

「あさが来た」総力特集!
内幕スクープ
木村拓哉 私服紹介で大騒ぎ
サンローランの鉄則

宮崎

あおい 29

死なない!

秘

リオ シナ

波瑠 24
ふゆの涙の出産場面
揺れる心 妻と亀助
裏工。ビソードも
知る 聞いちゃいました

羽生結弦 突きつけられた

恋愛禁止令

と2人の女選手

女性セブン

米倉涼子 40
が美の秘訣を伝授!
ジャニーズWEST 小瀧望 19
座長のひと休み



特別定価 410円

12月10日号

女性セブン

皇太子妃 雅子さま 7日間のスペシャル英語レッスン

マチナカ
天然温泉
おすすめ
9

年寄りは車に乗るな!って
言えますか?

かわいいね 街で子供に声をかけた私は不審者ですか?

あなたはがんでももしも告知されたら

女性は魚を丸ごと食べている! 寿命を延ばす極意

にゃんこ&わんこ

にゃんこ&わんこ 寿命を延ばす極意

食べながらやせる!

夜バナナダイエット

食べながらやせる!

夜バナナダイエット

年末ジャンボ
宝くじ10億円
招き猫 招き犬 売り場
10枚連番300円
プレゼント

美容に
生活習慣病予防に
みかんの
すごいパワー

食べながら
やせる!
夜バナナ
ダイエット

東MAX 45
自由が丘に2億円豪邸
妻お受験勝ち組手腕

ウツチャン妻
お受験勝ち組手腕

妊娠格差
を考える

千葉 藤本美貴 30
卵子凍結に補助金 自己10万円の試み
茨城 実に元気でめでたいです!
瀬戸内 佐藤 愛子 92 対談
藤本美貴 30 戻らぬ体形 山田優 31 早急復帰

保存版大特集

頭が真っ白になり、「もう死ぬんだ」と
錯乱状態になる人も――
だからこそ知っておきたい
その時に起きること

もしも
あなたは
がんです
告知されたら



あなたは
がんです

川島なお美さんや北斗晶さんなど、とりわけ私たちと同世代の芸能人の「がん」のニュースに接するたびに、本人やご家族の悲しみに思いを寄せて胸が潰れる思いがする。そして、もしかしたら私もいつか……という不安や疑念に襲われる人も多いのではないか。実際、がんは決して他人事ではない。誤解を恐れずに言えば、いつ誰がなつてもおかしくないほど身近な病気だ。だからこそ、健康なうちに知っておきたい『その時』のことをお伝えします。

心構えさえあれば

あなたも「がんになる」と思つたほうが多い

がんは死に直結する特別な病気——ほとんどの人がそんなイメージを持っているかもしない。でも、実はがんは誰もがなり得る。『当たり前の病気だ』『平穏死』¹⁰の条件などの著書でも知られる長尾クリニック院長の長尾和弘さんはこう語る。

「統計では日本人の2人に1人以上ががんになり、1年間の死亡者数約120万人の3分の1の35万7000人ががんで亡くなります。」

がんになりながら、心筋梗塞や老衰など他の病気で亡くなっている人を含めると、6割の人ががんとつきあうこと

になる。つまり夫婦でいえば、夫か妻のどちらかがなるぐらいいの確率。がんは国民病であるということを知つてほしいですね」

がん家系という言葉があるように、遺伝的なことも関係しているが、多くは後天的な条件。3割程度はウイルス感染で生きている必要があると思っています」(長尾さん)

普段からがんになつた時の予測をしてほしい。特にがん年齢といわれている50代~70代の間に、がんになるかもしれないと思つて、どこかで備えて生きている必要があると思つてください」

だつたら運に任せて何もし

染でC型肝炎やA型肝炎から肝臓がんになつたり、あるいはピロリ菌などから胃がんになります。そして7割程度は生活習慣病からがんになるという。がんになる人はだいたい予測ができるわけです。ですから、

「そういうふうに考えると、がんになる人はだいたい予測できるわけです。ですから、

がんになると、胃がんには今は治りますし、乳がんの5年生存率はもう9割を超えてます。がん全体で見ても、6~7割は死にません。

もう「がん＝死」ではないのです。がん検診で命拾いをした人を数え切れないので見つかりました。がんで死にたくなつたら、がん検診を受けてください」

ここからは、もしもがんが見つかったら——何が起こり得るのかをお伝えします。

PART I それは突然訪れる 「がんの疑いあり」から「確定」

それは突然訪れる

健康診断や人間ドック、体の不調で行つた病院など、がんはさまざまな形で見つかる。

しかし、ほとんどの場合、それは「がんの疑いがある」という、あくまで「疑い」のレベル。しかし、この時点では、大騒ぎする人も多いという。

東京ミッドタウンクリニックス健診センター長・先端医療研究所あきらめないがん治療

外来医師で、これまで多くのがん告知を行つてきた森山紀之さんはこう語る。

「医師の側は少しでも疑いがあるれば精密検査を勧めますが、『精密検査＝がん』と思いつ込んでしまい、親類縁者に『オレは死ぬんだ』と電話をかけまくる人も少なくないんです」

以前は、がんだと告げられた患者が精神的に立ち直れなくなることを恐れ、本人に告げることを多かつた。しかし最近では、「告知が当たり前」になつていて。ただ、だからといって告知を受けた時の衝撃は何一つ変わらない。

「最初に告知を受けたのは病院に来ていた夫と私の両親、夫の母親でした。私はその後に夫から病名を聞きましたが、

告知された時、医師に何を聞いたらいいのか

- 何というがんですか？
- がんとわかった検査の結果を教えてください。
- その診断はもう確定しているのでしょうか。それともまだ疑いがあるという段階ですか？
- がんはどこにあって、どれぐらい広がっていますか？
- 私が受けられる治療は、どんなものがありますか？
- どんな治療を勧めますか。他の治療はありますか。その理由は何でしょうか？
- 今まで通りの生活を続けることはできますか？
- 普段の生活や食事のことで気をつけておくべきことはありますか？

さんがある
お母さんなら、その子の行く末を見守つていけるか、仕事をしてい

ることは、その人の人生や価値観で異なります

白血病だと告知された。

東京都在住の坂上恵美さん(44才・仮名)は6年前、血液のがんである急性リンパ性



医師に『血液の病気』といわれていてなんとなく想像がついていたので、意外なほど冷静に受け止められました。

らなくなりました」
32才の時に子宮頸がんになり、現在は女性特有のがん体験者を応援する認定NPO法

「この医者は間違っている、と思って、医師のことが信用できません」

ほか、性生活にも支障をきたすといった説明もされ、別室で15分間、夫婦で話し合いました。お互いに受け止めるう

証書を出せ』と大騒ぎになつたこともあります。今は完治して、笑い話のようになつていますが。火事の時に子供を

PART II 不安と 絶望の日々

「魔の時間」を乗り越えるために必要なことがある

でも、家族が帰った後、病室でひとり、明け方まで泣き続けました。幼い娘を置いて死ぬわけにはいかない、と……翌日には先生の励ましもあって、頑張ろう、と思つんですが、夜中に病室でひとりになると、不安で涙が止ま

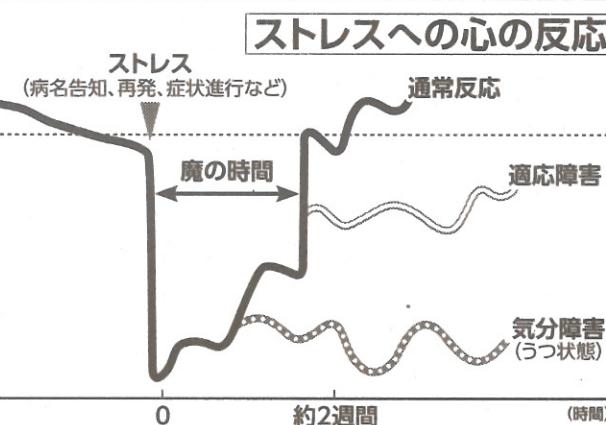
オレンジティの代表を務める河村裕美さんも、最初はがん告知を受け入れられなかつたと話す。

「子宮頸がんの告知を受けたのは、結婚して1週間後のことでした。検査の結果、確定診断をされても、『自分がが

そんな河村さんを支えてくれたのが夫の存在だった。「子宮・卵巣・リンパ節を摘出する広汎子宮全摘手術を受けることになりましたが、夫は冷静でした。子供ができないだけでなく、後遺症として排泄障害、リンパ浮腫などの

えで、あの15分間はとても重
要でした」（河村さん）

連れ出すのではなく枕を持つて逃げようとするのと同じようなことが起こる。告知されたその場で夫婦げんかが起きたひどい場合は「あなたは私が死ねばいいと思つてるんでしょ」と言い合いになることもあります」（森山さん）



「頭の中で状況を整理し、次第にそれを受け入れていく。それまでにだいたい2週間かかるといわれています。後で話をしている、「何も覚えていない」という人が多い」と前出・森山さん。この間は「魔の時間」とも呼ばれ、精神的に落ち込み、うつ状態になってしまふ人もいるという。

「それは、自分が何を怖がっていて、何に困っていて、何に落ち込んでしまった。」

「……」
「まず、自分に起こっていることを理解し、自分が解決すべき問題はこれだと整理する親密な家族などの支えで立ち直る人が多いですが、カウンセリングを受けるのもひとつ の方法です」（清水さん）
家族や子供、お金や仕事、死の恐怖といったことから、誰に知らせなきやいけないのか、どここの病院がいいのかといつたことまで――時にそれらが一度に降りかかる。人によつて期間はまちまちだが、2週間、時にそれ以上にわたつてパニックが続くのだ。しかし例えば具体的な治療やお金のことならば、医師や専門

しかし、中にはこの「魔の時間」に治療を放棄してしまった人もいる。

「手術の日まで決まっているのに手術をキャンセルし、冷静に考えれば、『そんなことをしてもがんは治らない』といふような民間療法を試してみて、やはりうまくいかず、戻ってきた頃にはもう手遅れになつていた」という人も実際になつていています」（森山さん）

あなたは何が心配になるだろう。予めそれがわかつていれば、殊更にパニックに陥る必要もないし、自分にとつて何が大切かを知るきっかけにもなるはずだ。

て、納得できました。もともと胸がすごく小さくて胸を切除することにもあまり抵抗がなかつたので。

それ以上にショックを受けたのが、手術後にリンパに転移していることがわかり、「抗がん剤治療をやります」と言われた時。仕事が美容師なので、抗がん剤で自分の髪が全部抜けてしまつ姿を想像して、ものすごい衝撃を受けてしまつて。自分の美容院なら割引で買えるのに、病院の美容院で定価でかつらやかつら用シヤンプーまで買ってしまつて、家に帰つてから「あれつ?」て気がつきました。それから

15.12.10 女性アドバイス

オリジナル ちょこっと
ウイッグ

同六

同窓会で二番目にキレイになるには… 山本浩未 / 著

セカンドオピニオンと 医師、治療の選び方

しかし、「魔の時間」は決して悪いことばかりではない。前出・長尾さんは、自分の状況を受け入れ、心を落ち着かせて次に向かう「心の準備」をするための貴重な時間だと話す。

「私はがんの場合、『告知』ではなく『説明』と言います。それは、前述の通り、がんは決して特別な病気ではないからです。『説明』は患者さん1人の時ではなく、ご家族に

同席してもらつて行います。

多くの患者さんはシックで医師の言うことが頭に入りません。可能であれば、ご家族のどなたかに専門のノートを取るようにしてもらいます。

最近では、他の病院も受診して治療方法についてセカンドオピニオンを求める患者も増えている。前出・清水さんは次のように語る。

「別の医師の意見も聞きたい

というのは当然のこと。その際には担当医にきちんと自分の気持ちを伝え、紹介状を書いてもらうほうがいいでしょう。

『念のためセカンドオピニオンを受けておきたい。』といふのは、ひとつの『ミニケーション』の方法ではないでしょうか

患者側は「医師が嫌がるのでは」と考えがちだが、決してそうではない。むしろ医師

の後の治療がやりやすいといいうメリットがあります。

セカンドオピニオンは満足、納得できる医師と出会うための『旅』のようなもの。自分で納得して、極端にいえばその医師に殺されても本望だと思つほど探してほしい。そのためにも、大病院だけでなく私たちのような町開業医もうまく利用すべきです。また患者会も生の情報をたくさん持

にとつてもメリットがあると長尾さんは言う。「医師からすれば、患者さんがセカンドオピニオンを求めに行くと、帰ってきた時には治療に対する納得のレベルがより高くなっているので、その後の治療がやりやすいといいうメリットがあります。

『衝動的に決めてしまつたら、すぐ離婚して終わるかもしれませんよ、と。一刻を争つ場合などを除けば、1週間でも2週間でも納得するまで考えたらい。恐らく年単位の長い間いになるんですから』それはまさにどう生きるか、を考えてることもある。だからこそ、わがこととして、がんについてじっくり考えておきたい。

「私が受けたがん告知と、その後の後悔」

最初のがんがわかったのは、30才の時でした。オリモノ異常、不正出血、お腹の痛みが何か月か続いたので、かかりつけのレディースクリニックを受診しました。しかし、その段階ではがんかどうかはわからないということで、大学病院で円錐切除手術を受けました。その病理検査の結果、がんだとわかつたんです。

告知を受けた時は本当に青天の霹靂でした。医師には「この間手術で取った部分はがんでした」とストレートに言わされました。母と2人で聞

いたのですが、「えつ? 何?」「自分のこと?」といふ感じで本当に頭が真っ白になりました。子宮を全部摘出

しました。インで、そのことが本当にシヨックでしたね。

言葉が出るより先にボロボロ泣きました。しばらく泣いた後に「もう子供は産めなくなるんですね?」と質問し、「そういうことになるね」と

いうやり取りをしたと記憶しています。両親から「命のほうが大事だ」と手術をすすめられたことを

ともあり、1週間後に「手術します」と医師に告げました。全然納得できていなかつたけど、もう決めなきやダメだと思つて。

手術はその1か月後の予定でした。その間も気持ちの整理なんて全然つかなくて、悩みに悩みました。全摘手術と

いうのは再発転移を防ぐための予防的な見地で、そのことに納得がいかなかつた。まだ結婚もしてなくて、出産にも希望を持っていたので……。

後悔しているのは、温存治療の後、きちんと検診を受け、結局、手術をキャンセルし、なかつたことです。がんから

それが自分で出した結論だったんです。今振り返つても、あの時はそう決断するしかなかつた

と思つています。

その4年後には今度は子宮体

がんの告知を受け、手術の後に抗がん剤治療を6クール、実質4か月ほど受けました。

副作用は排泄障害、顔のむくみ、肥満、手足の強烈なしびれなどですが、外見的な変化による精神的ダメージは大きかったです。

婦人科系のがんは若年化していく、30代、40代がピークになつていています。まだなつてない人には、「なるかもしない」ということを大前提にして、いい意味で身構えておくことが大事だと言いたいですね。



原千晶さん41

タレント。「ひるおび!」(TBS系)火曜レギュラー。著書に「原千晶39歳がんと私、明日の私、キレイな私。」がある。治療後は女性特有のがんについて話し合う患者会「よつばの会」を立ち上げ、講演活動を行う。