

突然の病の波がくれたプレゼント

—第7回「CLインストラクターの会」発表から

吉岡 順子



「がん患者交流会」

1995年4月、おむつがとれるか取れないかの息子を残してCLトレーニング後期を受けました。研修から戻ると、おむつはすでに取れていたはずの息子といっしょに遊びに出かけたら、おもらしをしてみました。私は一週間も留守をしたから赤ちゃん返りして、またおむつが取れなくなったと自分を責めてぼーとしていたら、息子が「お母さん、ほくどこで着替えればいいの」と。ああ、これがCLだ。私はこういうことを学んで来たんだと強く思いました。この記憶が鮮明に残っています。その後子供からたくさんのCLを教わり、発見もたくさんありました。子育てで、仕事で、とてもCLは役立ちました。

自身の入院体験をしたおかげで、がん患者さんたちとたくさん知り合いになり、今、友人と「がん患者交流会」を立ち上げて6年目になります。[「心は今のままでいい」](#)が教材になっていて、何頁を読んで今の自分を振り返るとかに、とても役立っています。

最近余命2ヶ月と宣告された人が、ドクターに「緩和ケアにそろそろ行きなさい」と言われました。「私は死ぬのでしょうか」と聞きました。普通なら、「そんなことないよ」と答えるかもしれませんが、CLを知っている私は「そうね、いつかは」と答えたら、彼女はとてもびっくりしていました。

でも治療がこれ以上できない、治療は終わるとするのは医者の方針です。医師のする仕事はもうないと告げただけです。「あなたの目的はなんですか」「どうやって過ごしたい」と聞くと「心は今のままでいい」の中にある、その場に身を置くという内容が心に残っていて、自分の家で過ごしたい、ご主人と大好きなペットの犬といっしょに過ごしたいという希望で「じゃ、おうちに帰りましょう」と同じ会のケアマネジャーさんと相談して、その日のうちにベッドを入れ、療養しやすい環境を整える手配をしました。

病院の医師にその旨話すと「緩和ケアに行かずにどうするのか」と驚きと疑問の様子。往診をする医師を見つけ、訪問看護にする段取りをして、自宅に帰りました。

彼女はその後2週間は痛みもなく元気で食事もし、腹水がたまるとその処置のために2週間入院し、自宅に戻る。余命は2か月でしたが、することはたくさんあり、医師に治療はないと言われましたが、その時その時の症状にたいする治療はたくさんあります。それを医師に伝え、「家で過ごしたい」目的を伝えれば、なにをどうするのかわかることを日々学んでいきました。

ガンの告知への疑問を解決する(癌告知のプロセス)

がんの告知とはなにを患者に告知するのかという疑問が長年頭に引っかかっていた。「がん患者交流会」で癌にかかった人たちと関わったことから、この疑問を今現在整理できたことは以下の点です。

1. ファーストオピニオン

セカンドオピニオンと皆さんはよく耳にされているでしょう。実はその前にファーストオピニオンを理解していないのが現状です。普通、医師の「癌です」と言われた時点で患者は頭が真っ白になって死ぬと誤ってしまいます。

まず、病名が疑いなのか、確定なのか。疑いであれば、どういう症状で疑われるのか。確定ならどういう検査が基になっているのか。診断がついているとしたら病状がどうなのか、転移しているのか…などをしっかり医師から聞きます。するとほとんどの場合セカンドオピニオンは必要ありません。

2. セカンドオピニオン

それでもセカンドオピニオンを求めるとすれば、セカンドオピニオンはその先のことをどう考えたらいいかのアドバイスをもらうためです。それを間違っセカンドオピニオンの医師に治療してもらおうとするのは違います。セカンドオピニオンは治療にはつながりません。あくまでも説明だけで、手を引きます。高いお金を払ってセカンドオピニオンを頼むと一時間余の時間をとってくれるので充分説明が聞けます。しかし、直接の治療にはつながりません。

3. 治療

治療の目的をしっかりと知ることが大事です。根治的な治療か、進行を抑えるためか。そして自分は何を選ぶのか。医師は何を薦めるのか。

4. 治療の効果評価をする

それは体の自分の症状と生活の状況。治療のために今の生活を維持できなければ意味がありません。

5. 緩和ケア

やはり終わりはくるし、治療の限界はあります。緩和ケアの目的を知ることが大事です。治療を受けながら緩和ケアを受けられます。まったく治療をせず、緩和ケアだけにするのか。緩和ケアで痛みを取ることをだけにするのか、時間を延ばしたいための緩和ケアかで痛みを取り除く薬の使い方、薬の種類も違ってくるので、自分の最終の人生目標をはっきり医師に伝えます。

6. 自分の体の変化を知る


緩和ケアで麻薬を使うと麻薬の使用量で死に至ることがあります。痛みはおさまったが、体の異常があるなど、常に自分の体の症状を客観的に見て知る努力が必要です。例えば、痛みのスケールをつけておくとか。緩和ケアが有効になります。

7. 最期

終末の迎え方を自分で計画するか、描いておきます。最期を迎えるのは自宅か病院か。エンディングノートを書いておきます。

以上のプロセスのまとめはCLを知り、実践してきた成果とレイノルズ先生にお礼申し上げます。

(宮崎県CLインストラクター)

 [目次へ戻る](#)