



# ぎんなん便り



## VOL. 4

2013年3月

行先 wanpaug

少しずつ暖かくなってきました。春の陽気に乗せて、ぎんなん便りもホットな情報を皆様にお送りしたいと思います。



### 市民公開講座「がんになる前にがんを知る～早期発見と治療法～」に参加して

2012年12月16日、大阪国際会議場にて市民公開講座「がんになる前にがんを知る～早期発見と治療法～」が開催されました。口腔がん・咽頭がん・喉頭がん、食道がん、肺がんについて先生方より講演が行われ、パネルディスカッションも行われました。参加された方からの声をお届けします。

#### 「がんになる前にがんを知る」に参加して/植田珠實

今回のテーマは、早期発見と治療法(口腔がん・食道がん・肺がん)でした。高島先生の司会のもと、がんの部位ごとに3人の先生の基調講演が行われました。会場の皆様の熱いまなざしのもと、なごやかに会は進行しました。質問コーナーでは、熱心な質問が相次ぎ、皆も必死なんだなと思いました。終了後に感じたことは、やはり検診の大切さでした。がんにならないためにも、日ごろの生活(運動・食事・飲酒・生活リズム等)を大事にし、そして自分の弱いところを知ることも大事だと改めて感じました。先生のお話から、胃カメラをするときには食道も一緒に診ていただくこと、お酒を飲んで顔が赤くなる人はお酒を飲まないほうが良いということがわかり(周りから「忘年会シーズンでムリムリ」との声が聞こえましたが…)、今日の勉強会が活かされ、心にとどまり、無理なことにブレーキがかかれば嬉しいなと思いました。人生においてがんという病が避けられないなら、検診をして早期発見が大事なことを改めて感じました。

今、残念ながらがんに罹患している人がいらっしゃるなら、患者会があることを教えてあげてください。私はがんになって7年間で4回入院しました。自身の不勉強もありますが、患者会の存在すら知らずに過ごしていました。平成16年、新聞で第1回患者大集会の存在を知り、初めて参加しました。患者会の存在を知り、「今まで病気になって周りに病気のことを話さないで悩んでいたのはなんだったのか」と思いました。患者同士で知恵を出し合い、喋りあえることの嬉しさ、わかりあえることの喜びを知り、仲間で支えあうことで随分勇気をもらいました。がんになってすぐに患者会を知っていたら、随分気持ちが救われていたと今では思います。

市民公開講座は今後も開催されます。興味を持たれた方、ぜひご参加ください。また、患者会を知らない患者さんにも、患者会の存在を知ってもらい参加していただくことで、何かの救いになれば幸いです。





## がんプロフェッショナル養成基盤推進プラン・患者会交流会が行われました。

2月6日に、大阪大学医学部保健学科にて文部科学省 がんプロフェッショナル養成基盤推進プラン「地域・職種間連携を担うがん専門医療者養成」患者会交流会が行われました。現在行われているがんプロの事業内容について、患者の意見を多く取り入れようとする試みです。

患者会を代表して、大阪がん医療の向上をめざす会の山本ゆきさん、中村弘子さん、大阪肝臓友の会の西村慎太郎氏、リンパ浮腫患者グループあすなる会の森洋子さん、大阪赤十字病院内患者会のぞみの会の渡邊美紀さん、そしてぎんなんからは代表の辻恵美子さんが参加されました。話し合われた内容を少し、ご紹介させていただきます。

〈がんプロフェッショナル養成基盤推進プラン〉とは・・・複数の大学がそれぞれの個性や特色、得意分野を活かしながら相互に連携・補完して教育を活性化し、がん専門医療人養成のための拠点を構築することを目的としています。高度ながん医療、がん研究等を実践できる優れたがん専門医療人を育成し、がん医療の向上を推進していくことが目標です。平成24年度現在、全国で15拠点100大学が中心となり、人材の育成に力を入れています。近畿圏内では、京都大学が三重大学・滋賀医科大学・京都薬科大学・大阪医科大学と共に「次代を担うがん研究者・医療人養成プラン」を、大阪大学が京都府立医科大学、大阪薬科大学、兵庫県立大学、神戸薬科大学、奈良県立医科大学、和歌山県立医科大学と共に「地域・職種間連携を担うがん専門医療者養成プラン」を、近畿大学が大阪市立大学、大阪府立大学、関西医科大学、神戸大学、兵庫医科大学、神戸市看護大学と共に「7大学連携先端がん教育基盤創造プラン」に取り組んでいます。今回行われた交流会は大阪大学と神戸薬科大学を中継し、話し合いがもたれました。

### 〈医療者と患者のコミュニケーション不足〉

患者会を訪れる患者の多くは医療者とのコミュニケーション不足に悩んでいる。医師は患者に対して無関心ではないが、多忙すぎるため、どうしても医療者と患者の間に格差が生じてしまう。医療者と患者を交えたお食事会を開催したり、医療者に患者が集まるサロンに来てもらうことで関係性が改善されたり、垣根なく話ができるようになったりと良い効果が見られている。医療者と患者とのコミュニケーション不足を解消するために、医療者と患者を交えたお食事会などのコミュニケーションの場の設定を行うのが良いのではないかな。

⇒医療者と患者さんがコミュニケーションをとれる場をもっと積極的に設けていく必要がある。今回のような会に、患者会の方々が来ていただければということも年に1回と言わず数を増やしていきたい。

### 〈治療方針の選択について〉

緩和ケアへの移行など、治療法の選択についてゆっくり相談に乗ってもらえない患者が多く存在する。相談するシステム自体が存在しておらず、医療者側も多忙で時間が取れていないのが現状である。また、相談しても思うような返答が得られない。

⇒医師と患者との間のコミュニケーション不足を解消する必要がある。がん看護分野の専門看護師および認定看護師によるがん患者へのカウンセリング（相談外来、専門外来）や、がん診療連携拠点病院であればがん相談支援センターも設置されているため、それらを活用していた

だくことも可能である。現在のがんプロの事業では、その役割を担う専門看護師の育成を行っている。

### 〈がん検診について〉

大阪は、全国で1~2位を争うほどがん死亡率が高い。がん検診受診率を1割上げようとすると現場は混乱すると聞いている。また、放射線治療においても患者が増えると治療が受けることができなくなる可能性があることに関してどのように考えているか。  
⇒欧米では、全患者のうち6割程度が放射線治療を受けることができていると言われている。しかし、日本では施設やマンパワーの問題により、放射線治療を受けることができる患者は2~3割程度と少ない。放射線治療を施行する放射線治療医が少ないため、人材確保が必要である。また、放射線治療は他科からの紹介で行われるが、放射線治療の重要性を認識していない医師も多く存在する。阪大病院では月に1回行われるキャンサー・ボードで他科との交流を深めている。がんプロ事業では、人材育成に尽力し、放射線治療を有効に活用してもらうために他科の医師にも啓発活動を行っていく。同時に、一般市民の方々への啓発活動（市民公開講座など）も実施していく必要がある。

関西地区はがん死亡が全国で一番多い地域だそうです。よりより医療を受けることができるよう、私たちの声を大学に届けていきたいと思えます。



**患者の独り言** . . . . . 今月は素敵なお夫婦からの「つぶやき」をお届けします。

#### がん患者のつぶやき/K.K

2005年、乳がん告知後は早くこの異物（腫瘍）を切除して欲しく、喜び勇んで、故郷の英雄・新田次郎著「新田義貞」の上下2冊の本と「水森かおり」のカセットテープ、購入したばかりの携帯電話を持って市大病院15階に入院した。術後は胸から出るドレーン（管）がなくなるまでの14日間、廻り階段を上下して足腰を鍛えて、疲れて熟睡できるよう心がけ、産まれて初めての入院生活を楽しんだ。2006/6/15、辻代表による「ぎんなん入会」募集の張り紙を見て、市大病院6F銀杏レストランに6名が参集し、役員、会則などを決めて患者会らしく活動を始めた。会員集めのために初めて行われた高島先生による講演会では、前座で「男性乳がん患者の体験談」も報告した。あれから患者会を通じて、多数のがん患者とおしゃべりし、先生方の講演も聴講し、また、インターネットのホームページからも学び、良いと思った事を実践した。最近、ホームページや学会誌に男性乳がん患者の治療症例も多数記載されるようになり、某テレビ局出演の「つるべ」の男性乳がん患者を小馬鹿にした「オカマ」の表現は無くなったと思っている。



6年弱続いた乳がん治療が終わり、その副作用が徐々に薄れ、手足末端の神経はまだまだ痺れているが気力が出てきた。ホルモン療法の副作用で疲れてしまい、3年間休んでいた太極拳、大極剣も、今年から美人の師匠から「お帰りなさい！」と云われて嬉しくなっちゃって始めた。瞑想（坐禅）も2年前から始めているし、ヨガも挑戦しようかと思っている。もちろん、新鮮な野菜は手術当時から家庭菜園で栽培し、定期的に送って貰った黒舞茸も加えて多食していた。今後は老化の進行を如何に遅くするかの戦いである。これもすべて患者会・ぎんなんの皆さんと市大病院、サポートしてくれた妻のお

蔭と感謝している。感謝！感謝！です。

### ここまでこれた私達夫婦/K.K

私達夫婦は二人とも関東の生まれで、私は結婚と同時に大阪に来ました。今年で51年となり、子供が生まれ、一家で年に2回はお互いの両親に孫を見せに帰りました。やがて、子供が大きくなると故郷で結婚式やら、法事やらと帰ることが多くなると息子達は「2人で帰ってきていいよ」と



云うようになり、車で行くと道中10時間ぐらいかかりますので、途中で寄り道をして行くようになりました。まず富士山に登って行きました。それから山に魅せられ、日本中にある百名山を20ほど登りました。主人が60歳で定年になり、槍ヶ岳に登ることになり、長男が学校の教師だったため、夏休みを利用し、「危険な山に登るのだから一緒に登って観察してやるよ」という事で、3人で登ることになり

ました。その時に限って、主人の頭が重く、調子が悪く、一番遅い歩きでした。その頃から血圧が高かったのだと思います。

それから1年か2年して胸の膨らみがあり、私はドキッとしました。頭に変な予感が横切りました。高血圧治療で行っている病院で先生に「胸のことを云ってきてね」と強く私は云いましたが云って来ませんでした。7年ほど経過して、たまたま、隣の主人が入院した病院へ見舞いに行ったのがきっかけで、突然、病院へ行く決心がつき、その場で乳がんとわかり、即座に市大に入院し手術をしました。当時は今のような情報がありませんでしたので私も何が何だかわからず、云うが云われるままの毎日で、外来でキョロキョロと、誰かと話がたく、不安のまま帰ってきました。初めて化学療法室が出来、そこで患者会の事を知り、ぎんなんに入り、いろいろな情報や勉強会に参加し、がんはこうゆうものなんだとわかりました。女性特有の病気？なのにまさか自分の主人が乳がんになるとは何とも言えない気持ちですが、私にも可能性のある病気なので少しの変化でもドキドキしてしまい、マンモグラフィは2回も撮りました。

私達夫婦はぎんなんの会がここまで引っ張ってきてくれたお蔭で今があると思います。本当に感謝しています。主人も今年で8年目に入り、主治医も褒めて下さいました。これからも頑張りたいと思います。患者会の皆様、ボランティアの皆様に教えられ、助けられた事を私は微力ながらも恩返ししていきたいと思います。

♪ 毎週木曜日、13時から16時半まで市大病院1階奥の化学療法センター前がんコーナーにて「サバイバーによるミニ患者会」を開催しています。心配なこと・誰かに聞いてほしいこと・教えてほしいこと・知りたいこと・思ったこと・困ったことなど、どんな些細なことでもいいですので、気軽に気持ちをお伝えください。どなたでも、時間内ならいつでも参加自由です。

大阪市立大学医学部附属病院がん患者サポートの会「ぎんなん」ホームページ

<http://cscginnan.com/>

お問い合わせ先：メールアドレス [gankangin@cscginnan.com](mailto:gankangin@cscginnan.com)



編集者 北野愛子 発行人 辻恵美子