

《垣添 忠生》氏

「人はがんとどう向き合うか」

### がんという病気

我が国では一生のうち 2 人に 1 人ががんになり、3 人に 1 人ががんでなくなるという、がんは誰にとっても無縁の病気ではありません。がんは遺伝子の異常により発生する細胞の病気ですが、その原因はたばこや食事など、多くは私たちの生活習慣とか生活環境にあります。

がんは長い時間を経て発生、進展する病気であり、心筋梗塞や脳卒中などのように一刻一秒を争うものではないので、なった場合にも、どのように対処すべきか考える時間は十分あります。がん = 死というイメージが強いですが早期の検診で対応すれば死なずに済みます。しかし、日本は検診受診率が低く、既に転移をしているという段階でわかることもあるため、その場合、緩和ケアを提供して尊厳を持って亡くなられる手助けをするというパターンになってしまっています。

がん対策は、①予防②検診③治療④緩和ケアという 4 本柱で構成されていますが、治療では時に非常に高額な医療行為が行われるため、予防と検診に注力するのが合理的手法だと私は考えています。

私の場合も、がんを 2 回経験しました。1 度目は検診時に見つかり、大腸がんを内視鏡切除しましたが、2 度目は自分の病院の検診で腎臓がんが発見され、腎臓の一部を切除しました。私は、幸い双方とも早期発見のおかげで死なずに済んだわけです。

### 妻の闘病、看取り

妻も体の異常を機に検診を受け、発見された甲状腺がんと肺がんを摘出したものの、その後の検診で、僅か 4 mm でしたが小さな影が発見されました。リスクも覚悟しつつ提案された陽子線治療を受けたところ、影はなくなり、がんが治ったかに思い喜びました。しかし、6 か月後、肺がんの中で最もたちの悪い小細胞がんの転移が発見されたため、最も強いという抗がん剤を投与し、放射線治療も併せて行い、完治を確認するつもりで検査を受けました。結果は、消えるどころか全身化していました。画像を見たとき余命は 3 か月だとわかり、そのまま妻へ伝えました。

その後も治療を行いつつ、週末に外泊許可で自宅に帰る毎に妻は引き出しの整理をはじめ、私に手伝わせるんです。妻も自分の余命を承知していたので、私にもものありかを教えていたのではと思います。11 月の最後の外泊のときは、銀座の洋服店に行ってお気に入りの洋服を買い、帰宅するとそれを着て楽しげにファッションショーが始まりました。死に装束を選んでいることに私も気づき、それを密かに直ぐに取り出せるところにしまっておきました。

12 月になると妻の病状はどんどん悪化し、殆ど寝たきりになりました。しきりに自宅での死を口にするようになり、その決心が固いことがわかると、それに向けた準備を私も始めました。自宅 1 階に布団を敷けるようにし、酸素発生機を手配し、気心のしれない看護師さんが来るよりもと思い、医療機器の取扱い方や点滴の仕方等を私が習って、12 月 28 日に妻を自宅に連れて帰りました。予め妻が食べたいと言っていたクエ鍋を準備、この状態では食べられないとの予想に反し、在宅の奇跡というか、2 杯もおかわりをして美味しく食べてくれました。苦勞して連れて帰って本当に良かったと思いました。

翌日から意識も途切れがちになり、12 月 31 日夕方 6 時 15 分頃、完全に意識を失っていた妻が突

然半身を起こして、ぱっと私を両目で見て、私の手をぎゅっと握ったのです。そして、がくつと顎が落ちて心肺停止になりました。私にとって大みそかの夕方 6 時 15 分は特別な日にち、時間になったわけです。最後の最後の瞬間に意識を取り戻して、言葉はなかったけれど、「ありがとう」と言って亡くなったんだと思います。その最後の心の通い合いがあったからこそ、その後の、つらい 3 か月でしたが、何とか生き延びることができたのではないかと思うのです。

## 私の喪失と再生

とはいえ、清拭や先ほどの死に装束等やるべきことをやった後の正月 3 日間は、ひたすら妻の顔を見て私は泣いて過ごしました。仕事に復帰してからも、職場では期限のある仕事に追われ気丈に過ごしましたが、家に帰るとわっと涙が出るわけです。そういう生活が 3 か月くらい続きました。

「あなた、何しているの」もし妻が生きていればそんなことを言われそうだと気づき、それから、体のトレーニングからはじめ、妻とよく出かけたカヌーを再開、料理屋で知合った方とともに登山にも行くようになりました。また、全く新しいことへの挑戦という意味で、居合をはじめました。そういうことを 1 年がかりでやってようやく見かけ上、元気になってきたわけです。登山に行くときはザックの一番上に妻の写真を入れ、山頂からの景色を見せてやっています。

次の正月は妻が亡くなった直後のように酒をむちゃくちゃ飲むことはなくなり、お節料理もちゃんと食べることができました。ただ、散歩以外にすることがないので、ふっと思いついて妻の病歴だとか、私の苦しみを書き続けたら、書くということが私の深い心の底の悲しみを表出する行為だと気づいたわけです。それから、出版の声がかかり、「妻を看取る日」という本が出てから私の人生は一変しました。この内容が NHK でドラマ化され、大きな反響を呼び、たくさんの手紙をもらいました。総じて自分はこんなに苦しいんだけど、がんの専門家でも奥さんを亡くしてそんなに苦しいならもうひと頑張りします、という前向きな内容でしたが、こんなにも世の中に配偶者を亡くして苦しんでいる人がいるのかと気づかされました。

妻が亡くなって 10 年が経ちます。40 年間の伴走者を亡くした悲しみは永遠に消えませんが、悲しみを抱いたまま生きる術は身に着け始めたと思います。私はがんに関するあらゆる局面に立ち会ってきたこの経験を今後のがん対策に活かしていこうと思っています。誰にでもがんになる可能性があるのに、世の中の無理解や誤解のためにがん患者やその家族が差別を受ける現状があります。がんサバイバーが、がんになる以前と同じような生活を気負いなく淡々と営める社会、それが成熟社会に求められています。

## 最後に

人は 60 兆個の細胞で構成されていると言われています。そして細胞の中にある DNA をすべてつなぎ合わせると 1000 億キロメートルとなり、太陽と地球の間を 300 往復する距離になります。一人ひとりの人は本当に儂く弱い存在に見えますが、その一人ひとりの中身をじっと見るとものすごく強靱な存在であり、その遺伝子の違いが僅かずつあって出来上がっています。そういうことで、いのちの大切さとか個性の尊重というのは本当に大事であり、人間はそれぞれ素晴らしい力を発揮する可能性を持っているのだと思います。