ドクター＋フジ

ニッポン ドクター和の 臨終図巻

⑫ 樹木希林

「無為自然」な人生

長尾和宏（ながお・かずひろ）　医学博士。東京医大卒業後、大阪大第二内科入局。1995年、兵庫県尼崎市で長尾クリニックを開業。外来診療から在宅医療まで「人を診る」総合診療を目指す。近著「薬のやめどき」「痛くない死に方」はいずれもベストセラー。関西国際大学客員教授。

「死ぬ死ぬと言って、死なない詐欺みたいだけどね、ごめんね」

こんな冗談を言っていた樹木希林さんが9月15日に逝きました。75歳でした。

希林さんが全身がんと公表したのは2013年でした。ちなみに「全身がん」という病名はありません。04年に右乳房に乳がんが見つかり翌年に全摘手術。08年頃には、腸や副腎、脊髄に転移が発覚。抗がん剤は拒否し、放射線照射で治療をしています。

そのがんが再発し、全身に転移が認められたのが13年ということでしょう。しかしその後も、希林さんはお元気で、素晴らしい作品に次々と出演されました。

本当に深刻な病態なの？　と疑問を抱いた人も多くいたに違いありません。それは乳がんであったことも大きいです。

私も、ステージ4で乳がんが見つかった患者さんで、10年以上元気に生きた人を何人か診てきました。ステージ4と診断されても3人に1人は5年以上生きるのが乳がんです。だから希林さんは、決して「死ぬ死ぬ詐欺」だったわけではありません。

上手にがん治療を受けることも大切ですが、それ以上に免疫状態を高く保つことが大切です。十分な睡眠やストレス回避、そして笑いが免疫を向上させることで、がんの休眠状態が保たれます。なかでも大きな効果があるのが「生きがい」です。

いつ死んでもいいと覚悟しながら、生きがいを持って仕事をする。希林さんの生き方には、がんを暴れさせないためのヒントが詰まっているように思えます。

「死ぬときくらい好きにさせてよ」というキャッチコピーに、ミレイの名作『オフィーリア』に扮したモデルで広告出演して話題になったのは2年半前のことです。

しかし後日、「あれは私とは違う。私はふだんから好き勝手しているから」とインタビューで答えています。死ぬときくらい、と考えているようでは、理想の最期を実現することはできないのかもしれません。

希林さんは、8月13日に自宅で転倒。左大腿（だいたい）骨を骨折して入院、手術となりました。この手術で体力が急激に落ちたのでしょう。酸素マスクをつけ、寝たきりの状態となりました。「転倒さえしなければ…」なんて言えばキリがありませんね。いずれにせよ悔いのない人生だったとお察しします。

最期は自宅で、と以前から希望されていた通り、死の前日に帰宅。家族に看取られ、さらに夫の裕也さんの声を携帯電話で聞きながら、穏やかに旅立たれました。

「年相応にいろいろあるの。それがまたいいのよ」とテレビ番組で仰っていた笑顔が頭から離れません。老子の「無為自然」という言葉を彷彿させる人生。お見事でした。