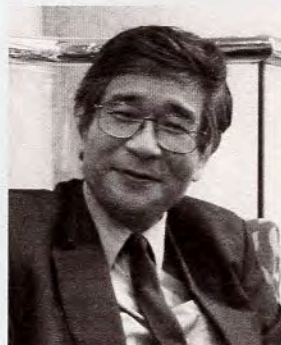


がん哲学外来

樋野興夫 順天堂大学医学部病理・腫瘍学教授

自分よりも
夫が心配で仕方ない

②② 早期の乳がんが見つかり切除手術を受けました。3カ月後、半年後の検査ではまったく異常がなかったのですが、1年後の検診結果はショッキングなものでした。同じ側の腋^{わき}のリンパ節、さらに肺や骨にまでがんが転移していることが判明したのです。

早期の乳がんだったので、まさか転移してしまうとは思ってもみませんでした。今思えば、がんが見つかったときには、すでに転移が始まっていたのかもしれない。

いずれにしても、ここまで症状が進んでしまっていると、もう積極的な治療は望めないようです。後は緩和医療で症状を抑えながら余命をまっとうしていくことになるでしょう。仕事でも趣味でもまだまだやりたいことがあったのに残念でなりません。さらにもうひとつ心配なのが夫のことです。

私の夫は小さな出版社に勤めている編集者ですが、率直に言って仕事以外のことは何もできません。私の症状が激変したこともまだ受け入れられていないようです。私が病気のことや、夫のこれからについて話そうとすると、仕事が残っているからと、その場から逃げ出してしまう始末です。そんな夫を見るにつけ、自分がいなくなったらどうするのだろうと、心配が募ります。

自分がいなくなった後の、夫の生き方にしっかりと道筋をつけてあげたいと願っています。これは私のわがままでしょうか。

(東京都 F・T さん、53 歳、女性)

死の間際でも何かに愛情を注ぐ

もし仮に、死の床についているがん患者さんが私を訪ねてきて、「残された時間をどう生きればいいでしょうか」と尋ねたとしましょう。

おそらく私は迷うことなく、「ベッドサイドの花瓶に活けてある花に水をやってみてはどうですか」と答えるでしょう。

人間という生物が素晴らしいのは、自分以外に対象を持って、そこに愛情を注ぐことができること。それは死を間近に控えたときも変わることはありません。否、そんな状態だからこそ、その行為にはより大きな意味があるといえるでしょう。

大切なのは、気持ちが相手に受け入れられること

のっけからこんな話をするのは他でもありません。残された時間に限りのあるF・Tさんが、その時間を自分

ではなく、ご主人のために費やしたいと思われているからです。それはわがままなどではなく、1人の人間としてとても尊い行為です。

もっとも、そう判断するには、ある1つの条件がクリアされていなければなりません。それは、その行為が相手から受け容れられているということです。

質問を見ると、F・Tさんが、ご自身が亡くなった後のことについて話そうとすると、ご主人は仕事を口実にその場から逃げ出してしまうとのこと。残念ながら、これではF・Tさんの気持ちが、ご主人に受け容れられているとは、とてもいえないのではないのでしょうか。

それどころか、F・Tさんの配慮は、ご主人にすれば、ただ心の負担を募らせるだけの「余計なお節介」になっているようにも思えます。

● がん哲学外来

では、なぜF・Tさんとご主人の思いが齟齬^{そご}を来たしているのか。その1つの要因として考えられるのがF・Tさんの配慮に、行き過ぎた部分があるのではないか、ということです。

元来、女性は男性よりも強く、したたかな存在です。私自身、がん哲学外来を訪ねて来られるご夫婦を見ると、男性の多くが女性をリードしているようで、その実、相手に依存していることを実感します。

もっとも、そんな頼りない存在の男性でも、状況によっては、依存心を捨てようとすることもある。そのときに相手から、あれこれと指図^{さしず}めいた言葉を投げかけられると、気持ちがくじかれて逃げ出したくなることもあるでしょう。

うがった見方をするとF・Tさんのご夫婦も、そんな状態にあるのかもしれませんが。

また、そうではないにしても、自分

の生き方について、とやかくいわれるのは、誰にとっても気持ちのいいものではありません。ご主人がF・Tさんの話に耳を傾けようとしないのは、F・Tさんの死を恐れていることとともに、そうした気持ちも潜んでいるのかもしれない。

ともあれ、今のままではせっかくの善意も生かされないままに終わってしまうことでしょう。



時間を共有する楽しみを

では、どうすればF・Tさんとご主人の気持ちを重ね合わせることができるのか。方法は簡単です。2人が一緒にいる時間をもっと自然に楽しむようにすればいいのです。

同じ話をするのでも、趣味や旅行など楽しい話題を選ぶようにする。話題が途切れれば、無理に話す必要もありません。ただ、2人がともにリラックス

今月の言葉

スして同じ時間を共有していることを楽しむようにすればいいのです。

私はご夫婦から相談を受けた場合、その夫婦の関係を知るために、「沈黙の時間を楽しめていますか」、とよく尋ねます。会話がなくても30分間、リラックスした状態が続けられるようなら、そのご夫婦の関係は良好な状態にあるとっていいでしょう。

F・Tさんの場合も気負いを捨てて、そうしたリラックスした関係をつくるようにしてはどうでしょうか。おそらく、そのほうがずっと円滑に気持ちが伝わっていくことでしょう。

そのためには、何よりもまず笑顔が心がけること。おそらくご主人に話しかけるとき、F・Tさんはとっつきにくい難しい表情をしているに違いありません。それがまた、ご主人の居心地を悪くさせているのではないのでしょうか。

人間は弱いようで、いざとなればど



うにかこうにかでも、環境に適応できるもの。F・Tさんは先のことを憂うより、今という時間をご主人と楽しむべきでしょう。

ベッドサイドの花に水をやるように、ご主人への気持ちを伝えることこそが最良の方法ではないでしょうか。 **S**

ひの おきお 1954年島根県生まれ。順天堂大医学部病理学教授、医学博士。(財)癌研究会癌研究所病理部、米国アインシュタイン医科大学肝臓研究センター、米国フォクスチェースがんセンター、(財)癌研究会癌研究所実験病理部部长を経て現職。2008年より「がん哲学外来」を開設し、全国に「がん哲学カフェ」を広めている。近著に「見上げれば、必ずどこかに青空が」(ビジネス社)