

ラッキーだった。広島赤十字原爆病院の先生と直接話が出来、予約を取る事ができた。セカンド・オピニオンだ。

広島まで車で2時間、島根県益田市は県西部、出雲、松江に行くよりも近い。地元病院の主治医にお願いして医療情報提供書やフィルム等を用意して、広島に向かった。この行為がみなさんが恐れる

## がんから学ぶ

—がんサロン主宰者が語る—



1937年5月、石川県金沢市生まれ。同志社大学文学部卒。特殊精密機器メーカーの㈱フジキン 総務部長兼改革推進室リーダーを経て、1994年3月、1ターンの益田市移住。益田ドライビングスクール合宿型システム作りを依頼される(ガアの夜明けで放映)。その後、C・T・V創生研究所設立。地域で観光、定住、教育、医療など街おこしを実施。2005年12月、全国初のがんサロン開設。

島根益田がんケアサロン 代表  
C・T・V創生研究所 所長 納賀 良一

## 主治医に気兼ね 必要なし

行為らしい。そんなことを主治医に話しているのだろうか、主治医は怒るのではないだろうか、と。自分や家族の命がかかっていることなのに何の遠慮があるのだろうか。

この行為が「セカンドオピニオン」なのだ。その制度はたいいの病院が行っている。むしろ主治医に内緒で病院を変えてしまい、内緒で別の病院を受診することの方が問題だろう。同じ検査をする無駄が出てくるし、費用もかかる。病院を変えてしまうわけではない。違う医師の意見を聞くだけなのだ。同じであればそれぞれ安心して次に進めるのだ。

広島でお会いしたのは若い女医D先生だった。非常に親切に説明を受けた。地方の医師にはこのような対応は見かけない。素晴らしい対応だった。

私たちもラッキーだったのは、D先生も遠方から名指しで来た患者を受けるのは初めてのことだったようだ。D先生は即座に2種の抗がん剤治療を数例示され

た。それと同時にPETを薦められた。当時患者仲間でPETを経験した患者は少なかった。即座にお願いした。約3万円かかったが良かった。

翌日結果が出るので広島で1泊した。凄いスピードで結果が出た。D先生も遠方から来た私たち患者に対して配慮をして頂いた様だ。レベルの高い治療を地方でも出来る事を証明することとなった。

広島から私とその治療方針を持って帰ってきた。地元の病院のM先生にそれを見せた。その時の先生の顔を今でも覚えている。驚いた顔。忘れない。患者がここまでするとは思わなかったようだ。この行動は全国紙2紙で紹介された。

さらに患者仲間を紹介したら同じ行動をした患者が現れた。D先生とはその後、経過観察ごとに情報の交換をしている。

「がん」という病気はなかなか「完治」という言葉を使わせてくれない。でも患者が学べば医療は確実に変わることが示すことが出来たことは大きな成果だった。

患者は医師に遠慮しすぎている。遠慮するのは昔からのしきたりのようだ。でも時代は変わった。遠慮する時代は終わったのだ。医師は患者に技術を提供して患者はその代償を払う。これは商いだ。車を買うとき、洋服を買うとき、皆さんはどんな行動をするだろう。いろいろなお店を回り、少しでも安く、良い品を

## がんから学ぶ

—がんサロン主宰者が語る—



1937年5月、石川県金沢市生まれ。同志社大学文学部卒。特殊精密機器メーカーの横フジキン総務部長兼改革推進室リーダーを経て、1994年3月、1ターンの益田市移住。益田ドライブインスクール合宿型システム作りを依頼される(ガアの夜明けで放映)。その後、C・T・V創生研究所設立。地域で観光、定住、教育、医療など街おこしを実施。2005年12月、全国初のがんサロン開設。

島根益田がんケアサロン 代表  
C・T・V創生研究所 所長 納賀 良一

## 遠慮せず賢い患者になるために

選ぶために行動をしているでしょう。何度も何度も。それほど慎重に品物を選ぶでしょう。

一方、入院するときを考えてみましょう。手術です。いくらかかるか分からないうまま入院して、手術を受けるのではありませんか。変だと思いませんか。事前に概算見積書があってもいいとは思いませんか。標準手術でこれ位かかりますよという説明があってもおかしくありません。そうすればお金の用意や気持ちの用意も出ていいではありませんか。でも現在はそのままでいいませんか。残念なことです。でも現実です。ならばこれから患者はどうすればいいのでしょうか。

まず遠慮することはやめましょう。そのためには患者としてそれなりの知識を身につけ、せめて質問できるレベルにまで自分を磨きましょ。賢い患者になるために。患者によってはセカンド・オピニオンにも遠慮して言い出せない方が多

数います。

考えてみてください。皆さんが通っている病院のことを。どの病院もセカンド・オピニオンを受け付けていませんか。受け付けているということは私達も他の病院にかかってもいいのですよと言っていることです。

また先生は忙しく勤務しているので、なかなか自分の時間を取っていただけないと思いませんか。そういうときには先生にお願いして別の日の別な時間を先生にお願いして作ってもらってください。30分〜1時間ほどはとってもらってください。そうすればゆっくりと相談できます。

しかしその時には充分自分も勉強して話ができ、質問ができる患者でなければいけません。それが出来ないようでは賢い患者とは言えません。挑戦してみてください。



2004年、膀胱がん、左腎臓がんとなり臓器を摘出した。臓器がなくなると言うことは身体の機能が失われることを意味する。出来ることが出来なくなったこと、感じるものが感じられなくなったことが、どんなに寂しいことかはなってみて初めて実感した。

腎臓を失ってから透析の恐怖が目につ

## がんから学ぶ

—がんサロン主宰者が語る—



1937年5月、石川県金沢市生まれ。同志社大学文学部卒。特殊精密機器メーカーの㈱フジキン総務部長兼改革推進室リーダーを経て、1994年3月、ターンで益田市移住。益田ドライブインスクール合宿型システム作りを依頼される(ガアの夜明けで放映)。その後、C・T・V創生研究所設立。地域で観光、定住、教育、医療など街おこしを実施。2005年12月、全国初のがんサロン開設。

島根益田がんケアサロン 代表  
C・T・V創生研究所 所長 納賀 良一

## 生かされていることの実感

かぶ。透析すると相当の時間に縛られる。大好きな旅行にも行けない。

糖尿病はある日突然やってきた。自覚症状はあったらしいが、あまり記憶にはない。最悪の状態のとき、2014年10月、HbA1c 11.4、血糖値500以上となり、医師から「あなたは死ぬ気なんですか」と言われたほど。自分だけの栄養指導ではダメで娘まで呼び出された。

心筋梗塞もまた突然やってきた。大分で死の臨床研究会があり、2泊の予定で参加、無事に帰宅した。食事をして風呂に入り、疲れたので床に着いた。急に息が苦しくなり、胸が締め付けられ息が出来なくなった。こんな経験はこれまでなかった。少し様子を見ていたが苦しさは増すばかり。娘を起こして救急で病院に連れて行ってもらった。

自家用車で病院に行ったことが間違いだどわかったのは後から。普通の患者と思われた。それでも娘は処置室まで入り込んで私の病状を伝えてくれたおかげで

事なきを得た。点滴を打ち、経口剤(ニトロ)を飲み、事なきを得た。

このような場合は是非救急車を活用すべきだ。そうすれば病院に行くまでに患者の状態は連絡され、処置が格段に早くなるからだ。一刻を争う病状のときにはまず救急車を呼ぼう。

緊急手術でステントを2本入れることになった。4ヵ月後、苦しくなり再入院することになったが、この病気は再発を覚悟しなければいけない病気のようなのだ。今回も富山へ出かけ3泊4日で帰って来たその晩だった。やはり無理をしていたのだろうか。がんでは死なないが、この心筋梗塞で命を落とすそうだ。そんな気がする。

がん、糖尿病、心筋梗塞になってから生かされていることを実感する。これだけ怖い病気ということだろう。病気と闘う気は全くない。まともに戦っても勝てる相手ではないからだ。だったら仲良く病気と共に生きて行く気持ちが大切だろう。

私は進んで個室に入ったことはない。患者にとって個室は寂しいことが多い。患者は孤独であり、精神的に落ち込んで弱っている。ルンルン気分の患者なんているわけがない。戦地に向かう兵士以外は。

なぜ兵士の話を出したかというところ、昔ベトナム戦争に向かうアメリカ兵士が1

## がんから学ぶ

—がんサロン主宰者が語る—



1937年5月、石川県金沢市生まれ。同志社大学文学部卒。特殊精密機器メーカーの榎フジキン総務部長兼改革推進室リーダーを経て、1994年3月、1ターンの益田市移住。益田ドライブインスクール合宿型システム作りを依頼される(ガアの夜明けで放映)。その後、C・T・V創生研究所設立。地域で観光、定住、教育、医療など街おこしを実施。2005年12月、全国初のがんサロン開設。

島根益田がんケアサロン 代表  
C・T・V創生研究所 所長 納賀 良一

## 孤独と不安とうつつを作る個室

週間休暇で日本に滞在していた時、たくさん兵士に出会ったことがあった。その時の彼らは今度戦場にゆけば生きて帰れるという保証はないことから相当のうつ状態になっていた若者が多かった。

でも明るく振舞う彼らがいた。国民性でもあるのかもしれないが羨ましくも感じた。彼らの中には「どうしたら怪我をするだろう」とか「どうしたら捕まるだろう」とか、物騒なことがまかり通っていた。それほど戦場に行きたくなかったようだ。つまり死にたくない。死の怖さ、そのような場面を間あたりにした。

だから尚更彼らは非常に明るくふるまっていた。生きることのありがたさ、生きることの大切さ、生きることの意味をこんなところから学んだ。

個室は自由があり、自分の好きなことが出来るかもしれないが、それ以上にマイナス面が多い。個室は孤独と不安とうつつを作るところと知るべし。

他の患者さんに迷惑さえ掛けないのなら、絶対に相部屋で過ごした方が良い。お互い励ましあうこともできるし、当然情報交換もできる。

私も相部屋でたくさんの方を学んだ。相部屋は情報の宝庫である。自分と同じ治療をしている先輩患者がいたら、これはフッキーだと思う。どんな症状が出るか、どんな副作用が出て苦しむか分かることも、出た症状を目の当たりにすることができ、自分で身を処す工夫もできる。

また他の患者に激励の言葉を言ってみるといい。人を励ますことというのは、自分はその以上の状態でなければいけないはず。だから自分も元気になること請け合いた。

こんな相乗効果を活用すれば 相部屋も悪くない。むしろ進んで入るべき場所ではなからうか。



大阪で入院した際、2人の看護学生と出会った。大阪医科大学病院と大阪成人病センターのことだった。大阪医科大学の学生は短大生であり印象にない。しかし成人病センターで出会った学生は、最高に印象に残っている。現在彼女は地方のがんセンターに勤務している専門看護師だ。入院中、手術を控えたある日突

## がんから学ぶ

—がんサロン主宰者が語る—



1937年5月、石川県金沢市生まれ。同志社大学文学部卒。特殊精密機器メーカーの㈱フジキン総務部長兼改革推進室リーダーを経て、1994年3月、ターンで益田市移住。益田ドライビングスクール合宿型システム作りを依頼される(ガイヤの夜明けで放映)。その後、C・T・V創生研究所設立。地域で観光、定住、教育、医療など街おこしを実施。2005年12月、全国初のがんサロン開設。

島根益田がんケアサロン 代表  
C・T・V創生研究所 所長 納賀 良一

## ベテラン看護師学生に感謝

然、看護師長につられて学生が来た。年は35歳くらい。学生にしては年がっている。大学院生だ。聞くと、ご主人をがんで亡くし、自分の力のなさを痛感して、看護師を中断して大学に行き、専門看護師のライセンスであるがん看護を目指し挑戦中とのこと。これは凄い学生だ。看護師経験10年以上。ベテランの看護師学生だ。1週間、私に付きっ切り。こんなに嬉しく心強いことはない。

さあ何からお願いしようか。強い味方が現れた。時間はたっぷりある。まず自分の病気の説明と今後のことを聞こう。まずはそこからだ。毎日宿題を出した。彼女はそれに答えてくれた。頼もしい学生だ。随分沢山のことを聞いた。彼女も嫌がらずに親切に教えてくれた。

私が今あるのは彼女のお蔭かもしれない。よくこんなに話があるなど思われたかも知れない。そんなに話をした記憶がある。どれほど迷惑だったことだろう。後で知ったが、彼女は私の手術にも見

学に入ってくれた。ベテランの看護師(学生)だから出来た行動だったと思う。

手術後、随分暴れたときがあった。予想外の痛み、苦しみ、かゆみ。気分の変化は遊園地の乗り物に乗ったようだった。またテーブルの上の食事をひっくり返したこともあった。それほど気分的につらかった。

そのときも影となり日向となって看護してもらった。本当の看護師以上の世話を受けたのを覚えている。家族以上の世話をかけたのだろう。彼女にしてみれば周りの看護師さんたちに遠慮もなかったらしい。現場の仕事と学生の仕事をこなしながら、患者の私と現場の看護師の両方に気を使っていたらしい。

彼女との出会いは私に沢山の教訓を残してくれた。本当に心から感謝している。今でも時々メールをしているが、せっかく挑戦して取得したライセンスが生かされていかないようだ。もったいない。医療側ももっと考えてほしい。