がんと共に生きる



健康広場

【●「がん」との共存

近年、医療の進歩により、「がん」は完治、または進行を遅らせることができる病気になりました。

完治が困難な状態で、「がん」と共存することとなった場合でも、症状を和らげる治療法は日々進歩しています。 また、新たな抗がん剤が開発され、抗がん剤による副作用を和らげるための取り組みも進んでいます。

がんと診断され治療を受ける中で、患者やその周りの人は、さまざまな困難にぶつかり、苦悩します。そのような 時でも、自身の考え方や対応を変えることで、より前向きに日々の生活を送ることができるようになります。

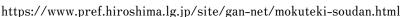
●「がん」との共存で心掛けること

あわてない

「がん」と診断されると、誰もが動揺すると思います。しかし、時間の経過とともに少しずつ和らぎ、 冷静に「がん」について考えることができます。ゆっくり心の整理をしていきましょう。

学 ぶ まずは主治医から話を聞き、状態を把握しましょう。分からないことは、主治医や医療スタッフに

相 談 悩みや負担は人それぞれ異なります。自分に合った相談の場を見つけましょう。 「広島がんネット がんについて相談したい」で相談の場を紹介しています。





あきらめない

医学は日々進歩しています。セカンドオピニオン(※)を受けるなど、最善の方法を模索しましょう。 ※セカンドオピニオン 患者が納得のいく治療法を選択できるように、治療の進行状況、次の段階の治療選択など について、現在診療を受けている担当医とは別に、違う医療機関の医師に「第2の意見」を求めること。

周りの人を 味方に

医療スタッフや家族、行政、民間団体などは、患者のために何かできることはないか、真剣に考えて くれています。つらい時は、一人で抱え込まず、誰かに助けを求めましょう。

がんと共に生きる夫婦 ~横山 政治さん・八江美さん~

政治さんががんの告知を受けたのは、長年勤めて いた仕事を定年退職し、八江美さんと共に、時々来 る孫の成長を楽しみに過ごしていた矢先のことでし た。医師からの告知に、政治さんは頭が真っ白にな り、八江美さんも何をどう考えたらよいのか分から ない状態でした。そんな中、治療が始まりました。

先の見えない不安、治療の苦痛、金銭的負担に加 え、薬の副作用で「話す、食べる、字を書く」とい うことが今までのようにはできなくなった厳しい現 実。しかし、政治さんには「孫の成長を見届けたい! 生きたい! という強い思いがありました。八江美 さんは、その思いに逆に励まされて介護してきたそ

政治さんは「支えてくれた妻と、治療の中での小 さな変化を共に喜び、共に居てくれる医療スタッフ

のおかげで今があ る」と話します。

告知から4年、 政治さんと八江美 さんは、今も病気



と付き合いながら、生かされた命に感謝し、 日を大事に過ごしています。元々歌が得意だった政 治さんは、横笛の練習を始めました。最初は呼吸リ ハビリのつもりでしたが、少しずつ音になり、何と なく愉快な音色に変化していきました。今は人前で 披露することを目標に、日々練習に励んでいます。 「ピーピーヒュー」と鳴る音に、「うるさいなあ」と 聞こえるように笑顔でつぶやく八江美さん。二人で 過ごす何気ない日常に"共に生きている喜び"を感 じています。

保健医療課健康推進係 **☎**0824-73-1255