∞∞

ニュースレター「がん１１０番」第73号 2016.8.20

NPO法人 がん患者支援ネットワークひろしま

∞∞

毎日、厳しい残暑が続いていますが、「NPO 法人がん患者支援ネットワークひろしま」の会員の皆さま、ならびに当会の活動をご理解いただきご支援いただいている皆さまにおかれましては、お元気にお過ごしのことと思います。ニュースレター「がん 110 番」の第 73 号をお送りします。

核廃絶へ 演説17分

にじむ理念 未来志向強調

日米「和解」印象づ

座標軸

訪問を新たな出発点に

71 年前の 8 月 6 日の朝、広島市は原爆投下により世界初の原爆被爆都市となりました。当時の科学技術の粋を集約した原子爆弾は、「科学が人類を滅ぼすかもしれない」という「科学の矛盾」を教えています。先日、原爆投下国から初めて来広したオバマ大統領が、核廃絶と世界平和を訴える長い演説を残しましたが、果たして平和な世界は実現できるのでしょうか。

医学は科学の一分野であり、文明の中で進化してきました。私が専門としている放射線を使った検査や治療は、「放射線の平和利用の象徴」です。次々に開発される医薬品も、健康と長寿を求める人類のために役立っています。現代科学は、経済活動に支えられ進歩発展してきましたが、現代医療も同様であり、経済活動とは切っても切れない関係にあります。

今後の医学発展が、人類に平和をもたらすのか、その逆もあるのか---。本号の「抗がん剤：オプジーボ」の話題は、「科学の矛盾」について考える良い教材だと思います。ご一読ください。

理事長　廣川　裕

● 今年度の第 2 回（通算で第 70 回）**「市民のためのがん講座」**は、**「腹部のがん」**です

今年度は、**年間共通テーマ**を**「がんの早期発見と再発がん」**として、(1)胸部・(2)腹部・(3)骨盤部・(4)頸部の各種のがんについて、4 回に分けて勉強しています。

○平成 28 年度「市民のためのがん講座」

第 2 回（通算 70 回）**「がんの早期発見と再発がん　(2) 腹部のがん（肝胆膵、胃腸）」**

廣川　裕（当会理事長、広島平和クリニック院長）

○と　　き　　平成 28 年 **9 月 4 日（日）** 午後 2 時～4 時　（開場：1 時 30 分）

（8 月 28 日の予定でしたが、**日程が変更**になりました）

○と こ ろ　　**広島県民文化センター**　（広島市中区大手町 1 丁目 5-3　☎082-258-3131）

早期がんのほとんどは全く無症状ですから、自発的に検診を受けるか他の病気の精密検査で偶然発見されるかの、どちらかにしか早期発見の機会はほとんどありません。有効な検査法など早期発見の方策を知ることは、がんから身を守るための重要な理論武装になります。

一方、がんの治療後に不幸にして再発する場合があります。そういった再発がんでも、比較的早い時期に発見されれば、完治のチャンスは十分にあります。がんの再発の仕組みを知ることは、無症状のうちに再発を早期発見するための重要なポイントです。

しっかり勉強して、「賢いがん患者」になりましょう。

● 広島県がん対策推進委員会（平成 28 年度 第一回）報告

現行計画（第 2 次）の計画期間が平成 29 年度で終了することから、「ひろしま未来チャレンジビジョン」に掲げる「安心な暮らしづくり」、また「がん対策日本一」の実現に向けて、次期計画(第 3 次:平成 30～34 年度)を策定することにしている。その全体プロセスが示された後、今回は主として現行計画（第 2 次）取組状況と成果と将来における課題について、熱心な討議がなされた。以下にその概要について報告します。

１）　菊間　健康福祉局長の新任挨拶

菊間新局長からは、がん対策日本一を目指しているが、まだたくさんの課題が残っている。特に受動喫煙防止、検診受診率向上はもっと向上率を上げる必要がある。受動喫煙防止については、4 月に適用が開始された条例にのっとりきちっとフォローするとともに、デーモン閣下のポスターで、認知度が上がったがん検診は如何に受診率の向上に結び付けていくか、現行計画をきっちりフォローして第 3 次計画に結び付けていきたい。さらに、がん患者就労支援、在宅緩和ケアもますます重要になってきている。これらのことを踏まえて、今まで取り組んできたことや新たな課題についても反省し、新たな計画の策定に向けた審議をお願いしたい。

このように、局長自身が現状の問題点をしっかり認識されており、3 次計画は足が地に着いたものにできそうな予感を感じた。

２）　県がん対策計画（第２次）の効果および課題

・受動喫煙防止

条例に基づく受動喫煙防止対策の徹底を図っていく必要がある。公共の建物内は全て禁煙とすべし、たばこは間違いなく有害なのだから、色々と抵抗はあろうがしっかり推進してほしいという意見が出ていました。

・がん検診

「Team　がん対策ひろしま」登録企業は熱心な企業が多いので、裾野を広げていきたい。

一方がん検診推進員は市町によって要請されたものの、有効活用できていない市町もあり、さらなる向上が必要。総じて検診の認知度は上がった。これを受診率向上に結び付ける地道な活動が今後の課題である。

・がんに関する情報提供

最も活発な意見交換がなされた領域であるが、広島がんネットへのアクセスの仕方が分からない、広島県にアクセスしても広島がんネットに行きつけないし、地方のお年寄りにも容易にアクセスできるようにすべきであるなどの意見が出ていた。

・医療分野

専門スタッフの養成がうまく進んでいない。医師は現在の担当医療で手一杯の中、現在の養成の進め方が本当に実現できるやり方なのか、現実を直視してしっかり考える必要がある。

・緩和ケア

教育は進んでいるが、これが医療現場で生かされているかという点で、疑問がある。この点に焦点を当て検討する必要がある。

以上が要点であるが、今回の会議では現在の課題をしっかり掘り起こして、単なる数値目標ではなく、現場の実態として役に立つ施策を考えていく気運があり、期待できると正直思った。私は、前回のニュースレターに投稿した原稿をもとに発言しましたが、委員の方や県とのとベクトルは合っており、目指すゴールは共有できていると感じました。

副理事長　　井上　等

● 一個の生命体として、最後の自分に挑む

一個の生命体として、最後の自分に挑む

大仰なタイトルを付けました。でも、がん患者は、初期、末期を問わず、誰もが直面する問いではないでしょうか。不安と不信、希望と絶望、生と死。特に医療機関、主治医、治療や処方への信頼関係は、そう簡単には成り立たない。ここが不十分な場合、あらゆる処置の効果は半減します。半減どころか裁判沙汰となる場合も散見されます。私の場合、大腸がん発症に端を発し、肝臓及びリンパ節転移、腹膜播種と 9 年間にわたるがんと加療の経験が現在も続いております。その間、10 指を超える先生方に手術、処方、アドバイスを頂きましたが、治療サイドと患者サイドのコミュニケーションは十分と言えない。専門的な解説に終始する医師と分からないままに頭を下げる患者。妻とあれこれその日の帰りに疑問をぶっつけるが、結局、分からないままに終わる。病院が病人を作る端緒がここにある。第一は手術、処方のミスによる再発・転移だが、第 2 がこの信頼関係の不全による悪化である。廣川先生率いるこのがん講座及びセカンドオピニオン開設は、患者及びその家族にとっては、ピースボートのような存在と言えよう。私も節目、節目で相談に乗って頂き、九死に一生を得、現在がある。

がん治療は、先生方との共同作業

専門家である先生方と対するとき、最も望まれるのは、がん治療は、先生方との共同作業であると患者が認識を新たにすることであろう。自分の身体の主人公は私である。がんは自分でも直すと決意すること。で、どうするか。まずは基本書を読む、資料を集めることから始める。①がんの原因と手術の現状 ②人間の臓器や脳や神経の基本的な構造や働き ③死の恐怖に立ち向かった人類の歴史や先人君子たちの教え（私の場合は、人類誕生までの歴史、大自然、精霊、ギリシャ、トルストイ、良寛、芭蕉、脳の話、安保理論、食事療法、抗がん剤否定論等）特に、信頼性に疑問のある先生と対する時は、最新版の医師向け治療ガイダンス読本を読み込み、疑問を文書で提出。結果的に致命的な処方中止を納得してもらった経験がある。逆に、紹介を受けた先生方には、私の過去の治療記録を年代ごとに整理したものや家族構成、食事療法、夢、身体強化の体操手法などを写真付きでまとめ初診時に説明致しました。要するに、ある程度のがんに対する勉強を患者自身がやること及び先生方に治療経緯など自分というものを事前に知ってもらう。専門用語が出たらその意味を先生方や看護士さんに聞き、知識を増やすことによって、治療サイドとの関係作りに努力することが、治療効果を高めることにつながります。

断捨離のすすめ

3 番目にやるべきことは、ストレスや疲労のもとになることの断捨離。私の場合は、大学での年間を通しての講義、不必要な世間的おつきあいの辞退、母親の自宅介護から施設介護への変更などです。しかしある程度のロードと夢、テーマを持たないと免疫力が落ちてきたりします。また病気のことばかり考え、却ってストレスを負うことになります。よい方向へ良い方向へと自分を誘導していくことによって、残り少ない時間の密度を高める。その基本は、食事と体力強化。正常細胞の劣化を防ぎ、悪性細胞への間断のない包囲網つくりです。まず食事療法は、世俗的に言われている極端な〇〇食事療法は避け、正常細胞に十分な栄養とタンパク源、野菜、酵素、ビタミン、ミネラル分を供給する。そのあとは散歩や有酸素スポーツ。私の場合は、毎日プール、瞑想体操、軽めのジョギング、軽めのアレー、前立腺強化、スクワット、150 回の深呼吸などです。その中で瞑想体操の写真をご覧に入れましょう。場所は 16 階にあるプールの窓、向こうには瀬戸内が広がる。スクワットと深呼吸を、形を変えて 150 回、太極拳風に手を揚げ、太陽や島々の精霊の呼び込み。アボリジニー、ギリシャアテネの神々、大和の卑弥呼や天女、時には中国大陸やアメリカ大陸などの祖霊を体内に招き入れ、患部に送り込み、がんたちを落ち着かせます。そのとき、全国のがんと闘う患者たちや死闘中のがん友にも、神々の精霊パワーを送るそして祈る。今日も一日生きられた。ありがとう…と。

会員　田村 国昭

● 一病息災　「おしゃれと健康」

おしゃれをすることは、自分の気持ちを明るく軽妙なものにします。あかぬけた身なりと気の利いた言葉や態度は、まわりの人たちへも好い印象を与えます。

実際、おしゃれをしていると、実年齢よりも若くみられますし、からだも元気な状態ですねーと感じてくれます。この場合、あらためて自分がそれなりに健康であることがわかり、かえって生き生きとした気分と、さらには元気が湧いてくるのを覚えます。

私見ですが、日頃の「養生」や「健康維持」のためには、程度に応じた“おしゃれ”をするほうが、気も引き締まり活力ある日々をおくることができるのではないかと思っています。

理事　和田 卓郎

● 連載「がんになって（３０）抗がん剤「オプジーボ」の副作用に対する私の治療戦略　−少し手遅れですが−」

米国において、1 人あたりの抗がん剤治療費は、2000 年以前は年間 1 万ドル(約 120 万円)以下であった。2000 年頃から次々と分子標的薬が登場し、2012 年には年額 9 万 2000 ドル(約 1100 万円)に至った。日本でもおおよそ同じと思われる。

今、免疫チェックポイント阻害薬「オプジーボ(一般名；ニボルマブ)」が注目されている。従来の抗がん剤では、進行性悪性黒色腫は治療不可能であった。この薬を併用したら、無増悪生存期間が 11.4 ヵ月も伸びた。その後の研究で、従来の抗がん剤と比べ、①がん種を問わない、②副作用が少ない、③末期でも効き始めたらずっと効き、再投与もできる、という大きな特徴があることがわかり、本薬の第一人者である本庶佑先生は、ノーベル賞が期待されている。非小細胞肺がん等、次々と保険適用が承認され、現在、米国、日本、EU を含め 48 ヵ国で使用されている。

ニボルマブ（オプジーボ）
20mg　150,200円
100mg 729,849円

但し、これまでの分子標的薬以上に高額なのである。悪性黒色腫では、体重 75 キロの米国人に対する薬価は年間 11 万 8000 ドル(約 1420 万円)、日本では 65 キロの人に使用すると約 1700 万円かかる。よって、国民皆保険制度、高額療養費制度のない米国では個人の懐を、日本では国家の財源を圧迫している。よって米国では、「新たな副作用」と揶揄されている。

ここで、オプジーボの誕生を紐解いてみよう。1992 年、京都大学の本庶教授(当時)の研究室の大学院生だった石田靖雅先生が PD-1(Programmed cell death-1)という、免疫に関与する蛋白質を見つけた。本庶先生は、がんの治療に応用できると思われ、研究を進められた。マウスを用いて、抗 PD-1 抗体にがん抑止能力があることを見つけ、2002 年発表、小野薬品工業と共同研究をすることになった。マウスに投与した、マウス型抗 PD-1 抗体はアレルギー反応の問題でヒトには投与できない。ヒト型抗 PD-1 抗体にすることが必要である。米国のベンチャー企業、メダレックス社がその特許と技術をもっていて、すぐに作った。2006 年より米国でヒト型抗 PD-1 抗体(オプジーボ)の臨床試験が始まり、よく効くことがわかり始めた。2009 年、米大手製薬会社、ブリストル・マイヤーズスクイブ社がメダレックス社を買収。2011 年、ブリストル社は、当時小野薬品がすべての権利を保有していた北米以外の地域のうち、日本、韓国、台湾を除く世界各国におけるオプジーボの開発、商業化に関する権利を獲得した。言い換えれば、日本のメーカーは日本人が創った高価なヒット商品オプジーボを、日本、韓国、台湾の 3 ヵ国でしか売ることができない。

2011 年の世界の医薬品売上高ランキングを見てみよう。1 位がファイザー(米)で 575 億ドル、ブリストル社は 212 億ドルで 11 位、小野薬品は上位 30 位には入っていない。ブリストル社と小野薬品の実力の差は明らかだ。

もし政府等が支援し、小野薬品がメダレックス社を買収していたら。これが、少し手遅れの私の治療戦略なのである。一部マスコミは、「医学の勝利が国家を亡ぼす　ー夢の薬をみんなで使えば国がもたないー」と

主張し、高齢者の利用に言及している。しかし、元気な高齢者は、オプジーボを使って少しでも長生きしたいと思うであろうし、子供さんや医師もこの意見を尊重するだろう。高騰する医療費は、世界共通の悩みで、日本に限った問題ではない。ではどうするか？

結果論になるが、「もし産学官が一致団結し小野薬品を支援し、メダレックス社を買収し、世界中の販売権を手に入れていたならば---」。

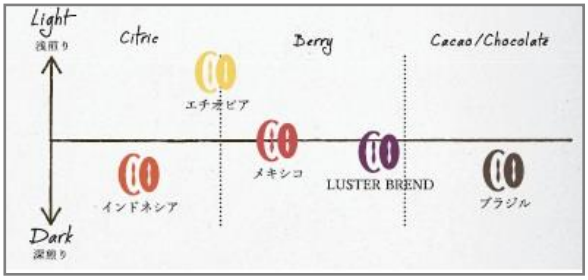
理事　井上　林太郎

● Dr.津谷のコーナー　「カフェをオープンしました」

6月1日より私のクリニックに隣接してカフェをオープンしました。CAFE LUSTER（カフェラスター）というお店です。売りはスペシャルティコーヒーと手作りマフィンです。LUSTERとは、英語で「艶・光沢・輝き」という意味で、「津谷」にかけています。

いままで仕事の合間に、ただお茶代わりに飲んでいたコーヒーでしたが、このたびカフェと関わることになり、スペシャルティコーヒーについて少し勉強してみました。日本スペシャルティコーヒー協会によるスペシャルティコーヒーの定義は、『生産国においての栽培管理、収穫、生産処理、選別そして品質管理が適正になされ、欠点豆の混入が極めて少ない生豆であること。そして、適切な輸送と保管により、劣化のない状態で焙煎されて、欠点豆の混入が見られない焙煎豆であること。さらに、適切な抽出がなされ、カップに生産地の特徴的な素晴らしい風味特性が表現されることが求められる。』とされています。

本当に美味しいコーヒーは、「甘くて香り豊かな飲み物」です。深煎り浅煎り問わず、口当たりが柔らかく、甘さと香りを楽しめるコーヒー味の本質を引き出さなくてはなりません。「浅煎り」のコーヒーはフレッシュさや繊細なフレーバーを楽しめます。「深煎り」では豊かなコクや質感を楽しむことができます。



CAFE LUSTERで扱っているコーヒー豆を紹介します。

1. LUSTER BLEND
まろやかなコクの中にドライフルーツのような甘みが包まれた表情豊かなオリジナルブレンドです。

2. エチオピア（イルガチェフェ小農家）
さくらんぼや紅茶を思わせる飲み口。余韻にはシトラスのような爽やかさが広がります。

3. メキシコ（サンタクルス農園）
カラメルやオレンジのような風味。甘さと酸味のバランスの良さが特徴です。

4. インドネシア（リントン地区オナンガンジャン）
柔らかい苦味とハーブのような風味。口当たりは滑らかできれいな飲み口です。

5. ブラジル（イルマスペレイラ農園）
アーモンドのような風味としっかりしたロースト感。濃厚な甘さがある力強いコーヒーです。

以上、カフェのコマーシャルになりましたが、ちょうど1年前のこのコラムに「コーヒーの効用」と題して、コーヒーを1日3-4杯摂取する人は、ほとんど飲まない人に比べ全死亡リスクが24%低下する論文を紹介しました。今回はがんに対する効果ですが、国立がん研究センターのコホート研究によると「肝臓がん」のリスクを下げる効果はほぼ確実、「子宮体がん」のリスクを下げる効果も可能性ありとのデータを追加紹介しておきます。

コーヒー好きの方にとっての、うれしいニュース第2弾でした。

副理事長　津谷　隆史

● 妻の腰痛手術 看病記　「元気な家内が、まさか二度も手術するとは---！！」

昨年の暮れ､近くのスーパーに買物に行った家内が､突然足が動かなくなりタクシーで自宅へ帰りました。しばらくすると治った様子なので安心していたところ、だんだん歩行困難になりました。行きつけの整形外科で治療を続けていましたが、一向に改善されません。MRI 撮影の結果、脊椎管狭窄症と診断されました。

紹介された JR 広島病院の検査で、脊椎管狭窄症と股関節症の 2 箇所の手術をすれば膝の痛みも解消するとのことでした。3 月のはじめに脊椎管狭窄症の手術で 2 週間入院をしました。股関節は JR 広島病院から紹介された中電病院で手術をすることになりました。

脊椎管狭窄症の手術をしても膝の痛みは続きます。痛み止めを飲んでも、わずかの時間しか効かず、イタイイタイの毎日です。朝の挨拶は「おはよう」から「痛みはどう？」に変わりました。何とかしてやりたくても何もできません。

右側が人工の股関節

家では 2 本の杖や歩行器の助けを借り、外出は車椅子でした。体験してみて分かることですが､街の中で健常者にはなんでもない路も凸凹があり､障害者にとっては車椅子で移動することすら難しいことを知りました。介護保険の手続きもして、風呂や階段に手すりを付け、トイレも改良するなど家の中はできるだけ障害者仕様にしました。

1 回目の手術から 2 か月後の 5 月半ば､中電病院で股関節に人工関節を入れる手術をしました｡翌日からベッドの上でリハビリが始まりました。それから 6 週間、午前と午後で 1 時間ずつ土日も休みなしのリハビリが続きました｡中電病院は杖をついて普通の生活ができるまで回復させるのがモットーだそうです。

術後は膝の痛みも無くなり、全く上がらなかった左足が少しずつ上がるようになって行きます。手術とリハビリのお陰です。半年の苦痛が嘘のようです。

入院中の 5 月 27 日、家内はアメリカのオバマ大統領の広島訪問をテレビの中継を見ながら、窓からも平和公園の様子を見ることができました｡ニュースでオバマ大統領を見ると､入院のことを思い出すそうです。

病院を退院しても当分は 2 本杖で歩くように言われています。杖に頼る生活の不便さはありますが、痛みがない生活がこんなに快適なことであるのか、健康の有り難さを実感しています。

〝まさか〟の我が家には思わぬ副産物があったと家内は言います。食事、掃除、洗濯など家事を一切したことがない私が、半年の間に何とかこなせるようになったことだそうです。

男の料理教室

私たちは義母と一緒に生活し、娘二人と合わせ 4 人の女系家族でしたので、これまで家事をする必要が全くありませんでした。このたび、家内が家事がだんだんできなくなり、その間に仕方なしに手伝いをはじめたお陰で、入院中もそれほど困りませんでした。

料理などしたこともなかった私ですが、先日は近くの公民館の「男の料理教室」へ行きました。先生に手つきが良いと褒められ、気をよくして次回も参加しますと約束して帰りました。

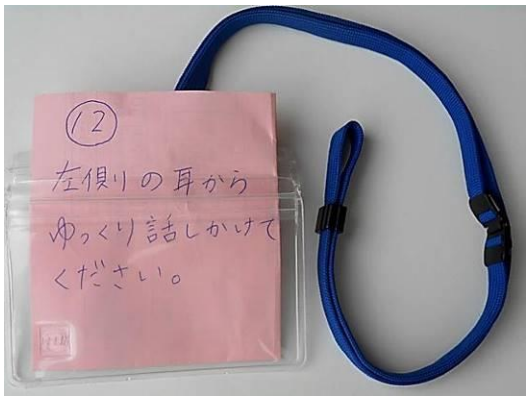
私たち夫婦は間もなく喜寿を迎えます。私が 15 年前に前立腺がんの手術をして再発し、今も治療を続けていますが、至って健康な家内は病気らしい病気をしたことがありません。今、二人で健康であることの幸せを噛みしめています。

この半年間、3 つの病院の治療を受けました。2 回の手術をしてくださった先生方をはじめ、看護師さんなど大勢の皆さんに大変お世話になりました。

本当にありがとうございました。

事務局長（理事）高野　亨

● 看護師さんの機転に感謝！



先日、広島赤十字病院で一日人間ドックを受診しました。
最近難聴が進み、賑やかなところでだんだん聴き取りが難しくなってきたので、最初の検査の時思いついて、看護師さんに「難聴で説明や指示が聴き取りにくいのですが、その都度説明するのも大変なので、首から下げておいて見てもらえるようなプレートはありませんか」と尋ねてみました。
看護師さんからは「すみません、準備してありません」という返事があり、あきらめて次の検査項目に行こうとしていたら、先ほどの看護師さんが小走りで追いかけてこられ、手作りのプレートを名札ホルダーに差し込んで、「今日はこれでお願いします。ぜひ考えておきますので」というすてきな対応をして頂けました。そのプレートには「左側の耳からゆっくり話しかけてください」と書いてあり、必要十分な情報が盛り込まれていました。その日は一日ずっと作ってもらったプレートを下げて受診しました。プレートのおかげで、受診はとてもスムーズにできました。

自分がお願いしたものの、始めはそのプレートを下げて、検診されているみなさんの中を回るのに少し気恥ずかしさと抵抗がありました。でも、回っている中にすぐに慣れて気にならなくなり、便利さを実感しました。
このプレートはとても便利で役に立ちそうなので、取っておいて今からも使おうと思っています。
このようなちょっとした心遣いが、不自由がある身にはどれだけありがたいことなのかを身をもって知ることができました。
機転を利かせてくださった看護師さんに深く感謝したいと思います。

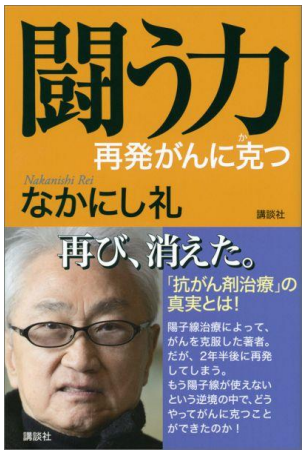
会員（ボランティア）佐伯 俊典

● 小生の前立腺がん放射線治療体験記　「さわやかパンツのおすすめ」

かつて小生の前立腺がんへの放射線治療の際、頻尿や尿漏れ対策として紙おむつ（パンツタイプ）を初めて使用しました。薄型で軽くさわやかにフィットしました。
ある日、入浴後、新しい紙おむつを着用した折り、そのさわやかさにふとおむつをした幼児が喜々として、座敷中を走り回っている情景を思い出しました。何だか私もそのような気分となり、あたかも自分が幼少期に戻ったような、いわば若返った気持ちになりました。
放射線治療中、治療後も、幸い尿トラブルもなく過ごしましたが、着用しているだけで、“尿漏れへの心配なし、これで大丈夫”という安心感を持てたのでした。
したがって、私は現在も必要に応じてこの紙おむつパンツを愛用しています。なにしろ衛生的で爽快だからです。尿漏れへの安心感もあり、大いに満足しています。
内に紙おむつパンツを着用し、服装はおしゃれな身なりで街を歩くとき、その面白いギャップに一人微笑んでいます。
毎日が気楽なのです。

理事　和田　卓郎

● Dr.井上林太郎の書籍紹介



闘う力　－再発がんに克つ－
なかにし礼 著　講談社　2016年2月初版

はじめに

抗がん剤療法に関して、私達は「末期でも効き始めたらずっと効き、再投与もできる」という特徴をもつ、免疫チェックポイント阻害剤「ニボルマブ(商品名；オプジーボ)」を手に入れた。手術療法に関してはロボット手術が登場し、精度、安全性が向上した。放射線療法では、高精度放射線療法が一般的になりつつある。保険適用外で費用の問題は残っているが、陽子線治療、重粒子線治療の分野では、日本が世界の牽引役となっている。「進行がん、転移・再発がん」は、厳しいのが実情であるが、医学の進歩は頼もしい。ただし、死が常に付きまとう。多くの場合、「1ヶ月、もしくは、数ヶ月単位」で将来のことを考えなければいけない。場合によっては、「今日」「明日」の単位で--。その場合、私たちはどのように気持ちを整理するか。本書はその参考になったので、紹介する。

著者の紹介； なかにし礼

1938年中国・牡丹江市生まれ。数々の名曲の詩を手掛け、日本レコード大賞ほか多くの音楽賞を受賞。作家としても2000年に「長崎ぶらぶら節」で直木賞を受賞。2012年、食道がんが見つかり、闘病生活を描いた「生きる力－心でがんに克つ－」では陽子線治療を広く世に知らしめた。

著者の病歴

26歳時、心筋梗塞に罹患。54歳時(1992年)、心室細動という重篤な不整脈を伴う心筋梗塞に再罹患。

2012年2月下旬(73歳)より、声が出にくい、胸のむかつき感、軽度の疼痛等を自覚するようになり、心臓病で通院中であった北里研究所病院で上部消化管内視鏡検査施行。4cm大の食道がんが見つかった。他臓器への転移はなく、ステージⅡ。抗がん剤治療→手術→放射線療法を勧められたが、心臓の機能が悪いので手術には耐えられないと判断され、手術は拒否された。都内の他の病院で、抗がん剤治療と放射線療法を受けられたが、放射線療法は副作用のため4回で止められた。腫瘍は2cmまで縮小していた。退院後、国立がん研究センター東病院での陽子線治療(保険適用外のため約300万円)を選択された。そして6月28日、抗がん剤と陽子線の併用療法が終了。7月20日検査。がんは完全に消えていた。－「生きる力」より－

本書の内容・感想

がんが消えてからも、3ヵ月毎の検査は続いた。2015年1月27日CT検査施行。リンパ節がほんの少しだけ膨らんでいたため、がんセンター東病院で、PET-CT施行、ピンク色に光っていた。気管支の近くで、前回がんのあった食道の裏側辺りだったので、今回は陽子線を使うことが出来ない。穴が開いてしまう可能性があるためだ。他方、気管支にも密接していて、それがいつ気管支の膜性壁を破ってしまうかわからないという切迫した状態であった。この「穿破」が起きてしまうと多臓器不全となり、そのまま死に至る。生きられたとしても長くて4日。そういう危険な状態であった。

2月25日手術。想像以上にがんは気管支に密着していてメスを入れることは難しく、何もすることが出来ずに終わった。CT検査をして3月2日退院。がんは当然ながらさらに大きくなっていた。主治医より、再度「穿破」の説明があった。「なかにしさん、穿破が起きるのは早ければ今日かもしれないと思ってくださいね」。

抗がん剤治療を開始。著効した。1回目で約60%の大きさになり、2回目でその半分になった。そして、4回目の効果を見るために、7月13日、PET-CTを施行。がんは消えていた。

しかし、放射線科のA医師より、「この状態は完全に治っているわけではなく、目に見えない大きさのがんは間違いなくある。陽子線で叩きましょう」。その後、抗がん剤治療と陽子線治療を行い、9月13日終了。A医師より、「これで十分でしょう。」

尚、5月25日から今回の闘病を題材にした「夜の歌」という連載小説を、サンデー毎日で始められた。

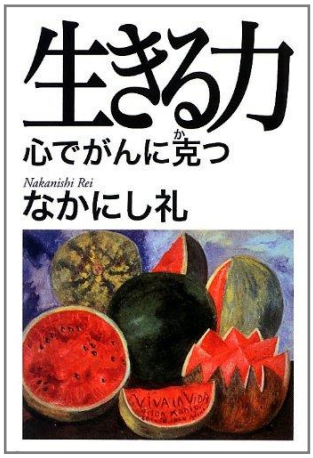
「穿破」はたまたま起きなかった。それは結果論であって、毎日奥様と、「今日も生きたね」とハイタッチされていた。どのようにして過ごされていたのか。第五章「闘う力」より抜粋する。

『習慣として好きな作家の本は読んでいたが、前回のように先人の言葉を借りて自分を勇気づける余裕などはなかった。そんな発想すら虚しく感じるような絶望感が私を支配していた。（中略）どうしようもない、死霊が鉄槌を持って私の目の前に立ちはだかっている。いつ穿破が起きて死んでしまうのかわからない、言わば死のカウントダウンの最中に、希望や勇気など持とうとすることなどファンタジーでしかない。

瀕死の状況にある作家によって創造された文学とか芸術なんて過去には存在しないのではないか。残酷な世の中に生きることを強いられた作品であっても、ほとんどが希望というものを持ちながら生み出されている。ドストエスキーの作品でさえもそこには希望はあった。そういった中で私にとって最も心素直に受け止められたものがある。それは「般若心経」だ。

「般若心経」が語るものは「虚空」だ。「色即是空」「空即是色」この世の森羅万象はすべて空であり、空なる世界にこそ森羅万象がある。いかにも禅問答のごとき表現だが、私はこの表現にこそ人間の叡智が宿っていると感じるのだ。それは虚無主義やニヒリズムといった人間否定の思想とは違う。「空」にして「色」、「色」にして「空」という全否定と全肯定はいったいなにを意味するか。それはたぶん人間存在を三百六十度丸ごとすべてを認めるという意味であろう。ゆえに「不生不滅」であり「不垢不浄」「不増不減」なのである。　がんなどという病と闘っている身にとってはまことに勇気を与えてくれる言葉でもある。たとえば、「無老死」「無苦・集・滅・道」「無有恐怖」「遠離一切顛倒夢想」、病気などになってくよくよすることはない。畢竟たどりつくところは「究竟涅槃」なのだから。信仰もないのに涅槃に到達することができるのか、などと心配するには及ばない。涅槃そのものも「色即是空」かもしれないではないか。

と、私は勝手な解釈をしながら、「般若心経」を何度も読んだ。かつて心臓病に倒れた頃、「般若心経」を毎日写経して過ごしたことがあるが、その頃より今のほうが数倍心にしみる。



そしてもう一つ、心にしみた言葉は、旧約聖書の「伝道の書」である。

「空の空、空の空、いっさいは空である。日の下で人が労するすべての労苦は。その身になんの益があるか。世は去り、世はきたる。しかし地は永遠に変わらない。日はいで、日は没し、その出た所に急ぎ行く。川はみな海に流れ入る、しかし海は満ちることはない。

すべての事は人をうみ疲れさせる。死ぬる日は生るる日にまさる。知恵が知者を強くする。善を行い、罪を犯さない人はこの世にいない。

若い者よ、あなたの若い時に楽しめ。あなたの若い日にあなたの心を喜ばせよ。

若い時と盛んな時はともに空だからである。」

「般若心経」も「伝道の書」もともに宗教書であるが、ユダヤ経と仏教の教えがあまりに似ていることに驚くのである。といってもなにも急に私が信仰に目覚めたわけではない。宗教書は常に死について語っているから耳を傾けるに値するのである。私はどこまでもカミュを愛する者の一人であるから、神もない、明日もない、希望もない、何もない、という「無」の中で、何ものにもすがることなく鈴木大拙言うところの「日本的霊性」の「命」の原理に従い、創造の神秘と歓びに導かれて生きる道を好む。

その生きる道とは、言葉を変えて言うなら、真に私に活力を与えたのは「小説を書く」という創作活動だった。』

初発の時の闘病記「生きる力」の中では、カフカ、チェーホフ、ドストエフスキー、カミュ等の著書を引用され、それらの英知に触れたことが「生きる力」となってくれたのだと説かれている。だが「再発」した今回は、それが打ち砕かれたのだ。闘う力は、「般若心経」と「旧約聖書」からしか得られなかったと言われるのである。

私も、今後進行がんに罹った場合はどうしようか、いつも迷っていた。私は本書を読んで安堵した。あの難解な、カフカ、カミュ等の古典を読む必要はないのだ。そして決意した。「般若心経」に頼ろうと。今はあまり興味を抱かないが、いざというときは役立つかもしれない。とりあえず、ネットで注文した。

理事　井上　林太郎

● 広島県内のがん関係イベント情報

○平成２８年度第２回「市民のためのがん講座（全４回シリーズ）」（通算第７０回）
日時：2016 年 9 月 4 日（日）午後 2 時～4 時（開場 午後 1 時 30 分）
場所：広島県民文化センター　（サテライトキャンパスひろしま　大講義室）
（広島市中区大手町 1-5-3　TEL:082-258-3131）
テーマ：平成 28 年度　年間共通テーマ「がんの早期発見と再発がん」
「腹部のがん（肝胆膵・胃腸）」
廣川　裕　（当会理事長、広島平和クリニック院長）
受講料：無料、事前申込不要
問合せ：携帯：090-4573-1044、担当：高野　亨（事務局長）
連絡先：事務局（TEL 082-249-1033,　http://www.gan110.rgn.jp/）

○在宅緩和ケア講演会（平成 28 年度広島県緩和ケア推進事業）
日時：2016 年 9 月 10 日（土）午後 2 時～4 時（予定）
場所：広島国際会議場ヒマワリ（広島市中区中島町 1-5）
テーマ：「最後まで自分らしく生きるを支える」
13:30～　開場
14:00～14:10　挨拶　広島県健康福祉局医療・がん対策部長　金光義雅
14:00～ 講演
座長：広島県緩和支援センターセンター長　本家好文
演題：「最後まで自分らしく生きるを支える」
講師：（株）ケアーズ白十字訪問看護ステーション統括所長
暮らしの保健室室長　秋山正子先生
受講料：無料、事前申込不要
主催・問合せ
広島県緩和支援センター・緩和ケア支援室（県立広島病院）
TEL：082-252-6262（直通）

● 編集後記

８月に入った途端に殺人的な暑さです。皆さんバテていませんか？　十分に休養を取ることはもちろん大事ですが、たまには和田先生を真似ておしゃれし、津谷先生のカフェに行きたいです･･･ね、みなさん？（ま）

■ 発行： NPO法人 がん患者支援ネットワークひろしま 事務局
http://www.gan110.rgn.jp
■ お問合わせ： info@gan110.rgn.jp
TEL & FAX：082-249-1033
■ Copyright： NPO法人 がん患者支援ネットワークひろしま

このニュースレターは、当会の会員に配付しております。
当会の活動を充実させるため、入会希望者のご紹介をお願いします。