

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

がん患者さんの
力になりたい

5年ほど前に珍しいタイプの血液がんが見つかりました。そのがんは一応、寛解かんかいしたのですが、時折、貧血などの症状が現われ、そのたびに病院に1週間ほど入院し、輸血などの治療を受けています。

がんが見つかったときは40代後半で、比較的若かったこともあったのでしょうか。何で自分がと、がんになったことを恨みがましく思うこともありました。

しかし、病院通いを続けているうちに、少しずつですが、病気を受け入れられるようになったように思います。がんになったのは事実だけれど、症状が出ない間は、仕事も含めて以前と同じように暮らすことができる。そのことを有難く思えるようになったのです。と、同時に周囲に目が向くようになりました。

入院時には、同じ病棟で私よりずっと重篤じゅうとくな症状の患者さんもいるし、また、がんが見つかったばかりで、病気とうまく向き合えず落ち込みを続けている患者さんもいます。そんな患者さんたちに何かしら、力を貸すことはできないかと考えるようになったのです。もちろん、私には医学的な知識などありません。

しかし、同じ患者同士だからこそ、わかりあえる部分もあるように思うのです。もちろん不要なお節介は相手を不快にさせるだけでしょ。しかし、自分にできることがあれば力になりたい。がん患者の先輩として、私にどんなことができるのでしょうか。

(東京都 Y・T さん、会社役員、53 歳)

②4

善意は往々にして空回りする

自分と同じがん患者さんの力になりたい——。Y・Tさんの思いはとても尊いものです。8年前に私が「がん哲学カフェ」を始めたのも、がん患者さんに、同じ思いを持っていただければと考えたことが発端でした。その意味でも、Y・Tさんには何とか自らの思いを実現していただきたいと願います。

「偉大なお節介」を心がける

ただ、そのうえで知っておきたいこともあります。それはいくら善意に基づいた行動でも、結果として相手を不愉快にしたり、傷つけたりすることもあるということです。

人の役に立ちたいという思いばかりが空回りして、結果的に「よけいなお節介」を焼いてしまっているのです。相手の力になりたいのなら、「偉大なお節介」を心掛けねばなりません。

では、この2つのお節介にはどんな違いがあるのでしょうか。

そのことをよく表しているのが、このところの患者会の参加者の伸び悩み現象でしょう。最近になって多くの患者会が設置されていますが、参加者はがん患者全体の1割程度にとどまっているのが実情です。

なぜ患者さんが患者会を敬遠するのか。その理由の1つに、患者会内部の体質があげられるように思います。もちろん、すべての患者会がそうだとはいいませんが、なかには先輩患者さんが新たな参加者に「私たちを見習いなさい」、と上から目線で意見するようなどころもある。

自分の悩みや苦しみを誰かに聞いてほしいと思っているのに、そうはさせてもらえない。この場合、先輩患者さんの対応は「よけいなお節介」にとどまっているわけです。これでは新規の

がん哲学外来

参加者は2度とその患者会に足を運ぶ気にはならないでしょう。

空っぽの箱を用意するだけ

自慢をする気はありませんが、私が始めたがん哲学カフェは、逆に8年の間に全国80カ所にまで広がっています。これは誰もが、自由にものをいえるように、カフェの運営に何の規定も設けなかったことが幸いした結果でしょう。カフェというのは、いってみれば「空っぽの箱、のようなもの。そこにどんな水を注ぐかは、参加者に任せ切っているのです。

同じ患者として、Y・Tさんが他の患者さんの力になりたいのなら、同じように「話ができる場づくり」から始めてみてはどうでしょうか。そうして、多くの患者さんと接点ができれば、また新たな展開が見えてくるかもしれません。

もっとも「場をつくる」という作業も実際にやってみると、そうは簡単なものではないでしょう。実際にはなかなか人は集まってくれないし、集まってくれても「よけいなお節介」を焼くと、せっかくの善意も空回りに終わってしまいます。

黙っていても気持ちは伝わる

そこでY・Tさんにアドバイスしたいのが、参加者に不必要な介入はしないよう心掛けること。主催者は空っぽの「場」を用意して、にこやかな表情で参加者の話を聞いていればいい。

私が敬愛する明治期の教育者、新渡戸稲造は、病いに倒れた奥さんを見舞ったとき、何もいわずただ病室の隅で静かに本を読んでいたといいます。それでも奥さんは新渡戸の温かな気配に十分に癒されていたのです。

相手に共感すれば、その思いは風貌

今月の言葉

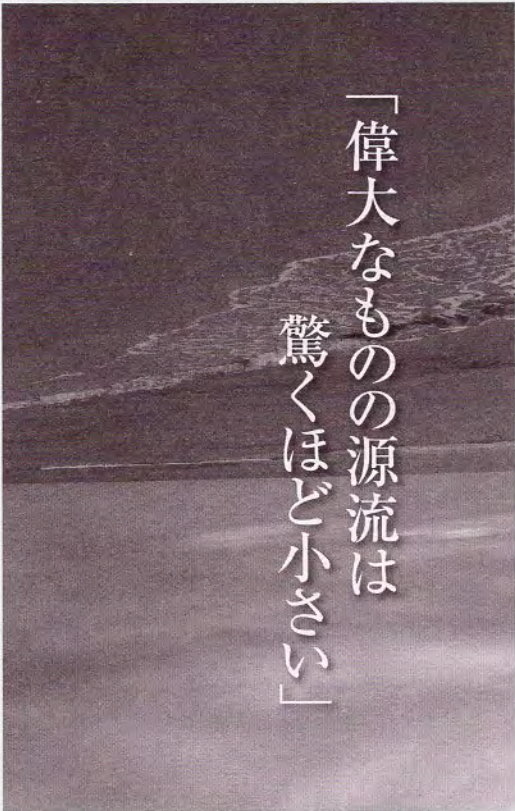
や表情になって現われ、自然に相手に伝わっていくのです。

3年間はがんばり続ける

さらにもう1つ知っておきたいのが、Y・Tさんが何をやるにせよ、3年は続ける覚悟を持っておくべきこと。私自身もがん哲学カフェを開きたいという人には、ただ1点、「3年続ける覚悟はありますか」と問い質しています。


どんな仕事でも3年続けば、開設者の代行者もでき、運営は軌道に乗ってくる。逆にいえば3年続かないようであれば、何をやっても大した意味はないのです。

その覚悟があるのなら、他の患者さんたちに「ちょっと話ませんか」と声をかければいい。簡単なチラシをつくって病院の掲示板に張り出させてもらうのもいいでしょう。場所は病院近くの喫茶店などでかまいません。



「偉大なものの源流は
驚くほど小さい」

ときには1人も参加者がいないこともあるかもしれない。それでも3年間はがんばり続ける。そうすることでY・Tさん自身にも、いつか大きな実りが訪れることでしょう。

偉大な収穫は、ほんのささいな行動からもたらされるものなのです。 

ひの おきお 1954年鳥根県生まれ。順天堂大学医学部病理学教授、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長を経て現職。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)