。ところが、その先生が帰り際に、「私は神様じゃないから、春山さんの病気を完全に治せるとは言いません。だから、最後は自分の決断でどうぞ」と話されました。それを聞いて、「今回は西洋医学で治療しよう」と私の意志は固まり、がんを発見してくれた病院に行くことにしました。ここでも職場の仲間が助けてくれました。職場の間が、どの医療機関がいいか調べてくれて、そのとき検診をした病院の先生が群馬県内でも5本の指に入る腕前の先生だと教えてくれました。それで、その先生にお世話になることにしました。

治療は手術をすることにしました。最初は胃を3分の2だけ切除すればいいという話でしたが、検査をするうちに、後々のことを考えると全摘したほうがいいよ、そして、胆のうも切除したほうがいいと言われ、結局、胃を全摘しました。手術後に腸閉塞になり、再手術し、結局40日ほど入院しました。中には、全摘した後、抗がん剤治療をする人もいるそうですが、私は抗がん剤治療をしていないので、その副作用の辛さを経験しなかったのはラッキーだったと思っています。

黒石…乳がんの場合も、放射線治療が嫌だから全摘してほしいという人がいるそうです。

—— がんを受け入れるのは大変でしたか。

春山…信じられないというのと、受け入れられないというのと、葛藤だよ。

黒石…私の夫も膀胱がんが見つかりました。夫の身内にも、がんの人はいなかったもので、誰でもがんになるんだなと思います。夫も早期発見だったので大掛かりなことをせずにすみしました。今も3か月に1回ぐらい病院にいつて診てもらっています。その夫の騒ぎが落ち着いたころに、私のがんが見つかったので、本当にビックリしました。夫は今年の2月に手術を受けたのですが、その後、脳梗塞にもなり、40日も入院しました。だから、去年は厄年のような感じでした。

—— 医療者とのかわりで気を付けたことや、医療者への要望はありますか。

春山…病気に対する疑問点は遠慮せずに担当医師に質問したほうがいいと思います。私の場合は、担当医が質問に丁寧に答えてくれました。それが安心材料になるし、医師と患者の関係を良好にしてくれると思います。

黒石…私は、協立の乳腺外来では、日赤からきている先生に診てもらっています。そうしたら、協立でも日赤でも同じ先生に診てもらえます。私は先生を信頼して任せていますが、何でも話せるのがいいです。

私の友人は気になることを聞かずに帰ってくるので、わからないことは箇条書きでもいいからメモして聞いておいてと言っただけ…。

春山…こんなこと聞いたら失礼かなと思った
り、聞きづらい先生もいますね。私は40日入院していたけど、担当医が毎日顔を見せてくれました。すごく笑顔がいい先生で、「今日の調子はどうだい」と声をかけてくれることが安心材料になったし、すごくいい関係だった。医師との信頼関係があれば、病気の半分は治っちゃうと思うぐらい、信頼関係は安心材料になります。先生には、患者の精神的ケアしてもらえ
るといいかなと思います。

——今後の治療のことでの不安などがありますか。

黒石…今は不安というのはありません。再発しないように放射線治療をちゃんと受けて、5年間、ちゃんと調べてもらってれば安心だと思っています。

——がんの発見から18年。今も元気でいられる秘訣を教えてください。

春山…私は体力と気力の両輪で頑張っています。夫には気力だけでまわっているんじゃないのと皮肉を言われますが(笑)。

がんが見つかった時は職場のトップに立っていたので大変でした。職場の仲間が、「そんなに躊躇していて、ますますがんが進行したら私たちのせいになるじゃないの」と応援してくれました。その応援体制には今も感謝しています。ただ感謝しているだけではダメで、今は行動とし

て病んでいる人への恩返しをしています。病んでいる人に出会って、私はこういう経験をするんだよと話し、傾聴しながら、「大丈夫だよ」ということを話しています。この活動が、医療生協の活動とも結びついています。がんにかかったのは大変だったけど、病んでいる人の気持ちかわかるようになったというのは、大切な宝をもらえたと思っています。

——人とのつながりもすごく大切にされているそうですね。

春山…61歳で定年退職した後は、購買生協の理事という役割があり、その後は医療生協の理事の役割がまわってきました。その時代時代に役割があったがゆえに、元気でいられました。それと同時に、人とのつながりがあり、ギブ・アンド・テイクも元気でいられる秘訣です。例えば、仲間増やし10人という目標を立てている支部があったときに、「何のために目標を立てたの?」、「目標をやりきらなくてどうするの?」ということを軽く言っちゃうんです。ただ言うだけじゃなくて、目標を達成するために私自身も動き、有言実行するように努力しています。それが信頼関係に結び付いているのかもしれない。

——何か大変なことはありませんか?

春山…黒石さんにも「そんなに細くてどうするの」とよく言われるので、少しは太らなくたってはと思っています。でも、胃と胆のうがないというのは致命的です。ちょっと食べすぎると下痢になるし、食べる量が課題です。手術前から体重は20kgも減っていて、体力がないのがすごく悩みです。先日、大泉町まで筋力の学習会に行ってきました。そこでは、ウォーキングが大切だと話をされていて、私に足りないのはウォー

ーキングだなど思いました。黒石さんは毎日ウォーキングをしておられますが、私もー日³⁰分ぐらい、家の周りは田んぼなので、森林浴をしながらウォーキングをしようと思っています。

——がん検診をうけようか迷っている人にメッセージをお願いします。

黒石…先生は「毎年検診を受けていたから、早く発見できてよかった」と言っていました。私はマンモグラフィで発見できたのですが、自覚症状もなかったし、セルフチェックしていても気づきませんでした。もう乳がん検診は受けなくていいかなと思って受けていなかったら、発見が遅れて大変だったと思います。今は乳がん検診もー年おきになってしまったので、発見が遅れるんじゃないかと心配です。

私の知り合いは、大腸がんの健診で再検査を指摘されていたのに、仕事が忙しくてー年間放置していたそうです。翌年も指摘されたから再検査に行ったら、もうがんっぽくなっていて、結局、手術をすることになったそうです。ー年前にちゃんと受診していたら、まだポリープですんだかもしれないのと、とても後悔しています。

何かひっかかると怖いからと、検診を受けるのを躊躇する人もいますが、何か見つかったら、すぐに再検査に行けば、ポリープぐらいですむこともあると思います。何もなければホッとします。後で後悔しても遅いと思います。

春山…検診は自分の健康チェックです。迷っている暇があれば、受診したほうがいいよね。

——がんと闘っておられる方へのメッセージもお願いします。

春山…がんで苦しんでいる人にこんなことを言っても、「そんなの」って言われるかもしれないが、私は、「負の環境にいるとき、ここから抜け出して幸せになってみせるぞ」という信念を持つことが大事だと思います。信念が私を元気にさせてくれたと思います。先生にも、「あなたは生きる力がすごいね」と言われました。がんが見つかった時は、夫の両親がいて、子供がいて、夫もいて、私が倒れたらどうなるのという状況でした。だから、周りが元気にさせてくれたというのはありますね。元気じゃないと損だなと思います。

——今日は貴重なお話を聞かせていただき、ありがとうございます。