



ぎんなん便り



VOL. 5

2013年5月

イラスト wanpaug

少しづつ暖かくなって参りました。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。



アフリカ・ケープタウンで「第17回乳がんサポート会議」が開催されました

3月20日より南アフリカ最南端の都市ケープタウンで開催された乳がん患者の世界大会に、ぎんなん代表の辻が参加しました。その様子を少し皆様にご報告させていただきます。

2013年3月17日夕方、私達一行は関空からドバイ経由で23時間、南アフリカ最南端の都市ケープタウンの空港に降り立った。乳がん患者の世界大会に参加するためである。

構成メンバーは乳がん患者2名、医療関係者1名、糖尿病+潰瘍性大腸炎患者1名の4人。

空港は静かで空気は穏やかな秋の気配。空港からホテルまで30分。ホテルは市の中心部にあり、ウォーターフロントから徒歩10分、大会が開かれる国際会議場はホテルに隣接している。

大会の会期は19日～22日だが、19日はco-medicalが中心となるため、私達患者の参加は20～22日となる。はじめて訪問した都市でもあり、しかもいろいろな問題を抱えている南アフリカということもあって余裕を持って入国することにしたのだ。

18日・19日はオフなので市内観光と有名な喜望峰見学に充てた。開催都市の雰囲気を感じてから参加に備えたいと考えたからだ。

テレビや雑誌で知ってはいたが、百聞は一見にしかず、ケープタウンはアフリカというよりはヨーロッパの港町の雰囲気だった。ただ何かが違う。何が違うのか。

ここから先は何もない広大な海からの強い風と、ケープドクターと呼ばれるその風に、汚れを吹き飛ばされた清浄な空気、光、昔虐げられた人々が、隷属からの解放を主張して建てた、色鮮やかな色彩の建物と、其の後ろに控える神秘的な標高1000メートルのテーブルマウンテン、不屈の精神と未だに貧しい黒人達、それらが一体となって他の都市にはない雰囲気を作りだしていた。

翌日20日は午前9時からオープニングセレモニー。準備に手間取り、4人共少し遅れて入場、会場は既に一杯だった。明るい衣装の黒人達が目立つ。今までの大会にはなかったものだ。ケープタウンでの開催は成功だと感じた。RRI (Reach to Recovery International) 主催のこの大会は世界中の乳がん患者の連帯と啓発を目的として、2年に1回世界各地を廻って開催される。世界各国の患者の実情や治療法なども紹介される患者主導の国際会議兼勉強会である。毎回30カ国以上、300人から400人位までが参加している。前回の台湾は700人も参加者だった。今回はアフリカ、しかも最南端の都市とい



うことで参加者がどの位か気になっていたが、ランチやパーティー会場でいつもの顔ぶれに出会い、2年ぶりの再会を喜んだ。日本からは私達4人のみの参加だった。

この大会は乳がんの啓発と患者のグローバルな連帯を目的としているが、そこには患者達の熱い思いが流れている。乳がんの寛解率は89%。転移再発患者も、多く存在する。再発の不安を抱え、辛い治療に耐えて、「2年後に又元気で会おうね。それまで頑張る！」患者達の切なる願いが込められているのだ。事実、常連だった私の大会仲間、ナイロビのマリーは自国での今大会を目前に天国へ旅立っていた。愛する御主人と大学生のお嬢さんを残して。

大柄で陽気でおしゃれなマリー。色鮮やかな衣装で黒人の乳がん患者達の思いを力強く代弁していたマリーに私はもう2度と会うことは出来ない。

アフリカにはがんより怖い命に係わる様々な感染症が沢山ある。そのためがんに対する人々の関心は低く、啓発は進んでいないのが、現状である。私自身も乳がん患者でありながらアフリカ女性の乳がん罹患を、アフリカ全体の問題の中で軽く見ていたような気がする。

こんなことがあった。ホテルの室内係の若い女性に大会で配布された乳がん冊子を私がプレゼントした時、彼女は有難うを何度も繰り返しながらそれを大事そうに胸に抱きしめた。

私は驚いた。そして思った。彼女達は乳がんの情報を欲している。ここまで情報は届いていないのだ。室内係の顔に啓発に奔走していたマリーの顔が重なった。私は自分を恥じた。

今回のケープタウン訪問は大会参加は勿論のこと、観光で訪れた町やそこで接した人々をとおして、私に沢山のことを教えてくれた。

心強く感じたのはこの国では、全ての子供達に均等に教育の機会が与えられているのか、どんな地域にも制服を着た子供達の姿があった。彼らが成長した暁にはどんな都市が作られるのか楽しみだ。たくさんの人種によって構成されたこの都市はこれから更なる発展を遂げるに違いない。

辻 恵美子

がんは日本だけにとどまらず、世界中でみられる疾患です。地域差のない医療、情報提供の在り方を考えて行く必要があります。私たちは日本から世界へ、そのことを発信していきましょう。



ぎんなん2013年度の総会・勉強会が開催されました

4月27日、大阪市立大学医学部附属病院にて2013年度の総会と、胃がんの勉強会が開催されました。総会の内容に関しては、会員の皆様に別途資料が送付されていることと思います。

参加された会員さんからの勉強会に関する報告をお伝えします。

勉強会に参加して

4月27日午後2時から大阪市立大学医学部附属病院の18階の会議室にてがん患者サポートの会「ぎんなん」の主催による勉強会が開催されました。テーマは「知っておきたい胃がんの知識とがん対策」です。講師に大阪市立大学大学院医学研究科 病院教授 大平雅一先生をお迎えしました。

胃がんの一次予防として、バランスのとれた栄養をとること・減塩・禁煙など、食生活や生活習

慣を改善することや、ピロリ菌の除菌について、わかりやすく教えていただきました。また、ストレスをできる限り回避することが予防になることがわかりました。二次予防として、胃がん検診などで早期発見して早期治療をするということですが、大阪は、胃がん検診の受診率が最下位ということなのです。

昨年、藤井寺市の健康福祉部 健康課から「平成 25 年度検診のご案内」が届きました。昨年は胃がん検診を受けませんでした。今日の勉強会で検診の大切さを教えていただきましたので今年はずっと検診を受けたいと思います。

田中 裕子



がんの治療は早期発見・早期治療が大事だと言われています。そのためにもがん検診を受けることが大切です。家族の方にも検診の大切さを伝えていきましょう。



患者の独り言

今回もお二人の会員さんが素敵な独り言を寄せてくださいました。

山中孝子さんの「独り言」

平成 5 年頃、主人が口の中がおかしいと言ひ、耳鼻咽喉科で診察してもらいましたが、原因がわからず、やっと大阪日本赤十字病院の外科の先生にお願いして耳鼻咽喉科の部長の先生に診てもらうことができました。先生はその日の午後には手術が入っていたので、手術着で診察してくださいました。主人が診察室に座るなり、舌をガーゼでつかみ、ぐるっと回しました。すると舌の奥のほうに紫色の、楊枝の頭のような小さなものが見えました。これが舌癌でした。その日のうちに手術の予約をしました。

手術は平成 6 年 6 月 2 日大安の日に行われ、約 10 時間もかかりました。そのとき、私は般若経を手術が終わるまで唱えました。手術が終わって、集中治療室にマイクで呼ばれたとき、私は心臓の音が自分でもわかるほど大きく感じました。ストレッチャーに乗せられて、体には蝸の足のよういろいろな管がつけられており、びっくりしました。

知人に般若経を千回拝むよう、教えていただき、日を切って 1 日に 64~65 回、両手で拝みました。般若波羅蜜多心経です。毎日、山中家のお墓へお参りし、自宅で飼っている 2 匹の犬を散歩させ、赤十字病院に行き、夜は般若経を 3 回拝み、休息するという暮らしを続けました。2 人の家政婦さんに来てもらい、助けていただきました。

私自身は肝臓癌で 1 年に 1~2 回カテーテル手術を受け、今で 6 回目です。主人は私より 4 歳上で、今は元気です。私たち夫婦はいろいろなことがありましたが、今は幸せです。主人 81 歳、私 77 歳。今年の 1 月で 59 年目、平成 27 年 1 月にはダイヤモンド式でとても楽しみです。

林 田鶴子さんの「独り言」

若くして母を乳癌で亡くし、私自身も奇しくも 49 歳の時に左胸にしこりを感じ、すぐに検査を受け市大病院で乳がんの全摘手術を受けました。1.5 センチ大の大きさをリンパ節にも飛んでいた

ので、脇のリンパ節も廓清し、大胸筋までとる大手術でした。最近は温存手術がよく行われるようですね。術後はホルモン治療と定期的な検査を受けていましたが、4年半後に再発、首や鎖骨の際に小さい腫瘍を見つけては、外来でもぐらたたきのように手術を6回も受けました。

でも、仕事に早く復帰していたので、あまりくよくよ悩むことなく過ぎたように思います。3か月検診も受け、ホルモン系のお薬を段階を踏みながら飲み続けました。アロマシンが一番長く飲んでいたように思います。左腕のリンパ浮腫を伴いながらも治療を続けました。身近な母、姉を見てきたので、反面教師としてよく頑張れたように思います。

子供2人は幸せな結婚をし、孫も4人、皆健康です。3年前に81歳の主人を看取ることができました。主人は肺気腫で10年ほど闘病しており、残念ではありますが、心配ばかりかけた分少しでもお返しができたかもと勝手に思ったり、いやいや・・・と反省したりしております。

一昨年、腰の圧迫骨折で入院し、市大への通院が不可能になり、そのうちに転移していた肺の病状が悪化しました。この年齢で少し迷いもありましたが、化学療法（タキソール・アバスタ）に踏み切りました。一人暮らしでしたが、子供たちに支えられ、副作用と闘い、今はまた、自由な一人暮らしを満喫しております。ストレスをためないようにして、今後もヘルパーさんに少し助けもらいながらやっていけそうです。今日まで来られましたのは、先生のおかげです。

姉の関係であけぼの会に入っていた時期がありました。会報に触れ、教えられ、励まされ、元気をいただいたことを思い出します。落ち込んだ時ももちろんありますが・・・。その姉も今年米寿を迎え、今も健在なので久しくあけぼの会の友の話をしておりました。

先日101歳で天国に旅立たれた柴田トヨさんの“(略)私辛いことがあったけれど、生きていてよかった。あなたもくじけないで”の感動的ミリオンセラーの詩集およびお写真は往年の母の暖かい眼差しとだぶり、私の一人暮らしを応援してくれています。

最初の乳癌から30年経ちました。肺転移と言われながらも20年、癌と共存しながら精一杯生きてこれました。高島先生をはじめ、家族、山口さん、辻さん、周りの皆様にも恵まれ感謝感謝です。ぎんなんの会の病友にもエールを送ります。“くじけないで”

私も今年八十路を迎え、トヨさんをよく見習いたいものです。少し楽しいことにも目を向けて癌との道連れですが頑張りましょう。前向きに・・・。フェソロデックスや新薬にも期待しています。

緩和ケアやしびれのことにも勉強し、ピンクリボンの活動にも思いを巡らせたいと思っています。参加できそうなときには誘ってください。どうぞよろしく願いいたします。



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



編集者 北野愛子 発行人 辻恵美子