

ひとりではありません。心を開ける仲間がいます。

Heart Man Report

患者の安心を繋ぐ 二人主治医制の勧め



永寿総合病院
がん診療支援・緩和ケアセンター長

廣橋 猛

「緩和ケアは末期になってから受けるもので、まだ私には早い。」そう考える患者からの声が多く聞かれる。しかし、それは間違っている。緩和ケアが対象とするのは、痛みといった身体のみならず、これからは抗がん剤の副作用や、これからどうなっていくだろうという漠然とした不安や、仕事やお金のことなど現実的な問題。すべてのがん患者にとって切実な問題に取り組み、生活の質を高めることを目標としている。長く治療に取り組むがん患者にとって、緩和ケアは早期から伴走すべきパートナーである。

また、このような声も多く聞かれる。「がん治療は終了だから緩和ケアに行けと言われて、見捨てられた気分になった。」これは少なからず現実起こり得る会話。悲しいかな、がん治療医の中で、このような説明をする医師がいるかもしれない。この見捨てられ感を無くすために、私が提唱しているのが「がん治療医と緩和ケア医の二人主治医制」である。

二人主治医制とは、がん治療医と緩和ケア医が並行して診療を行うことを意味する。抗がん剤治療のために通院している患者は、たとえばがん治療医の診察を隔週で受けながら、緩和ケア医の診察を二ヶ月おきに受ける。緩和ケア医との診察では、さまざまなたらさの緩和に関わる話題から、いつか病状が悪化したときにどう過ごすか、いわゆる終活の話題まで多岐にわたる。がん治療についての意見を求められることもある。そして、もしいつの日か抗がん剤治療の継続が難しくなったとき、いわゆる緩和ケアが主体となる時期を迎えられたとき、がん治療医から緩和ケア医へ主な関わりをバトンタッチしていくことになる。どちらかだけでなく、並行して診療を行いながらゆつくりとバトンタッチしていくので、患者にとっても見捨てられるという感覚を和らげることができ、受けられるかもしれないし、安心して診療を受けることができるだろう。

病状が悪化したときに備えるのは、縁起でもないという考えもあるだろう。しかし、特に再発・転移しているほとんどのがんは、一生病気と付き合っていく必要がある。いつか積極的な治療を続けられなくなるかもしれない。であるならば、もしものとき自分が困らないような備えをしておくことは、むしろ安心につながるのではないだろうか。緩和ケア医は、患者にとっての最善を期待しながら、最悪に備える支援を約束したい。

このような早期から緩和ケアを受けることの重要性を示した報告もある。世界で一番有名な医学雑誌に掲載された研究では、ステージIVの非小細胞肺がんの患者に、治療しながら緩和ケアを受けていた群と、そうではない群を比較したところ、緩和ケアを受けていた群の方が約三ヶ月生存期間の延長が認められた。なぜ緩和ケアを受けた方が長生きできたかという点、効果が乏しい抗がん剤治療を無理に続けず、適切な時期に終了することで、余計な体力を消費せずに済んだからと言われている。将来の準備ができていれば、そして患者個々の価値観を尊重して相談できる相手がいれば、少しでも自身にとって望ましい過ごし方を選択できるのだ。

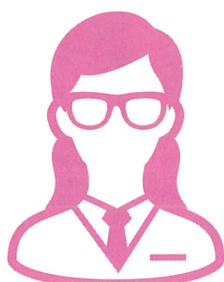
ぜひ緩和ケアは死を連想するからと忌み嫌うのではなく、皆さんが良く生きるために活かしていただきたい。皆さんが関わる病院や、地域の中で味方となる緩和ケア医を探してみたい。

※廣橋猛氏には七月二〇日(土)に開催します第9回「がんを学ぶセミナー」TOKYO2019でも「患者の安心を繋ぐ二人主治医制」と題してお話しいただく予定です。

二人主治医制



がん治療医



緩和ケア医



涙の研究をしている神経科学者ウィリアム・フレイは、「涙を流すことで、自分で意識すらできてない、身体的に悪影響を及ぼすほどのストレスを減らすことができます。」と言っています。逆境に立たされたとき、涙を流すことは一処法かもしれません。

「私とがん」の共生

(がんになっても明るく過す)

勝俣 清三(膵臓がん)

このタイトルは大きいと思いますが、実際に生活をしていて感じるどころです。

世界的建築家の安藤忠雄氏が「膵臓がん」で膵臓全摘をした」記事を二〇一七年九月二十八日付けの新聞で知りました。安藤氏は胆嚢・十二指腸・膵臓がなくても医師から「膵全摘した人で生きてる人はいませんが、元気になった人はいません」と言われたそうです。それを聞いた安藤氏は「それでは膵全摘で元気で生きて行こう」と決心したようです。この記事を読んで私は元気を貰いました。

私は二〇一七年三月に体に黄疸があり、食欲もなく胸がムカムカしていました。しかし、それ以外の自覚症状がなく普段通り勤め先へ朝食後向かおうとしていました。その時、息子から「仕事に行く前に病院に寄って診てもらったら」と初めて言われました。近くのクリニックで血液検査を受けそのまま仕事へ行きました。翌日、クリニックから勤務先に電話があり、「大至急伝えたいことがあるからクリニックに来るように」と言われました。クリニックでは「血液検査の結果、肝機能の値が基準値の十倍以上あり、精密

検査が必要だ」と言われました。その足で、近くの総合病院を紹介され、そのままその総合病院に緊急入院となりました。二〇一七年三月二十八日に検査入院をし、検査の結果膵臓に腫瘍があることが判明し、四月一〇日に約十二時間におよぶ膵頭十二指腸切除手術を受けました。約二カ月の入院生活でしたが、六月末無事に退院し、同時期に前職を退職しました。しかし、すでに八月にはハローワークの紹介で新たなパートの仕事を始めました。

術後の生活は敢えて外に出るようにして、自宅では過ごさないことにしました。とくに抗がん剤の副作用には悩まされましたが、痛みより外に毎日出かけて忘れることにしました。もちろん家族の協力がなければこれはできませんので、それからはすべてを話すようになりました。とくに妻はがんになつてからベストパートナーとなり何でも相談のつてもらう最大の助言者となりました。大感謝ですね。

その後、がんが膵尾部に転移し、同年一〇月に全摘手術を受けました。現在はゲームシタビンとアブラキサンの抗がん剤治療を二週間(週休み)のクールで受け、また二型糖尿病患者として血糖値測定とインスリン投与を自己管理の下、毎日行っています。

普段の一週間の生活は、月曜日は生涯大学校へ通い、火曜日は通院、水曜日は休日、木曜日は新たなパートを始めました。金曜日は市シルバー人材主催の中老年英語しゃべり隊の講師役をし、土曜日は合唱団へ行つて大声で歌つてストレス発散し、日曜日は近所の老人福祉センターの受付のパートをしています。もちろん移動は徒歩中心で歩くことを心掛けています。

食事は制限もあるので、ここでも妻の大援

助をいただいています。

ここで大事なことの二つに経済的な観点が必要だということです。公的な経済支援は自分から積極的に動きかけ、市の高額療養費制度利用や障害年金等の活用などを最大限利用すること、これらを勝ち取ることも「生活が明るく過せる方法ではないか」と思います。

また私はがんサポートコミュニティや膵がん教室やSNS等へも積極的に参加し、交流を広め、自分の境遇と同じ体験者がいないか探したりしています。

目指せ、それから追い越せ「安藤氏を！」

ジョン・グレイの著書『ベスト・パートナーになるために』では、「男は火星から、女は金星からやってきた」と評され、異性人である男女にとつて「分かち愛」が何よりも大切と説きます。勝俣さんと奥様の関係、まさにベストパートナー、素敵ですね。



術後二〇年目を迎えておめでとう

M.K(卵巣がん)

私が卵巣がんの手術を行つてから早くも二〇年目を迎えました。二〇〇七年に最初に受診した病院で卵巣がんと診断され、一度目の手術をしました。抗がん剤治療で小さくしてから再度手術することになりました。九ヶ月間治療を続けた翌年、二〇〇八年に逆に腫瘍が大きくなってしまい、もう手術はできないので緩和ケアに行くように勧められました。

諦めきれずにセカンドオピニオンの病院探しが始まり、最初にジャパン・ウエルネス(現がんサポートコミュニティ)の故竹中

先生、渥美先生に面談していただきました。「手術ができる病院があるのではないか。諦めずに手術に挑戦したほうがよい。他の婦人科医の意見を聞いたほうがよい。」等の貴重なアドバイスをいただき、諦めかけていた自分に再び頑張ろうという気が湧いてきました。その後、国立がんセンターでセカンドオピニオンを受け、都内の大学病院の先生を紹介いただき診察を受けることができました。先生がCT画像を五分ほどジッと見てから言われたことは、「手術できません。この病院ではあなたのような難治性のケースでも手術できる研究をしています。」でした。二週間後には大手術となりました。が、無事腫瘍を取り除くことができました。二〇〇八年の手術後一〇年経過しますが、再発もなく現在に至っております。先生との出会いは奇跡であり、命の恩人だと思っています。

当時のことを考えると今でも闘病の苦労と不安な気持ちがいまだに思われて、今ここに元気な自分がいることが信じられないくらいです。一〇年前に病院から手術ができなかったと言われた時、私は体調も悪くもうほとんど病気が立ち向かうことを諦めていて、セカンドオピニオンを受けるとか、誰かに相談するとか、何か行動を起こそうと考えていることができませんでした。そんな私に主人から「他の病院にいろいろ聞いてみよう」と励まされ、私はやっと行動を起こす気になりました。自分一人だつたらどうなっていたのかとも思います。家族や医療関係等の話を聞いてくれる相手がいることの重要性を感じました。相談することによって新しい情報やいろいろな考え方を得て、これからどうしたら良いのか自分の考えを整理し前に進むことができます。心身ともにしんどい時です