

がん支持医療における「なおし」と「いやし」

— 臨床検査技師を目指す君たちに伝えたいこと —

◎元雄 良治¹⁾福井県済生会病院内科部長、集学的がん診療センター顧問、金沢医科大学名誉教授¹⁾

がん支持医療とは、がん患者が治療を受ける際の種々の副作用を軽減し、さらに心身・社会的・スピリチュアルな問題に早期に対応して、各治療がその効果を最大限に発揮できるようにするためのすべての医療行為を指します。「支持医療なくしてがん治療なし」と言えます。がんは完治する場合としない場合があります。がんを「なおす」ことは患者・医療者の共通目標であり、有効で安全な治療法を決められた方法で実施すれば、確実に成果が上がります。しかし、多くのがん薬物治療は副作用を伴います。手術や放射線治療にも合併症が出現します。その副作用や合併症を軽減して、予定された治療計画を100%実施できるようにするのが支持療法の役割です。現在、好中球減少や悪心・嘔吐への対策が進歩し、これらの副作用（症状）に悩む患者は減ってきました。一方、全身倦怠感・食欲不振・末梢神経障害などの症状には確実な対策がないのが現状です。私はそこに医療用漢方製剤を応用し、その科学的根拠（エビデンス）を示すことをめざしてきました。

さて、完治しないがんにはどうしたらいいのでしょうか。実は高血圧や糖尿病などの疾患も、完治するというよりも生涯にわたり生活習慣を見直しながら薬物療法で調節していくことになります。がんの一部にはこれに似た種類があり、ほとんど無症状で、日常生活を普通に送りながらがんとも共存できます。

しかし、最初の手術のあとに再発したり、発見当初から肺や肝臓に転移している場合があります。このような場合、完治することはきわめて難しいのです。奇跡的に手術・放射線・薬物療法を組み合わせて完治する例もありますが、一般的にはがんの増殖を抑えて、生活の質を良好に保ちながら、残されたいのちを大切にしていって緩和ケアが重要になります。緩和ケアを早期に導入すると生存期間が延びるとい研究もあります。ここには、「いやし」を意識する必要があります。がん患者がつらい時期にも幸福感を感じるのは、癒やされているときでしょう。ではどうしたら人を癒やせるのでしょうか。皆さんは家族や友人が悩み苦しんでいるときにどのように対応しますか。巧みな言葉や行動は不要で、「並んで座って夕日を眺める」ような風景を思い浮かべて下さい。これが寄り添うということでしょうか。まずは、よく話を聴いてあげるのが一番ですね。

学生時代にしておくとよいことがいくつもあります。医療者をめざすには、正常・病気も含めて、「なぜそうなるのか」を知り、そのための知識・言語を学ぶ。心を磨き、人から愛され、人を愛する人間になる。体力を付ける。睡眠・食事・起床・就寝・挨拶などにおいて良い習慣をつける、などです。将来は「大きなTの字」になりましょう（その意味は講演中に述べます）。