

ガンちゃん こんにちは

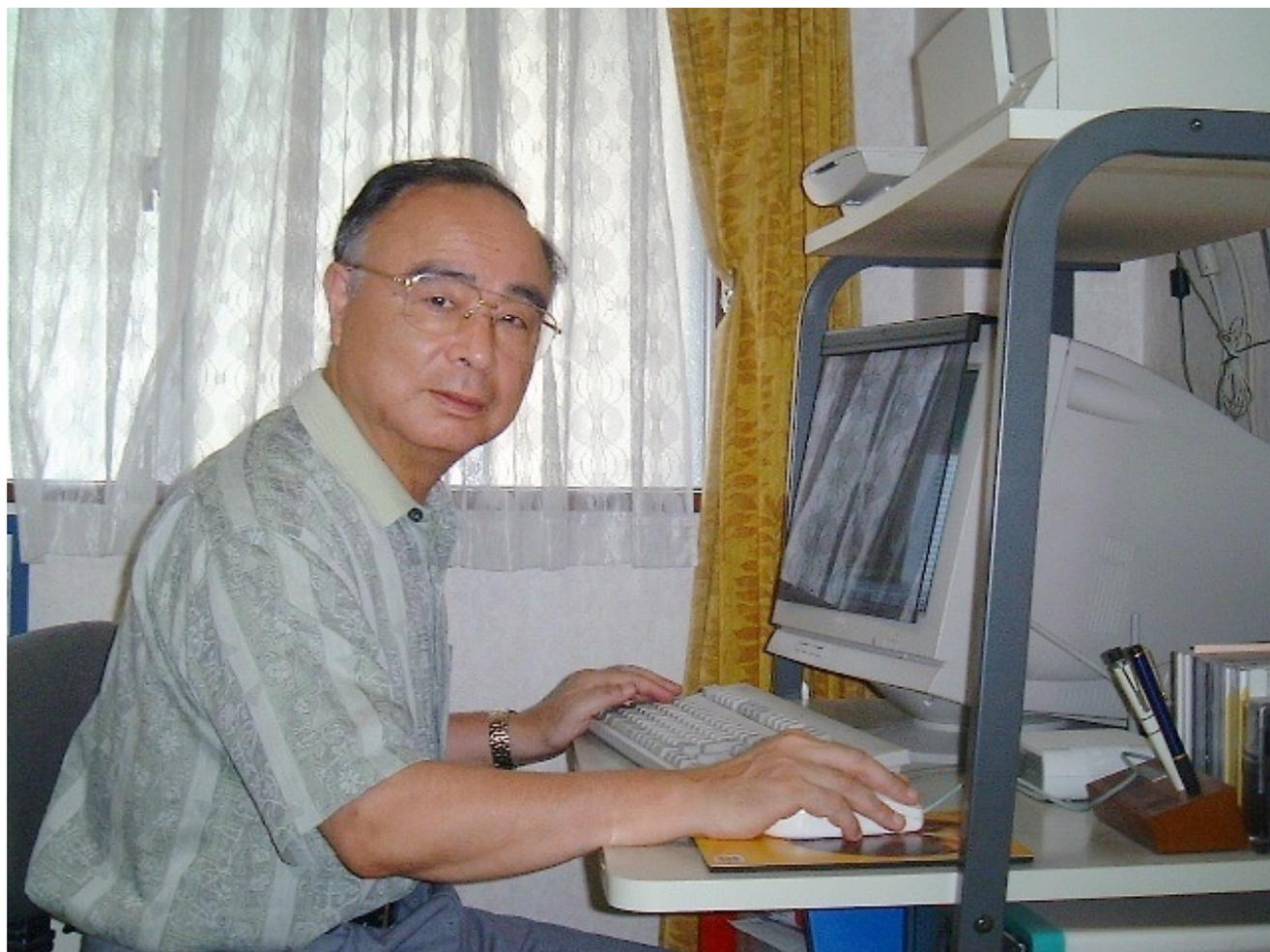


闘病ブログ 2006~2010

西羽 潔

著者

「ステージⅣの胃ガンからの生還を目指す、昭和1桁生まれのガン闘病記です」



(1)青天のへきれき

2006.10.14 Sat

それはまったくパールハーバーとは比べものにならないくらいの不意打ちでした。ガンちゃんがわが身中に忍び込んで来たのは。

今年の計画として9月にまたスイスへハイキングに行くことにしていました。しかしもう72歳なので、念のため4月中旬に1泊の人間ドックを受診しました。その結果は、ほとんど異常なし、95点くらいでしょうか。そこで意を強くして宿や航空券などの手配をし、すべての用意が終わり、後1ヵ月というところへ突然ガンちゃんがやってきたのです。

どうしてわが身に・・・、つい愚痴も出ましたが、今さらいっても仕方ありません。もしガンちゃんがもう1月遅くやって来たならどうなったか？ スイスの田舎町で、外国語のできない妻がたった一人でどれほど困ったことか？ それを考えると、まあ不幸中の幸いと思わなければなりません。マイナス思考は捨てて、プラス思考で考えることにしました。

いろいろ本を読んでも、ガンちゃんが一番の苦手は、やはりこの「プラス思考」のようです。

(2) 「笑い」が唯一の健康法

2006.10.15 Sun

ガンちゃんが忍び込んでいるのは、ふとしたきっかけで分かりました。

今、西宮のシニアたちで、「クォーターテニス」というのが人気を呼んでいます。文字通りテニスを小型化し、室内で手軽にできるようにしたものです。私はこのスポーツをもう10年前から続けています。

8月4日、前日からちょっとだるさを感じていましたが、軽い夏ばてかな、まあ途中で切り上げようと思い、その朝も、近くの体育館に出かけました。いつもより手抜きしてプレイしていたのですが、やはり走ると動悸が激しく、前半が終わった休憩タイムで帰ることにしました。仲間も、「顔が真っ白だ。早く帰った方がいいよ」と気遣ってくれました。

早速近くのかかりつけのホームドクターを訪ねました。日ごろはたまに風邪でお世話になるくらいですが、もう何十年ものお付き合いです。そこで血液検査と腹部のエコー検査を受けたところ、「ひどい貧血、すい臓の辺りが怪しい。即入院しないとイケない、たぶん手術だ。4月の人間ドックでは異常なしだから、まだそれほどひどくないだろう」

この一言で、これは「ガンちゃん、こんにちは」だと悟りました。自分でも意外に冷静でした。下の妹が50歳の若さでガンで亡くなっていましたので、「次は俺か」という感じでした。その晩も、不安はありましたが、眠れないということはありませんでした。起こったことは仕方ない、運命として受容しようとして自分に言い聞かせていました。

先生と相談して、市内でもっとも設備の整った県立西宮病院に入院することになり、週明けに、72歳で初めての入院となりました。検査を受けて、その結果を家族と共に聞きました。心配していたすい臓でなくて、胃ガンでしたが、すでに肝臓等に転移しており、手術はできないというのはまったく想定外の範囲外だったものの、それでもすでに覚悟の上ですので、きわめて冷静に受け止めることができました。

その夜、担当の看護師さんがそっとのぞきに来てくれました。私がニコニコと笑って対応したので、安心したようでした。虚勢で笑顔を作ったわけではありません。ここで落ち込んだら、ガンちゃんに負けると思っていたから、自然に出たものと思っています。

昨日の朝日新聞で、乳ガン、胃ガン、食道ガンを克服した大空真弓さんも、「『笑い』が唯一の健康法」と述べています。

(3)ナチュラル・キラー細胞くん

2006.10.15 Sun

メル友のOさんから「＜笑い＞が唯一の健康法というのは仰るとおりだと思います」とのメールをいただきました。Oさんは、日本の平和学の草分けといわれる学者で、私と同じ歳ですが、大学を退職された今でも、国際的に活躍されています。2年前は広島選挙区から参院選に出馬されたほどです。

この元気印のOさんも、何とご夫婦共にガンちゃんと共生されているとのことで、驚きました。しかもお二人とも抗ガン剤は使っておられないとのことですが、とてもお元気だそうです。

その秘密は、ガンを目の仇にして処理してくれる「ナチュラル・キラー細胞」という細胞を信じて、生活されているからのようです。お二人は仕事の都合上、別居生活を送られたことがありますが、その時も毎日のように電話をして励まし、「ナチュラル・キラー細胞くん」の活性化に努められたとのことでした。

この「ナチュラル・キラー細胞くん」は、単なる精神論でなく、医学的にも次のような働きをすることが証明されています。

＜つまり、ナチュラルキラー細胞は、体内を常に独自でパトロールしながら、がん細胞やウイルス感染細胞などを発見すると、たとえ攻撃指令がなくても独自に戦闘態勢に入り、強大なパワーで敵(抗原・異常細胞)を殺してしまうという性質を持っています。特に、抗腫瘍効果には抜群の威力を発揮します。＞

[「ナチュラルキラー細胞とは？」](#)

このサイトには、「ナチュラルキラー細胞(NK細胞)の活性を高めるためには」という項目がありますが、その一つとして、やはり「笑う」が挙げられており、「笑い」が健康にいいということが医学的にも裏付けられています。

そういうと最近こういうニュースもありました。

「『笑い』でがん克服を 神戸の製薬会社と患者会」（神戸新聞、6月30日）
＜笑いを通じてがん患者を励まそうと、全国のがん患者会で作る「がん患者ネット」と製薬会社の日本イーライリリー（神戸市）が、元がん患者による落語や吉本新喜劇の公演を行うチャリティーイベント「医と笑いのコラボレーション 一緒に笑ってがんに勝つ」を八月二日、大阪市のなんばグランド花月で開く。＞

ガンちゃんに隙を見せないよう、なるべく明るく振舞おうとの発病以来の戦術は、やはり間違っていなかったようです。

(4)胃の検診は胃カメラで

2006.10.16 Mon

前にも書きましたが、4月の中旬に、人間ドックを受けています。その時胃の検査は、胃カメラか、レントゲンの選択性でした。私はまだ初期のころの胃カメラを吞んで、苦しかった思い出が残っているので、レントゲンを選びました。その結果は異常なし、腫瘍マーカーの値も正常範囲内の低いものでした。

それなのに、なぜ3カ月強の間にこれほどガンが進行していたのか？ 二人の医師に意見を聞きました。

【A医師】

これほどの状態なら、人間ドックのさい胃カメラを吞んでおれば、見つかったはず。最近では胃の検診は胃カメラが主流になっており、そのためレントゲンの方は技術が低下している。私は胃の検診は絶対胃カメラだと主張している。

【B医師】

3カ月程度でも、これくらい進行することはある。よく歳をとれば進行が遅いというが、それは80、90代のこと、70代はまだ若い。

どちらの意見が正しいか、素人には判断できませんが、どちらにしろ今更いっても詮無いことです。それにしても人間ドックを過信しては危険ですね。

この人間ドックを受けた西宮市立中央病院では、私のように胃カメラを敬遠する人が多いせいか、もっと利用を多くしようと、最近受診者の負担が少ない、鼻から入れる「経鼻式」胃カメラを導入し、市の広報誌で大きく宣伝しています。これをもう半年早く導入してくれていたなら、私も胃カメラを選択していたかもしれません。

いろいろ考えれば、マイナス思考はきりがありませんが、寝る前には過去を振り返るより、元気になればしばらく保養に山に見える信州のリゾートにでも行こうか、どこがいいかなどと考えるようにしました。

【教訓：胃の検診は胃カメラで】

[追記]今日の毎日新聞の社説にも、次の言葉が載っていました。

「病気になっても病人になるな。笑いが薬」

(5) 黒い便は要注意

2006.10.17 Tue

人間ドックでは問題なかったのですが、今にして思えば、その他に徴候がなかったわけではありません。

入院する2週間前くらいでしょうか、胃の辺りが痛いことがありました。しかしまもなく治まり、その後は何ともありませんでした。そしてそれから便秘気味になり、黒い便が出るようになりましたが、その後また治りました。私はちょっと胃の調子が悪いと思い、胃腸薬を飲んで済ませました。

しかしこの“黒い便”が曲者でした。お恥ずかしい話ですが、私は血便といえ、赤い便が出るとしか知識がなかったので、黒い便も胃など上部の消化器の出血による血便とは知らなかったのです。

それから暫くして、食事がじゅうぶん食べられなくなりました。食べはじめは食欲もあり、おいしくいただけるのですが、いつもの八分くらいになると満腹になるのです。入院してみてこれは胃の中の腫瘍のせいであることが分かりました。

その他、座っていて立ち上がると軽くですが、ふらっとすることもありました。元来低血圧気味で立ちくらみも経験したこともあるので、これも夏ばてかと思っていました。

その他とくにひどい異常はなかったので、その間孫とハイキングに行ったり、いつもの軽スポーツに行ったりもしていました。日ごろは病気といえ、風邪くらいでしたので、ちょっと過信していたのでしょう。前に述べましたように、スポーツに行き初めて貧血が分かったのですが、もしあの日、ちょっと体がだるいのでサボって家でゴロゴロしていたら、発見はもっと遅れたかもしれせん。

まあ60過ぎれば、ちょっとしたことでも医者に行くべきだというのが反省です。とくに“黒い便”は貴重な注意信号でした。

(6) セカンドオピニオン (上)

2006.10.18 Wed

セカンドオピニオンという言葉は、最近ずいぶん普及してきましたが、当初県立西宮病院へ入院したときは、そういう考えはまったく頭に浮かんでいませんでした。しかし3人の子供たちとその配偶者は、ずいぶん心配してくれて、インターネットや本で、もっと適当な病院がないか、いろいろ調べてくれました。

その中で選んでくれたのが、市立堺病院の古河洋院長です。古河先生は、インターネットの検索によると、キャリア30年、胃がん患者の手術実績約3500人という、日本でも屈指の胃がん手術の名医とのことです。幸い娘婿が伝手を持っていましたので、もう西宮病院の本格的な化学療法が始まる寸前でしたが、娘夫婦と次男でセカンドオピニオンを聞きに行ってくれました。

結果は、この名医をもってしてもやはりもう手術は難しいので、化学療法しかないとのことでした。そこでそれならと当初の予定どおり進めることにしました。なおこのセカンドオピニオンに当たっては、西宮病院側も、快く、積極的に協力していただき、検査結果のデータなどもすべて貸し出してもらいました。

そうして、化学療法が始まりましたが、それはTS-1とランダという最新で、もっとも強力な二つの抗がん剤による、いわばどこの病院でもまず試みる定番の療法でした。期間は5週間です。

抗がん剤といえば、誰しも考えるのが、その辛い副作用です。これはもう覚悟の上で、「ガンちゃん、負けるものか」という気概で望んだので、思っていたよりまだましであったと自分では思っていました。看護師さんや家族に言わせると、ずいぶん苦しそうで心配したとのことです。体重も約8キロほど減り、入院前苦労していたダイエットの目標をはるかに超え過ぎてしまいました。手足の筋肉もすっかり落ち、終わった直後は歩くのも危なっかしい状態でした。

これほど苦労しているので、さぞかし効果はあろうかと思って、がんばったのですが、さてその効果のほどは？

(7) セカンドオピニオン (下)

2006.10.20 Fri

せっかく苦労したのに、最初の化学療法は効果が見られませんでした。

胃の腫瘍はやや小さくなり、貧血の原因となった出血も止まったのですが、肝臓の方はむしろ大きくなっており、腫瘍マーカーの値も増えました。これにはさすがにがっかりしましたが、抗がん剤は元々人によって効いたり、効かなかったり、その確率も低いということなので、余り期待する方が無理なのでしょう。

さてでは次の手はどうなるのか？ 病院側の説明も余り明確ではありません。そうするうちに、娘がまたセカンドオピニオンが聞ける、ガン治療に力を入れている病院を探してくれました。それは何と我が家からもっとも近い、徒歩でも約15分で行ける市立芦屋病院でした。

ところで日本ではこういう抗がん剤の専門医がまだ少なく、約50人ということですが、アメリカではガン専門の腫瘍内科医が約4千人といわれています(99年時点)。日本でも最近「腫瘍内科」の看板を掲げる病院が出てきましたが、まだまだ少なく、関西では大学病院などのほかは、この芦屋病院だけです。

まさに「灯台下暗し」とはこのことで、早速アポイントをとって、一時帰宅のついでにセカンドオピニオンを聞きに行きました。お目にかかったのは、腫瘍内科の責任者、古林部長です。

先生は、「せっかく体調が戻ったのだから、今のままこの状態を保つか、あるいはもしもう一度化学療法にトライするか、どちらかでしょう。化学療法を採られるなら、副作用も前よりきついかもしれません。また効果が期待できる確率は1、2割です。それでも、もしがんばると言われるなら、私もがんばりましょう。期間は3カ月、入院費は月20～30万円掛かります。高額医療費補助で一部が返ってきますが。」

私はドクターが費用の見積もりまでしてくれるのには驚きました。厳しい言い方も、率直に話をしてくれると好感を持ちました。まだ一縷の望みがあるなら、それに賭けるしかない、この先生なら信頼できると決断し、その場で入院をお願いしました。もちろん自宅から近いので、毎日2回通ってきてくれる妻の負担も少しは軽くなるということも考慮しての上です。

ガンちゃんと闘うには、まず信頼できるドクターにめぐり合うこと、そしてその先生と共に戦う気持ちが大切だと思います。

さっそく西宮病院に戻って、主治医に転院の希望を伝え、快く了承してもらいました。そして今までの治療の資料はもとより、看護師が記録していた日々の看護日誌までも芦屋へ送ってもらい

ました。

「セカンドオピニオン」というのは、言葉は知っていましたが、その実態は病気になるまでまったく知識がありませんでした。しかしガンのように治療法に選択肢が多い場合は、絶対に利用すべきと思います。

(8) 腫瘍内科

2006.10.22 Sun

市立芦屋病院は大阪湾を一望する芦屋市の高台の静かな環境にあります。ここ辺りは日ごろウォーキングコースにしていた馴染みの場所であり、家からも近いので何かと安心感もあり、落ち着いた環境です。

かつて財政的にも恵まれていた芦屋市は、11年前の阪神大震災の影響を受け、突然財政的にも苦しい状況に陥りました。市立病院もその影響を受け、いわゆるリストラを実施、その対策の一つとして、診療科目を重点的に絞って、新しく「腫瘍内科」を設けたようです。今では内科全体のベッドのうち、腫瘍内科の患者が約半数を占めているとのことでした。

私の家は西宮市の西の端にあり、すぐ隣が芦屋市ですが、こういうニュースはまったく入ってきませんでした。すぐ近くの掛かりつけのホームドクターも知らないほどでした。病院選びには、インターネットなどを活用して、よく探ることが重要なことを痛感しました。

毎日のように、主治医である部長先生が回診に来られます。検査があった日は、かならずその日のうちに、CTのフィルムなどを持ってきて、説明してもらえます。ですから常に自分の病状が把握でき、自ら積極的に治療に参加しようとの意欲が湧いてきます。

看護師の皆さんも、多くの腫瘍患者を看護してきた経験から、ちょっとした病状の変化にもよく対応してくれ、質問に対しても、的確な答えが返ってきます。時おり説明やアドバイスを受ける薬剤師や栄養士も同様です。

こうして今では、落ち着いた環境で、安心してキメ細かい治療を受けています。思い切って転院して正解だったようです。

【追記】 インターネットで検索していましたが、次のような書き込みがありました。

<抗がん剤治療に強い病院としては 東の 都立駒込病院（東京都） 西の 芦屋市立芦屋病院（兵庫県）が専門医の間で評判が高い ...>

残念ながら、そのサイトはもう閉鎖していて、前後の詳しい内容は分かりません。

(9) 悔いのない第二の人生を

2006.10.24 Tue

私は1995年に40年近いサラリーマン生活を卒業し、第二の人生に入りました。そこでまず今後の長期計画として、(1) 今まで時間的余裕がないのでできなかった海外旅行(2) 世の中の進歩についていくためのインターネット(3) 体の健康維持のための生涯スポーツ(クォーターテニス)(4) 頭の健康維持のための知的ゲーム(コントラクトブリッジ)などを柱とすることにしました。

それ以来約10年間、この四本柱を中心に、充実した生活を送ってきたつもりです。中でも(2)のインターネットについては、思っていた以上の機能や効用にすっぴりのめり込んでしまいました。最初は単なる情報収集のためと思っていましたが、ある時ふと(1)の海外旅行の記録をホームページで公開しようと思いつき、1999年に「[シニア夫婦の手づくり海外旅行記](#)」を作成、自分の情報を、ローコストで手軽に、世界中に発信できる機能にすっぴり魅せられてしまいました。

そのうち、自分の楽しみだけでなく、もう少し社会的にも意義のあるものをと翌2000年に立ち上げたのが、「[戦争を語り継ごう リンク集](#)」というサイトです。そしてさらに一方的な情報発信だけでなく、戦争体験者と若い世代の交流を通じて過去の戦争の体験を伝えていく場として、「戦争を語り継ごうML」というメーリングリストを2002年に立ち上げました。

さらに2004年には、アメリカに住む高校時代の友人が、長年独力で手がけていた旧日本軍人の戦争遺留品の返還活動をインターネットで支援すべく「[旧日本軍人の遺留品](#)」というサイトも立ち上げました。今まで若干ですが、かつての戦争で日本の軍人が戦場に残した遺留品を、ご本人やご遺族にお返しするお手伝いできたのは、望外の喜びでした。

こうしたインターネットによる活動が、新しい試みとして多くの新聞やテレビ・ラジオなどでも紹介されました。この歳になって初めて、NHKテレビに出演できるなどとは、これはまったく当初の計画の想定範囲外でした。

健康には自信があったので、引き続き70代も、自分のため、またささやかながら社会のため、がんばれるかと思っていましたが、思いがけないガンちゃんの出現で、第二の人生は突如断ち切れ、第三の人生へと移行を余儀なくされてしまいました。

よくこの歳になると、お互い「できるうちにしておこう。行けるうちに行っておこう」といいますが、自分もそのとおり実行してきたつもりです。それもこれで終わりかの残念さがないといえは嘘になりますが、まあわが第二の青春に悔いなしというべきでしょう。

ガンちゃんとの出会いが分かった時、自分でも意外なほど冷静でおられたのも、そういう満足感があったからでしょう。またそれだからこそ、ガンちゃんとの闘いにも、前向きに向かっているといます。

これから団塊の世代が、新しい第二に人生に入っていくと思います。60代は第二の青春として、ぜひ日々充実した生活を送ってください。

(10)インターネットは良薬

2006.10.26 Thu

私の第二の人生の中でインターネットが欠かせないものになっていると、前回お話ししました。入院と決まった時、他はともかく、このインターネットだけは何とか利用したいものだと思いました。それは単なる個人的な趣味というだけでなく、社会的にもいささか意義のある活動のツールにもなっているからです。しかしたとえ病院にパソコンを持ち込んだとしても、ネットに接続することは無理のように思えました。

家族もそのことをよく理解してくれていて、当初は病室に持ち込んだノートパソコンを毎日家に持ち帰り、メールの受発信をするなどの協力をしてくれました。しかしそれではやはりじゅうぶんな利用は無理で、家人にも負担を掛けます。ところが幸い次男が、ウィルコムというシステムを使って、PHSでネットに接続させるという方法を考えてくれ、その設定をしてくれました。

その結果、病院の病室からノートパソコンで自由にインターネットに接続することが可能になりました。ダイヤルアップですから、ちょっと接続のスピードは落ちますが、それ以外は自宅にいるのと同じ環境でパソコンを使うことができるのです。それ以来、私の病院生活は一変しました。物理的には外界から隔絶された環境ですが、サイバー空間では社会とのコミュニケーションが従来と変わりなく可能なのです。

こうしてメーリングリストなどを通じ、多くの人たちと従来どおりの交流が再開できました。そして実に多数の、国内外のメル友たちから、お見舞いや、激励、アドバイスのメールをいただきました。その中には、もう長年ガンちゃんと同居しながら、現役で活躍しておられたり、海外旅行やスポーツを楽しんでおられたりする同病の士も少なからずおられることも分かり、希望が湧いてきました。

ご心配いただきました皆さんに、病気になった経緯やその後の経過などをいちいちご報告するのはたいへんなので、失礼してこのブログで公表させていただくことにしました。病床からブログを簡単に立ち上げることができるとは、IT技術の驚くべき進歩はまことにありがたいことです。

皆さんからよく「メールをくれるのもいいが、余り無理しないように」と気遣っていただくこともあります。私は「無理をしてでもメールすることが、闘病生活にエネルギーを与えてくれるのです」と返事をしています。まさに私にとっては、インターネットが何よりの良薬となっているのです。

横浜に住んでいる長男が、ウェブカメラなどのテレビ電話のシステムをお見舞いにプレゼントしてくれました。休日などにはそれを利用して、彼の家パソコンとスカイプでつないで、テレビ

電話を楽しんでいます。孫たちの元気な笑顔も、これまたすばらしい良薬です。

(11) 副作用は怖くない

2006.10.28 Sat

さて本論に戻って、市立芦屋病院における化学療法の「再チャレンジ」について、ご報告します。今回は、1クール2週間を6回繰り返して、各種の抗がん剤の投与が行われる予定です

10月5日の転院直後から、まず検査が始まりました。血液検査、胸部レントゲン、心電図、CT検査（上腹部、胸部、頭部）、心臓エコー検査です。なぜか苦手の胃カメラはありませんので、ほっとする反面、それでいいのかの思いもありました。看護師さんの話しでは、「古林先生は、患者に苦痛を与えることがお嫌いな、優しい先生よ」とのことですが、そのせいでしょうか。

結果は、肺、脳は異常なし。ただ肝臓の下あたりに大きな腫瘍があるとのこと、ただしその真ん中が黒く写っているので、いわば腐ったミカンのように、若くて張り切ったミカンより、元気はないとのこと。結果が出るとすぐ部長先生が直々病室へ来て、フィルムなどで説明してもらるので、常に病状が正確に把握できます。

この“腐ったミカン”は、自分でも手で触って分かるほどで、初めて「ガンちゃん、こんにちは」を体感することができました。それ以来毎日、「小さく、小さく、小さくなあ〜れ」と押さえていますが、気のせいかだんだん小さくなったきたように思えます。

この検査結果に基づき、まず第1クールに使う抗がん剤が4種類選ばれ、13日から45時間連続の点滴によって注入されました。薬の種類は、当然県立西宮で使用したものとは違います。

2日目の夕方ころから、やはりもっとも代表的な副作用の吐き気が出てきました。といっても、少し胸がムカツとする程度ですが、夕食は半分くらいしか食べられませんでした。それ来た、これからひどくなるぞということで、明日からの病院の食事は取り消し、妻に食べれそうなものを出前してもらうことにしました。病院側も、患者に好きなものを好きなだけ食べれるようにと、「持ち込み」食を勧めています。ドクターも顔を見るたびに「食事はしっかりと」と言われます。幸いむかつきはそれ以降も余りひどくはなりませんでした。

「持ち込み」食は県立西宮でも経験していますので、妻がこちらの体調に合わせ、食べれそうなものをうまく見繕って、持ってきてくれます。そして1週間後の週末、一時帰宅した時には、ほとんど普通に食べられるようになりました。出前となりますと、やはり「スープの冷めない距離」がものをいいます。魚沼産のコシヒカリの新米が入ったとあって、炊き上がったばかりのご飯を持ってきてくれたこともあります。こうした物理的にも、精神衛生上も「温かい」家庭の味で、体調もみるみる回復しました（今後も続けてもらいたいので、ちょっとゴマをすらせていただきました。一笑）。

前回は、もともと入院時から胃の調子が悪かったので、抗がん剤の点滴で、食事を見るのも厭なくらい食欲が落ち、主として点滴でカロリーを補給していましたが、それと比べると、雲泥の差です。それから、しゃっくり、高熱、腕の湿疹なども今回は出ません。

ということで、前は1週間ほどもほとんど寝たきりの状態でしたが、今回は点滴終了後3日くらいしか経っていないのに、すっかり衰えた足腰を鍛えようと、4階屋上にあるリハビリ・コースで、日光を浴びながらの散歩を始めるほどでした。ドクターも「どうですか、苦しいことはありませんか？」と気遣ってもらうのですが、「いやぁ、前に比べればずっと楽です」などと答えるものですから、拍子抜けした感じでした。

しかしもう一つ定番の副作用である白血球の減少は、やはりこれは逃れることはできません。その対策の注射を5日間打ったのですが、第1クール最終日になっても、ドクターの期待値ほどに回復していません。しかしその他の体調は好調なため、ドクターの決断で、予定どおり27日から第2クールが始まりました。

もう10年も前の、妹のガン死の経験から、副作用は厳しいとのイメージがありました。そのため県立西宮で初めての化学療法の際は、正直身構えていました。しかし今回と比べられないほどきつかったその時ですら、想像よりまだましだったと思います。

10年前からですと、副作用に対するノウハウも進んでおり、そのための薬も格段の進歩を遂げているようなので、1回や2回の経験で言うのはおこがましいですが、今では副作用はそれほど心配することはないのではないかと思います。

「本当は怖くない！！？抗がん剤治療」

(12) インディアンの秘薬

2006.10.30 Mon

アメリカでもう約40年も医者をやっている高校時代の友人がいます。気心知れた友人の中で、唯一の医師なので、入院以来ずっと、メールで病状を報告しています。専門は産婦人科なので、私の病気は専門ではありませんが、医師としての一般的なアドバイスや注意を教えてくれ、たいへん頼りになっています。

その彼が、インディアンに古くから伝わるという薬草からできた「エイジアック」という薬を紹介してくれました。彼には高血糖の持病がありますが、奥さんからこの薬を勧められ、半信半疑で試してみたところ、血糖値が4カ月ほどでほとんど正常値にまで下がったとのことでした。これは元々ガンちゃんに効くということなので、もしよければ一度試してみないかということでした。奥さんの紹介で、主としてガンや腫瘍を患っている17,8人の友人や知人たちも服用しているが、その中の10人ほどから効果があったとの知らせが届いているそうです。

こういうガンに効くという、漢方薬やサプリメント、健康食品があるということは、何となく知っていましたが、今まで関係がなかったので、まったく知識はありません。しかしいずれは検討してみなければと思っていましたが、高価なものが多そうだが、本当に効くのかとの疑問もありました。そこへ医師である友人からの勧めです。渡りに舟と、それを受けることにしました。

そこで芦屋病院へ転院してすぐ、主治医にエイジアック服用の許可を求めたところ、「とくに高価なものでなければ、けっこうです」とのことでした。先生も、“高価”であるが、“効果”のない例をよくご存じのようです。エイジアックは、アメリカで求めればさほど高価でもないようで、もちろん近代医学ともあい補完し、抗がん剤の副作用も和らげる機能もあるというので、早速友人が送ってくれたサンプルの服用を始めました。

このエイジアックの成分は、8種類の植物の草や樹皮、根からとったもので、その中には漢方薬の成分と同じものがあります。これらの植物は、カナダの先住民であるインディアンが古くから使っていたものですが、そういういえばインディアンのルーツもモンゴリアンですので、このエイジアックも漢方薬の親戚といえましょう。煎じて呑むところも、よく似ています。

ところでこのような植物を、西洋では古くから“ハーブ”と呼んで、薬として使っていました。日本では、ハーブといえば主として香りのいい草として、園芸や料理で楽しまれているようですが、西洋では草だけでなく樹木、それも葉から茎から樹皮や根までをいい、薬用植物を意味します。それ故エイジアックもハーブ・ティーと呼ばれるようですが、日ごろ嗜む優雅なものとはまったく違って、その味や香りはまさに“良薬は口に苦し”です。

このような伝統がありますので、アメリカでは、こういうハーブが広く利用されており、一部の州では保険も適用されているそうです。しかし日本では薬事法で認められていないため、いわゆるサプリメントや健康食品として売られており、値段も高いようです。

ということで、目下近代医学の最先端の抗がん剤と「インディアンの秘薬」とを併用しています。ですから残念なことに、もし効果があったとしても、どちらが効いたのか分かりません。いずれにしても、相乗作用でより効果があがることを期待しています。

(13) 痔主、元痔主はご注意を

2006.11.02 Thu

どうもネタがなくなってきましたので、尾籠な話で恐縮ですが、今回は便通についてお話ししたいと思います。不快な方は、パスしてください。

便通は健康なときでも、たいせつですが、病気るときはとくに重要なことがよく分かりました。病院では、看護師さんが毎日挨拶のように、「お通じは？」は訊ねます。最初はちょっと違和感がありましたが、すっかり慣れました。

今までお話しましたように、抗がん剤の副作用は覚悟していましたが、思っていたほどではないという感じでしたが、それよりも伏兵のこの便通にはかなり苦労しました。前の西宮病院からずっと、痛み止めのため、胸に貼り薬のシートを貼っているのですがこれが便を硬くすることです。そのため、便意はあるのに、なかなか出ず、う〜んと気張ってやっとちょっと小さな塊が出るという状態にすぐなりやすいのです。

初めのころは、下剤を貰って何とか出していたのですが、これもその後はたいへんな下痢になります。夜中に何度もトイレに行くことになり、終いには別途の脇に便器を置いてもらう始末。これが嫌で下剤も敬遠するようになりました。

芦屋病院に移ったころから、思いがけず痔が出てくるようになりました。こうなると悲惨です。痛くて、とても気張れなくなります。やむを得ず、物心ついてから余り記憶のない浣腸に頼ることにしました。最初は恥ずかしいので、自分で入れていましたが、「仕事ですから、遠慮しないで」という看護師さんに入れてもらうようにまでなっていました。

痔というのは若いころ一時、いぼ痔で悩まされたことがありましたが、もう何十年か出て来なくなっていましたので、すっかり治ったものと思っていました。ところが外科の先生に聞くと、いぼ痔は一生治らないものだそうです。もう死火山と思っていたのが、休火山であって、余りの刺激で眠りを起こされたらしいのです。

それから痔の座薬を貰って、なんとか抑えることによって、だんだん便通もよくなりました。今でも、便秘薬と下剤を両方貰って、便の状態で飲む量も調節しながら、便通をコントロールしています。抗がん剤の副作用としても、人によって便秘になったり、下痢になったりもするので、この便通のコントロールが大切とのことでした。

それにしても、ガンちゃんとの闘いで、忘れていたいぼ痔くんに悩まされるとは、思ってもいませんでした。痔主だけでなく、元痔主の方も、これにはじゅうぶんど注意ください。

(14) 白血球数に一喜一憂

2006.11.06 Mon

さて10月27日から予定どおり化学療法の第2クールが始まりました。使用する抗がん剤など、内容はまったく第1クールと同じです。副作用も第1クールとほぼ似たような状況です。

ただ少し違うのは、毛の抜け方が増えてきたことです。これはどうも致し方のないことで、すっかり抜けてしまうことを覚悟せざるを得ないようです。もっとも当方は抜ける毛自体すでに少なくなっていましたので、ご婦人方に比べれば、そのショックは少ないほうと思います。

さらに前回と違ってもっとも心配したのが白血球です。もともと第2クールを始める際、ドクターの見込みより回復が遅れているのに、あえてスタートしたので、今回はさらに下がるのが予想されていたからです。

抗がん剤の標的はもちろんガンちゃんですが、それは同時に血液の工場である骨髄にもダメージを与え、白血球の減少を招きます。大体健康な時は、人間ドックなどでも白血球の数値などまったく関心がありませんでした。ちなみにまだ健康であった4月の人間ドックでの結果を調べてみると、5720（男性の基準値は4000～8500）でした。

それが第1クールの点滴終了後の10月23日には1790にまで落ちていました。そして26日には3250まで回復していたのですが、それでも第2クールへ進むには少し少ないというのをあえて強行したわけです。

ですから今回は、点滴終了後3日目の11月1日にはついに1000まで落ち込んでしまいました。こうなると免疫力が極度に低くなるため、病気への感染の危険度が高くなります。そのため病室に入る人は、家族といえどもマスクを着用が義務付けられ、患者にも余り病室を出ないように指示されました。

ちょうど3日から5日までは三連休なので、これでは自宅へも帰れないかと思っていましたが、幸いやさしいドクターのお許しが出ました。しかし外出は禁止、家族もできるだけマスク着用とのことで、おとなしく蟄居していなければなりません。前回一時帰宅したときは、次男夫婦と六甲山へドライブして、ジギスカン料理をご馳走になったりしたのですが、それとは大違いでした。

しかし幸い8日目にあたる6日の検査では2400と、前回同時期の1790を上回ったので、白血球の非常事態も解除されました。これで順調に第3クールへ進めるよう願っています。

ここの病院は腫瘍内科の患者が多いので、看護師さんたちのこの病気についての知識も豊富のようです。今日聞いた話は、なるほど頷けるものでしたので、ご紹介しましょう。ガンちゃんには内緒の話です。

●ドクターを信頼している患者さんほど、よくなることが多い。ドクターを信頼しているか、どうかはすぐ分かるので、私たちもそれを考慮に入れて対応している。

●化学療法は体力勝負、といって運動も簡単にできないので、まず食べること。よく食べられる人ほど、よくなる可能性が高い。そのため、体重は大切なバロメーター。またそれには家族の協力も重要である。

(15)回復には運動も大切

2006.11.09 Thu

今朝の採血検査の結果、白血球数は3,220にまで上がりました。第1クール後の12日目は3,250だったので、ほぼ同じです。ドクターは、「まだ少し低いので、また白血球が1,000くらいまで落ちるかもしれませんが、思い切って次へ進みましょう。がんばってください」とのことで、予定どおり明10日から第3クールへ進むことになりました。少々苦しくても、延びるよりましです。

今日は秋晴れのいい天気で、ぽかぽかと暖かい日でしたので、午前と午後の2回、4階の屋上のリハビリ・コースで、歩いたり、軽く体操をしたりしました。これは一昨日くらいから始めています。日光を浴びながらの運動は、本当に気持ちのよいものです。この病院の付近は、歩きなれたウォーキングのコースでもありますので、本当は外へ出たいのですが、まだ多少貧血の気があるので、それはガマンです。

前の病院での化学療法では、体重が7kgも減り、手足の筋肉もすっかり落ちてしまいました。10日近くほとんど寝たきりになったので、関節も硬くなっており、まともに立てないくらいでした。そこでまず歩行器を使っての歩く訓練から始め、もっぱら病院内の廊下をぐるぐる廻っていました。

こちらの病院に来てからは、幸い体重も増えてきたので、できるだけ運動をするようにしていました。しかしここ暫くは白血球数が落ちたり、貧血の傾向があるので、控えていたのです。

このブログを見るなどして、ガンちゃんと共生している大勢の先輩たちから、励ましのメールをいただきましたが、中にはテニスをしたり、ガン仲間とパーティーを組んで、スイスで山歩きをされた方もおられるとのことで、まったく驚きました。そしてまた希望も湧いてきました。

本を読んでも、回復には運動も大切で、中には水泳やサイクリングを楽しんでいる人もあるとか。あるいは寝たきりなのに、ベッドでストレッチをしたり、いすに座って重量挙げをしている人もあるとのことです。＜運動は想像していた以上に強力な回復戦略になった。あなたが楽しんでする運動が、回復計画の重要な一部になることは確かである。＞（グレッグ・アンダーソン著「[ガンに打ち勝つ患者学](#)」）

病室の机の上に、今年の5月、孫たちと六甲山へ登ったときの写真を飾っています。そのときの楽しかった思い出とともに、もう一度あのように登りたいとの思いを込めてです。そういえば、あの時すでに体内にガンちゃんが宿っていたのかもしれませんが。ですからこれからも、ガンちゃんと共生しながら、ハイキングできるだろうと思っています。

ブログを読んだメル友二人からから、ぜひ再チャレンジをとの励ましを込めて、スイスアルプスの資料を送っていただきました。その日を夢見て、今からぼちぼち無理のない程度に、体も鍛えていきたいと思っています。

ガンちゃん待ってろ、いずれマッターホルンを見せてやるからな。そしたらおっ魂消て、消えてなくなるだろうよ。

(16) 幸せの黄色いピアノのコンサート

2006.11.12 Sun



最近あちこちの病院で、患者の癒しの行事として院内コンサートが流行っていますが、その草分けというべきなのが、目下入院中の市立芦屋病院の「幸せの黄色いピアノのコンサート」です。

阪神淡路大震災から約1年半後の96年夏、ちょうど入院中だったピアニスト金澤佳代子さんと主治医の金山良男さんが、「音楽で被災者や患者の心を癒やせないか」と相談して、院内コンサートを計画し、金澤さんがピアノを担当して初回をその年末に開きました。

その後99年7月、市民団体の募金により、映画『幸福の黄色いハンカチ』のハンカチのように、皆の心をパッと明るくするよう、黄色いピアノが病院に寄付されました。そしてその後も毎月1回、「幸せの黄色いピアノのコンサート」として、金澤さんなどのボランティアの手でコンサートは続けられ、今年の8月6日で100回目を迎えました。

その様子は、中国の「人民網」（日本語版）にも紹介されています。

[「患者癒す『幸せの黄色いピアノ』 震災ケアから演奏続く」](#)

今日も103回目のコンサートが開かれましたので、聴きに行ってきましたが、思わぬハプニングが起きました。フルートとピアノの二重奏で、「カルメン幻想曲」を演奏中、フルート奏者の山田律子さんが、いきなり私に近寄り、一輪の赤いバラを手渡してくださったのです。

もちろんこれは、オペラ「カルメン」の第1幕で、カルメンが口にくわえた赤いバラをホセに投げつけるシーンを象徴したもので、思わぬ演出に皆さんの拍手を浴びて、ずいぶんいい気分になりました。ガンちゃんもきっと魂消て、身が縮む思いをしたことでしょう。

実はこの前の102回目にも聴きに行ったのですが、そのときは日経新聞の取材があり、記者にコ

コンサートの感想を聞かれました。どうも聴衆の中には、男性の患者が少ないので、目立つようです。そのときの記事が、ちょうど今日の日経新聞の日曜版に「心癒す院内演奏会」という見出しで掲載されました。

＜兵庫県芦屋市の閑静な住宅街にある市立芦屋病院。十月下旬の日曜日、外来棟五階の待合ホールがコンサート会場に「変身」した。

中央に黄色いグランドピアノ。長いすが周りを囲み、病室から車椅子で参加した患者も。地域住民を含めた約百人が約一時間にわたって、唱歌「もみじ」や童謡「赤とんぼ」などの温かな音色に包まれた。「入院生活は単調なのでありがたい。楽しかった」と七十代の男性患者。＞

この男性患者が私なのです。もっと含蓄のある？ことを喋ったのですが、予定原稿の一行で済まされてしまいました。ともあれ、入院生活の楽しい思い出になり、また励みになったコンサートでした。

このコンサートは、金澤さんらのご努力下、来月23日のクリスマスコンサートで、満10周年を迎えます。いつまでも長続きすることを願っています。

(17)副作用もいろいろ

2006.11.15 Wed

第3クール of 投薬も12日に終わり、翌13日の採血検査では、また白血球数が1,440にまで落ちました。ふたたび面会者もマスク着用ですが、二度目ですから、そう驚きません。

また今回は投薬2日目にシャクリが出ました。一時間前後のが、少し間をおいて4回です。前の西宮病院のときにも出ましたが、こちらへ来ては初めてです。しかし1日だけで終わりましたので、助かりました。その他、吐き気が今までよりも強く、13日の昼食では、ついに少し戻してしまいました。これは初めてです。

病院から貰った副作用の注意には、実に17項目が挙がっています。もちろんこれが全部出たらいへんですが、可能性のあるものがすべて網羅されているわけです。私の場合は、そのうちの6つが今までに出ました。

消化器症状（吐き気など）、骨髄抑制（白血球減少など）、皮膚障害（脱毛、皮膚が荒れる）は、やはりほとんどの人と同様、人並みに出ましたが、その他としては、顔が赤くなる（これはすぐ消えました）、シャクリ、むくみなどです。

むくみは、第2クールから出始め、両足が大きくむくみました。マッサージなどしますと、少しましになるのですが、また薬を点滴で入れると、元に戻ります。しかしこれは、ちょっときつめのハイソックスをはくことによって、ほとんど解消されました。

その他これはどうも私だけのようなのですが、何か独特の臭気を感じるのです。とくに食事のときそれを感じると、食欲が阻害されます。薬によって、息が臭くなっているのか、臭覚が異常になっているのか分かりません。

このように抗がん剤の副作用は、実に多岐にわたり、しかも人によってその発症の仕方もまちまちなので、なかなか厄介のようです。そこでその様子を見ながら、副作用を抑えたり、薬を変えたりしながら、最小限の副作用で、より大きな効果を挙げるのが、腫瘍医の手腕のようです。

うちの主治医も、細かい手書きのメモを手にしながら、かならず毎日こまめに回診しては、副作用の状況などを観察しておられます。

病院の売店に、「当院も紹介されています」という貼紙つきで、「[別冊月刊現代 医師がすすめる最高の名医+治る病院](#)」という本が売られていましたので、立ち読みしました。やはり「抗がん剤治療」のトップ25の病院に、市立芦屋病院も入っていました。近畿では、京大付属病院（外

来のみ)、大阪医大付属病院(高槻市)、兵庫県成人病センター(明石市)と芦屋の4病院です。

そして「抗がん剤治療」の名医を代表して、わが主治医・古林孝保先生の談話も掲載されていました。こんな近くに、こんな病院があったとは、本当にラッキーでした。

(18)前半戦を終わって

2006.11.22 Wed

第3クール of 投薬が終わって、はや10日過ぎました。全体で6クールの予定ですから、ちょうど半分が終わったところです。さすがに3回も続きますと、副作用も累積してくるのか、体調にもやや陰りが見え始めました。

吐き気も今までより強い感じですが、一番悩ましいのが骨髄抑制による、白血球の減少や貧血の問題です。今まで投薬後8日目では、白血球数が上昇に転じていたのですが、今回は依然下がり続け、8日目の20日で1,180、翌21日はさらに1,140と下がりました。そしてヘモグロビン値も21日には5.9と6を割り込みました。

そこでその対策として、白血球を増やす注射を3日間打つことと、輸血をすることになりました。しかし、予定では24日から第4クールを開始することになっていましたが、それには間に合いそうにないので、開始は来週にずれ込むことになりました。

20日に、この病院へ来て初めて胃カメラを飲みました。これは何回やっても、なかなか慣れません。しかし結果は幸い、前はもっこりしていたガンちゃん引きつれたようになってきており、大分収縮しているようだとのことでした。

そういえば、ドクターが“腐ったミカン”と称した腹部の大きな腫瘍も、前は腹の中で大きな顔をしていたのが、最近はずっかり引っ込んでしまったようです。ドクターも回診のたびに触ってみて、「どうも主治医の欲目のようですが、大分小さくなりましたね」と言われます。

ということで、ドクターもある程度手ごたえを感じておられるようで、次回も引き続き同じ薬で攻めていくが、副作用の様子を考慮して、量はやや減らすとのことでした。

ガンちゃんとの戦いもちょうど半ばを過ぎ、確かにいささか疲れてきました。とくに白血球や赤血球が下がるというのは、自分でもどうしようもできないので、困ったものです。体力回復のための運動も、これによって制限されますので、運動して気合を入れるということもできません。

しかし幸い化学療法の効果も出ているようなので、それを励みに後半戦もまた気持ちを新たにがんばりたいと思います。

(19) 体重も重要なバロメーター

2006.11.28 Tue

しばらくご無沙汰していましたが、こここのところ治療のほうも小休止の状態です。第3クールが終わって、だんだん疲れが出てきたのか、今までのように体調が回復しません。前回述べましたように、とくに血液の状態がよくありません。

27日の血液検査でも、白血球数が2,480、血小板が26,000と低いので、まだ第4クールには進めません。それ以外の体調はまずまずなので、こここのところ検査の合間に、時々外泊の許可を得て、自宅に帰っています。自宅では、食事が進みますので、体重も少しは回復したようです。

体重といえば、医師である友人がこれも重要なバロメータだと言います。

61歳でサラリーマン生活を卒業した時は、62kgだったのが、その後のんびりしたせいも、一時68kgまで増えました。おかげで、退職前に作ったスーツがどれも着られなくなりました。

そこで少しダイエットに心がけて、63kg程度にまで落としてきたところで、突然ガンちゃんの襲来を受けたのです。

最初県立西宮病院に入院した時は、元々胃の中のガンちゃんのために食事がじゅうぶん摂れなかったところへ、化学療法の副作用のため、食欲もなく、ほとんど点滴で栄養を摂っていました。そのため僅か10日ほどの間に56kgほどになり、ダイエットの目標値を大幅に割り込みました。

市立芦屋病院へ移ってからは、ほぼその体重を維持していましたが、第3クール後さらに1kgほど減って、20代の頃の体重になりました。しかしこのところ、食欲も出てきて、2kgほど増え、57kgまで挽回しています。

ドクターからも、食べたいものをうんと食べるようにとされています。今日もまた自宅へ戻っているところですが、おいしいものをできるだけ食べて、後半戦に備えたいと思っています。

(20) ガンの専門医の養成を

2006.12.04 Mon

ガンちゃんの襲来を受けるまで、ガンの治療についての知識はまったくお粗末なものでした。まず手術、そして転移、再発を防ぐため、抗ガン剤を使うといった程度でした。

ですから前の病院で最初、他にも転移しているので、手術はできないと言われた時は、お先真っ暗になりました。しかしその後、いろいろ勉強して、ガンの治療には、手術以外に放射線療法、化学療法があり、最近では化学療法が重要視されるようになってきたことを知りました。

先週発売されました週刊朝日12/8号でも、「がん治療の嘘 下」という記事で、化学療法や放射線療法の発達により治療法が多様化し、今やがん治療は、ただ切れればいいという時代ではなくなっているとし、しかし日本では、いまだにがん治療の大部分を外科医が担っているのが実情なのであると、書いています。

ですから、ドシロウトの私が「ガン→手術」と思っていたのも無理はありません。以下この記事から、二人の専門医の発言を引用します。

<この現状について、静岡県立総合病院消化器センター外科・核医学部長の高木正和医師はこう話す。

「これまで外科医は、自分の患者は術前から術後まで、手術から化学療法まで、すべて面倒を見てきたのです。しかし、現在は外科医だけではカバーしきれません。腫瘍内科や放射線治療といったそれぞれの専門家が役割を分担してくれることで、外科医はやっていけるのです。ところが、日本の多くの外科医はまだ一人だけでがんばっています。スタンドアローン（ひとりぼっち）の外科医ばかりです」>

<国立がんセンター中央病院腫瘍内科医長の勝俣範之医師は、こうした現状の弊害をこう指摘する。

「抗がん剤を有効に使うには、専門的な経験と知識が不可欠です。われわれ腫瘍内科医は副作用をコントロールする自信があるから、例えば白血球が減ってきてても、極端にいえばゼロになっても抗がん剤を使えるし、感染症も予防できる。しかし、経験と知識がなければ、怖くてちょっと副作用が出たら治療をやめるしかない。これでは効果が出ないのが当たり前です。患者さんも必要のない副作用で苦しい思いをするだけです。そういうケースが多いのが日本の現状なんです」>

このような現状から、日本でもようやくガンの専門医の養成が急務だと認識されるようになり、例えばがん治療認定医制度が発足に向けて動きつつありますが、さらにはすべての大学に臨床腫瘍医学の講座を設けることなども必要だと、記事は結んでします。

(21) やっと第4クールへ突入

2006.12.07 Thu

4日に腹部のCT検査を受けました。前回(11月7日)は丸々とした感じであったガンちゃんでしたが、素人の目にも明らかに小さくしぼんだように見えます。

今回初めて腫瘍マーカーの数字を教えてもらいました。私の場合AFPがとくに高いとのことですが、これも最高95万台もあったのが、4日の検査では8万台までに下がっているとのこと。

このように、第1,2クールでは余り顕著な効果は見られなかったのが、第3クールになってははっきり効果が確認できたので、ドクターもかなり自信を持たれているようです。

ところが、前回の治療以降白血球数がぜんぜん回復せず、11月27日以降2,000台前半の数字が続いています。ドクターも、せっかく効果が出てきたので、この際どんどん攻めたいのだが、とやきもきしておられますが、昨日の結果も2,330と依然として低いレベルでした。

しかし一時2万台にまで落ちていた血小板が33万と回復し、食欲その他の体調も万全ということで、ドクターも腹をくくって、今日から第4クールを決行することになり、目下点滴を受けているところです。使用する薬は、これまでで効果が確認されているので、今までとまったく同じですが、量は副作用を軽減するため約3割減らしてあります。

これでやっとマラソンでいえば折り返し点を過ぎたことになります。後半はさらに厳しいアップダウンが待ち受けていることでしょうか、また気分を新たにがんばりたいと思います。

ところで、私の場合はAFPという腫瘍マーカーが問題のようですが、念のため4月に受けた人間ドックの結果を調べてみますと、AFPという検査項目はありません。胃ガンの代表的なマーカーであるCEAは2.0となっているのですが、昨日の結果も同じような値でした。腫瘍マーカーは何十という種類があり、これからガンの判定をするのはたいへん困難のようですね。

(22) 柿のへた

2006.12.10 Sun

7日から始まった抗がん剤の投薬は昨9日に終わりました。精神的、肉体的疲労からか、薬の蓄積からか、副作用も心なしかだんだんきつく感じられます。

昨日の午後から胸焼けが強くなり、夕食はデザートしか食べられませんでした。シャックリも、前回同様2日目に3回ほど起こりましたが、これは1日だけで終わりました、その他、抜け毛もまた増えています。

シャックリといえば、何と“柿のへた”が薬なのですね。昔から漢方薬として使われており、薬局でも売られているそうですが、こういう大きな病院でも使われているのです。

柿のへたを煎じて飲むのですが、味も香りもさっぱりしていて、飲みにくいということはありません。ただ煎じるのに時間が掛かるため、すぐには間に合いません。今回は予め用意してもらっていて、投薬の初日から飲んでいたのですが、結局効果はなかったようです。

これも人によって効く、効かないがあるようですが、次回はもう少し早目から飲んでみて、それでもだめならこれは諦めるしかないようです。

(23) ガンちゃんはバナナが苦手？

2006.12.13 Wed

抗がん剤投与の終了日から強くなった吐き気は、翌日までで何とか治まりました。4回目となると、食事のとり方などだんだん要領を覚えてくるせいでしょうか。今回は「ナゼア」という高価な薬を2回飲んだことも効いたかもしれません。

これで後、問題は白血球だけです。11日の検査では、2,160と投薬直後では比較的高い数字となりましたが、ドクターによれば、これは当然下がってくるだろう、ということで、第5クールは年明けにずれ込む公算が大となってきました。

そこで何とか白血球を増やす方法はないかと、インターネットで探してみますと、それにはバナナを食べるのがいいということが分かりました。

昨年4月2日の読売新聞に、次のような記事が出ています。

< 見た目は多少悪くても、よく熟したバナナの方が免疫力を高める効果が大きいことが、帝京大薬学部の山崎正利教授らの実験でわかった。

山崎教授らはこれまで、バナナが果物の中でも特に免疫力を高める効果が高いことを明らかにしているが、今回は熟成の度合いと免疫力の関係を調べた。

青いバナナを、店で売の場合と同様にエチレングスで熟成処理し、皮全体が黒っぽくなる10日目まで、成分抽出液をマウスの腹部に入れ、免疫をになう白血球の数や、免疫を強める生理活性物質の量を調べた。

その結果、日数がたったバナナほど白血球を増やす効果があり、10日目のバナナは、初日のバナナより白血球を5倍多くしていた。この日数は、お店で買ったバナナの「購入後8～9日目」に相当するという。生理活性物質は、5～7日目（店頭購入後4～6日目）のバナナで最も増えていた。>

すなわ同じバナナでも、皮の表面に黒い斑点(シュガースポット)が出て、よく熟したもののほど効果があるとのこと。味もその方が甘く、コクが出てきますので、よりおいしく食べることができます。

さらにバナナは、免疫システムを活性化させるので、がんを予防するだけでなく、治療効果もあるともいわれています。

またバナナの中でも、1000メートル以上の高地で栽培される「高地栽培バナナ」がとくに効果が高いとされます。バナナは苗から通常11か月で収穫しますが、高地栽培では昼夜の温度差が大きいため、13か月かかります。そのため夜の温度の低い間に養分を蓄えじっくりと熟成させたのでおいしいといわれているのです。

早速妻にデパートでエクアドル産の「高地栽培バナナ」を買ってきてもらって食べ始めています。普通のバナナより少し高いですが、その分おいしいです。味はともかく、はたしてその効果のほどは？ いずれご報告したいと思います。

参考サイト：

[バナナでがん予防](#)

[バナナの話](#)

(24) 久しぶりに温泉へ

2006.12.17 Sun

14日の血液検査の結果、白血球、赤血球ともに問題はなく、その他の体調も好調なので、その日の夜から17日まで外泊の許可が下り、自宅へ帰ってきました。

自宅へ帰ると、今回はとくに体調もいいので、食欲も元に戻り、ほぼふだんどおりの生活ができました。そこで運動のため、入院以来4か月ぶりに徒歩での外出もしてみました。1kmほどの距離にある蕎麦屋まで行って、そばを食べて帰ってきましたが、とくに疲れはありません。

ところで、腫瘍から来る痛みを止めるため、前の病院からずっと胸に貼り薬を貼っていましたが、それが8日で終了となりました。その後もまったく痛みは出ませんが、ドクターによれば、これは腫瘍が弱くなってきている証拠で、いい傾向とのことでした。

ということで、目障りな貼り薬がなくなったので、何か月ぶりかで、日帰り温泉にも行ってきました。病院ではせいぜいシャワーなので、久しぶりに命の洗濯をすることができました。

この分で行くと、年内にもう1回治療できる可能性が出てきたと、ドクターも言われます。そろそろ退院後の生活に備え、体も鍛えておきたいと思います。

(25) しぼんだガンちゃん

2006.12.19 Tue

昨日胃カメラを飲みました。これは何回飲んでも、苦手です。かなり前から検査の予定を言われていたので、この日が来るのが何となくユーウツでした。

そこでこれではいかんと、まず県立西宮病院での最初の検査で写真に写っていた、まん丸と太ったガンちゃんをイメージし、それがどのようになったかをこれから見るのだと自分に言い聞かせると、少し前向きな気持ちになりました。

そのせいか、前回と違って「ゲェッ」とも言わずに、割にスムーズに喉元を過ぎました。その後強く押し込む際に2, 3度「ゲェッ」となったほかは、前よりは楽でした。どうも前回は奥まで入れることができなかつたせいで、今回は細い管が使われたようでしたが...

ちょっと余裕ができたので、今回は途中からモニターの画面を見ていました。初めてリアルタイムで見る自分の胃の中はふしぎな世界でした。画面を見ていますと、気が紛れて、苦しさも少し和らぐようです。しかし一向にガンちゃんらしいものは見当たりません。

やがて奥まで到達し、どうやら患部らしいところが写し出されましたが、腫れ物らしいものはありません。そのうち、「細胞を採取します」という説明とともに、赤い血がぱっと流れました。どうやらやはりここが敵の陣地のようなのです。

後から主治医に写真で説明してもらったところ、やはりガンちゃんらしきものは見当たらず、腫瘍というより潰瘍のようになっているようです。素人目には分かりませんが、その辺りに3箇所ほどまだガンちゃんがいるとか。

ところで18日の血液検査の結果では、白血球数が4,620と今までにない高い値となりました。赤血球の結果もいいので、今週中に第5クールへ進むことになりました。

一時は年明けにまで延びるかといわれていただけに、これはたいへんありがたいことです。早速バナナの効果が出たのでしょうか？

(26) バナナと柿のへた (続)

2006.12.22 Fri

18日には高い数値を示していた血液検査の結果も、3日後の昨日には、白血球2,590と、また落ちてしまいました。しかしこの日を逃すと正月までずれ込むことになるので、ドクターも決断されて、昨日の午後から第5クール of 投薬が始まりました。

前はバナナの効果が出てきたか？と書きましたが、まあそう即効性を期待する方が無理でしょう。

前の2クール同様、2日目の今日になって恒例？のシャックリが出ました。30分から1時間程度のが、前回同様3回出ましたが、その後夕刻からはもう出ないようです。

前回と同じように、“柿のへた”を昨日から飲んでいたのですが、今回も効かなかったようです。どうもこれは私には合わないようですが、こうシャックリが出ると、だんだん慣れてきて、余り苦にならなくなった感じがします。

まだ今のところ、吐き気は大丈夫で、食欲もあります。明日から2,3日がひどくなると思いますが、5回目ともなると、過去のデータが蓄積されているので、それを参考に食事などの対処をして、乗り切りたいと思っています。

(27) うれしい先輩の励まし

2006.12.27 Wed

前回の書き込みに対し、28歳女性の元癌患者さんから、「私は芦屋病院のおかげで今の自分があり、古林先生や看護婦さんは命の恩人です」とのコメントをいただきました。どうもありがとうございます。

同じ病院で見事ガンちゃんと縁の切れた先輩のお言葉は、たいへん心強く、何よりの励みになります。しかしもう先の見えた私と違って、青春真っ只中の20代での闘病生活は、精神的にも大変なものがあったでしょうね。ロートルも負けずにがんばります。

さて21日から始まりました第5クールは、シャックリが1日だけ、軽い吐き気による食欲不振が3日ほどと、前回同様の経過で何とか過ごすことができました。以前あった味覚や臭覚の異常もなく、食事の味は正常に感じられるのもありがたいことです。

問題はやはり白血球ですが、25日の検査では1,610とまた下がりました。そのため、その日から5日の予定で、白血球を増やす注射を打ってもらっています。

ということで、明日から年明け3日まで、病院の年末年始の休みに合わせて自宅に帰られることになりました。体調がよければ、4日から最終の第6クールに進む予定です。したがってブログもその間お休みとさせていただきます。

皆さん、どうぞいいお年をお迎えください。

(28) 楽しく正月を過ごしました

2007.01.04 Thu

あけましておめでとうございます。

年末28日から今朝まで帰宅していました。幸い体調もよく、食欲もあり、少々ならお屠蘇もよろしいとお許しも出ましたので、ほとんど例年と変わらないお正月を過ごすことができました。約4kmほどある神社へも、片道ですが徒歩で初詣に行ってきました。

病院に戻ってすぐ血液検査がありましたが、心配していた白血球数も2,580と、前回第5クールの日とほとんど変わらず、今回も多少低いながら予定どおり投薬を開始することになりました。薬は前回とまったく同じです。

6回目ともなるともうこれからの経過もほぼ見当がついていますし、ともかくこれで今回の治療計画の最後ですので、さあもう一がんばりという心境です。

なお腫瘍マーカーAFPの結果も出ましたが、27,140と、当初の32万台、1ヶ月前の8万台に比べれば、まだまだ高いとはいえ、順調に下がってきているようです。

最終クールの結果に、今年の運勢も掛かっています。

(29) 杏仁豆腐

2007.01.07 Sun

4日から始まった6回目の投薬は、昨日の14時で終わりました。今回は、恒例になっていた2日目のシャククリが出なかったので、助かりました。3度目の正直でやっと柿のへたが効いたようです。

それ以外の副作用はおおよそ今までどおりで、やはり投薬の終わった昨日の夕刻がもっと気分が悪くなりました。これは第3クール辺りからの症状で、その時夕食が食べれなくて、デザートで杏仁豆腐だけ食べたのですが、それ以来杏仁豆腐がこの日の定食となって、昨夜もまたそれをやっとならば食べました。

そしてとにかく気分が悪いので、今までの例に倣って寝るにしくはないと、18時過ぎから寝ましたが、途中何度か小用に立った以外、朝の7時前まで眠りました。よく寝たせいか、今日は少し気分がよくなり、夕食は妻が作ってくれた七草粥をおいしく食べることができました。

こうして副作用の対処方法がいろいろ分かってきたころ、ついに6クールにわたる治療が終わりました。途中白血球が増えないことがあり、約2週間予定より長くなりましたが、とにかく一段落でほっとしています。

後は白血球を増やす注射をして、それからCTや胃カメラによる最終検査です。そしてその結果でまた新しい治療計画が決まることとなります。途中経過では、ガンちゃんもかなり小さくなっているようですが、何とか後は通院ですむよう、祈るばかりです。

(30) 延長戦へ

2007.01.10 Wed

最終の第6クールを終わって、昨日の胃カメラ、今日のCTと検査を受けました。

胃カメラの写真では、胃の中の腫瘍はほとんどしぼんで、その跡が引きつれたような状態になっていました。しかしドクターの話によると、その内部には根っ子のような、まだかなり大きなガンちゃんが残っており、手術で切り去るには、ちょっと大きすぎるとのことです。

またCTの画像では、肝臓のリンパ節の腫瘍はかなり小さくなっているが、まだ約6cm大もあるとのこと。これは当初自分でも腹部を触って分かるくらい大きかったのに、今ではまったく触れなくなったものですが、なかなかしぶといガンちゃんです。

ということで、もう少しガンちゃんを小さくするには、最低さらに2クールほど今の治療を続ける必要があるというのが、ドクターの診断でした。幸い今の薬が効いているので、この際弱っている奴を余り間を置かずに徹底的に攻めるのが鉄則だそうです。

看護師さんたちに聞いてみましても、このように延長戦に突入する例は少なくないとのこと。しかし中には、どうしても薬が合わなくて効果がなく、やむなく断念する人や、気力その他でギブアップする人もあるようです。

ドクターの話では、この治療を辛抱強く続けるには、体力的、精神的、経済的、社会的な要因を満たすことだそうです。幸い体力は先生の保証をいただきましたし、その他も経済面はいささか心もとない点もありますが、何とかクリアできそうです。

しかし私はもう一つ要因があると思います。それは家庭的な問題です。ここまで来れたのも、毎日2度ずつ食事を運んでくれた妻のおかげでもあります。その妻が、「あなたさえがんばれるなら」と背中を押してくれました。

とにかく第6クールが当面の頂上と思って登ってきたのが、着いてみれば、まだ目の先に、頂上が雲に隠れた高い峰がそびえているようで、さすがにがっくり感は否めません。しかし幸いここまで落伍せずに登ってこれましたし、さらに登る余力もあります。

またこれまで熱心に激励していただいた皆さんのことを考えれば、ここでくじけるわけにはいきません。また一步步未踏の山道を登って行きたいと思っています。

(31) 温泉旅行

2007.01.15 Mon

6回も同じ治療を繰り返しますと、大体ペースが決まってきます。1クールは最低2週間ですが、投薬とその後の副作用の期間が約1週間、その後の体力回復に約1週間というのがこのところのペースです。この後半は、ドクターも「できるだけおいしいものを食べて、体力を付けてください」ということで、もっぱら自宅へ帰っています。先週も木曜日午後から帰って、今日月曜日の朝病院へ戻ってきたところです。

最近体調が戻ってくるにつれ、今度は旅行やグルメの渴望症が出てきました。そこでもっぱらインターネットで検索して、旅行とグルメのシミュレーションを楽しんでいます。6クール終わったら、湯治にでも行きたいと楽しみにしていましたが、延長戦になってしまったので、それは先送りになってしまいました。そこで取りあえずの気分転換と妻の慰労のため、先週金曜日1泊で温泉に行ってきました。

とってそんなに遠くへは行けませんので、行き先は車で40分くらいの[ホテル・フルーツフラワ](#)
[ー](#)です。ここはちょっとしたリゾートホテルの感じで、料理もおいしく、それで65歳以上のシニアは1泊2食付、一人7,500円とたいへんリーズナブルなのです。近くの有馬温泉と同じ鉄分の多い、赤褐色の“金泉”も湧いており、のんびり体を浸していますと、入院中であることもすっかり忘れ、いい気分転換になりました。もっともガンちゃんは熱に弱いそうで、気分が悪かったかもしれません。

今日の血液検査もまずまずの結果だったので、スケジュールどおり今週木曜日から第7クールに進むことになりました。それまでは検査もないので、明日朝からすぐまた自宅へ帰ります。しっかりリフレッシュして、また新たな気分で、ガンちゃんとの戦いにトライしたいと思っています。

(32) 魔の土曜夜

2007.01.22 Mon

第4クール以降は、きっちりと2週間のピッチで治療が進められています。1週おきに、木曜午後から土曜昼まで、点滴で抗がん剤が投薬されます。

第7クールも、先週木曜日から始まりましたが、副作用の症状などの経過は、ほぼ一定してきました。今回は柿のへたを飲みませんでした。幸い前回に続きシャククリは出ませんでした。どうも柿のへたは私には無縁のようです。

そしていつものことですが、投薬が終わった3日目の夕刻あたりがもっとも気分が悪くなります。今まで夕食はデザートで杏仁豆腐だけでしたが、今回はポテトスープだけを飲みました。

そして例によって、「三十六計寝るに如かず」と、早々と18時ごろに寝てしまいました。最初は20時ごろでしたが、だんだん早くなりました。とにかくこの夜が最難関で、ここを乗り切れば、ちょっとほっとします。

今日は投薬後2日目で、少し気分も楽になり、お粥やホットケーキなどを食べています。屋上で運動もしてきました。久しぶりに院長の回診がありましたが、「その調子なら、まだまだがんばれるでしょう」とハッパをかけられてしまいました。

今朝の血液検査の結果、白血球数は1,490と、前回並みに減りました。ドクターによれば、白血球が減るのは、薬が効いている証拠だとのこと。今日からまた5日間、白血球を増やす注射を打ちます。それが終われば、また1週間ほど休みとなります。

(33) 医療費控除

2007.01.31 Wed

このところ1クール2週間のうち、後半の1週間はもっぱら体力回復ということで、自宅に帰っています。今日も明日から予定の第8クールを控え、家で英気を養っているところです。

ちょうどまた確定申告のシーズンでもありますので、その計算をしています。その中で医療費控除というのはもちろん知っていましたが、今までは妻と合わせても10万円を超えることがなかったので、医者で貰った領収書もほとんど捨てていました。

ところが去年は突然8月に入院ということになったので、それからは領収書を大事にとってあり、それで初めて医療費控除の計算を試みました。

私のような場合、一体いくらくらい医療費がかかるのでしょうか。手元には、市役所からまだ8月分の国民健康保険医療費の通知が来ているだけですが、それによりますと、24日間の入院で792,090円となっています。

もちろん自己負担はその2~3割ということになりますが、それでもたいへんな高額になりますので、さらに一定限度を超えた分が高額療養費として控除されます。

その限度額は、私のように70~74歳の場合は、所得により違いますが、月数万円程度です。結局私の場合、5か月弱の入院で払った医療費は、保険外の自己負担分を除き約45万円になりました。これで、その他妻の分と合わせ、数万円の税金が返ってくることになります。

明日からまた抗がん剤の治療です。化学療法としてはおそらくこれが最後になると思いますので、もう一がんばりです。

(34) 腫瘍マーカー

2007.02.04 Sun

1日に病院へ戻って、まず血液検査を受けたのですが、その結果、白血球が1,920、血小板が89,000となり、いずれも低すぎるので、第8クールの治療はとりあえず5日まで延期になりました。

第4クール以降薬の量を減らしたこともあって、2週間のピッチで順調に進捗してきましたが、最後になってちょっと頓挫してしまいました。あれ以来、白血球対策として高地栽培のバナナを毎日食べているのですが、どうもバナナも靈験あらたかとはいかないようです。

今回は腫瘍マーカーの値も出ましたが、AFPは13,410となりました。正常値は20以下ですので、まだまだ高い値ですが、最高だった11月の958,400からは順調に下がってきており、先月の約半分になりました。

血液検査は毎週2回定期的に行われるのですが、この腫瘍マーカーは月に1回しかチェックされません。どうしてかと聞きましたら、健康保険で規制されているからとのことでした。理由は分かりませんが、われわれ患者にとってはぜひ知りたい指標なので、もっと頻繁にチェックできるようにしてほしいものです。

私の場合、このAFPが異常値となっているとのことですが、これは一般に肝臓がんの場合の指標となるものです。胃ガンが原発の場合は、CEAが指標となるといわれていますが、これは毎月の検査でも、1.1~2.0となっており、正常値(<5)の範囲内です。

腫瘍マーカーというのは、病気なる前はまったく知識がなかったのですが、次のサイトにあるように、ガンの部位によって実に何十という種類があるのですね。

[「腫瘍マーカー（国立がんセンター・がん情報サービス）」](#)

このように腫瘍マーカーの種類は実に多く、また日々新しいものが開発されているそうです。そしてどのマーカーを適用すべきかは患者によって変わってくるとのことなので、どうも素人には分りにくいですね。

昨年4月に受けた人間ドックでは、腫瘍マーカーの検査項目は3つだけで、胃ガンに適用されるCEAも含め、いずれも正常値でした。AFPは検査項目にありませんでしたが、もしあったとしたらどういう値になっていたのでしょうか。

結局腫瘍マーカーは、ガンの進行状況をチェックするのには向いているようですが、人間ドック等で正常と診断されても、絶対だいじょうぶとはいえないようです。

(35) 用いられた抗がん剤

2007.02.09 Fri

5日の血液検査では、白血球が2,380となりましたが、血小板が93,000とまだ低く、結局またもや治療は延期となりました。

そこで再び自宅に戻り、英気を養った結果、昨8日の検査では、白血球が3,320と増えてましたが、血小板は101,000と依然低く、そこで前回より薬の量を若干減らして、午後から1週間遅れで何とか第8クールの治療が始まりました。

ここで、市立芦屋病院へ来てから今までの治療に用いられた抗がん剤の種類と用量をご紹介します。おきましょう。

カンプト (140mg→100→80)

ドセタキセル (60mg→40→40)

パラプラチン (450mg→300→150)

5-FU (1500mg→1500→1500)

() 内は、1～3クール、4～7クール、8クールの用量

このうち、ドセタキセルの点滴の際は、爪の変形の副作用を防ぐため、両手の指先を氷水に漬けて冷やす必要があります。約1時間半、じっと動かずに指を漬けているというのは意外に苦痛です。その難関も昨夜で通過し、後は明晩の[魔の土曜夜](#)だけです。

今のところ体調は問題ないのですが、白血球や赤血球などの骨髄のダメージだけはどうになりません。ドクターも今の化学治療は8クールが限界と見ておられるようで、これが終わった後の検査結果によって、今後の新しい治療方針が決まるようです。

(36) 爪もみ療法

2007.02.14 Wed

第8クルの治療も10日に終わりましたが、三連休ということでドクターのお許しも出ましたので、その日の夕刻から自宅に帰りました。

治療直後に家へ帰るのは初めてですが、いきなり「魔の土曜夜」を迎えました。家でもやはり夕食はスープだけ飲んで、18時ごろから早々と就寝することで、何とか最後の難関を切り抜けました。

つづく日、月の2日間も、今まで同様軽い吐き気がありましたが、やはり家の方が食も進み、体重もさほど減らずに、昨日の朝病院へ戻りました。

ところで入院後まもなく、次男の嫁が「免疫を高めると病気は必ず治る」（安保徹・福田稔監修）という本を差し入れてくれました。それには免疫を高める方法として、「爪もみ療法」のことが書いてありました。

< 免疫力が低下する最大の原因は、自律神経のうちの交感神経が過度に緊張して、リンパ球が減少することにあります。

爪の生えぎわを押しもみして刺激する「爪もみ」は、交感神経に傾いた自律神経の働きを、副交感神経優位に導き、リンパ球をふやして、免疫力を回復させる効果があります。

爪の生えぎわは神経線維が密集しており、感受性の高いポイントです。爪もみの刺激は瞬時に自律神経に伝わって、自律神経の働きを整えることができます。>

前の病院の時はまだちょっと実行する余裕がありませんでしたが、転院してからはずっと、毎日2回「爪もみ」を続けています。なんといっても手軽で、お金もまったく掛からないのがありがたいです。これまでガンちゃんが順調に縮んできたのにも、一役買っているのでしょうか？

明後日に胃カメラ、来週月曜にCTの検査を受ける予定ですが、その結果が半年にわたる化学療法の総決算となります。

(37) 1, 2割の好運

2007.02.20 Tue

16日に胃カメラ、19日にCTの検査を受けました。その結果、ガンちゃんは入院当時に比べれば驚くほど小さくなっていることが分かりました。とはいえまだまだかなりの大きさで、まだまだ完治とはとてもいえませんが、化学療法としてはまず成果ありといえるようです。

担当の看護師さんの話では、ドクターが「メッチャよくなった」と言っておられた由、それを聞いて彼女たちもたいへん喜んで、祝福してくれました。

このようによくなった例は少ないのかと訊ねますと、「抗がん剤が効く、効かないといった話が多く、このような例は少ないのでとても嬉しい」とのこと。それで入院前にドクターが言われた「効果が期待できる確率は1、2割です。それでも、もしがんばると言われるなら、私もがんばりましょう」という言葉^{言葉}を思い出し、まさにその“1、2割”に入れた好運を今さらながらに噛みしめました。

しかしもちろんこれで万事解決ではありません。これまでの化学療法はこれが限界ということで、これからさらにどう治療するかですが、まず手術で小さくなったガンちゃんを切り取ってしまうということについて、今日外科部長の先生にその可能性、難易度を診断してもらいました。

外科の先生ですから、手術を勧められると思っていましたが、開口一番「手術は意味ないですよ」といわれたので驚きました。その理由はおおよそ次のとおりです。

- 1) 化学療法できわめて効果が上がっている。もう少し続けてもいいのではないか。
- 2) 食事がじゅうぶん摂れない、出血がある、等の障害があれば、緊急避難的に手術する場合もあるが、元気そうなのでその必要はない。
- 3) 手術をしても、100%ガンがなくなる保証はない。
- 4) ガンが門脈まで浸潤していたので、手術するなら門脈（血管）まで切断した方がいいが、これは大手術になる。

4) の場合は、血管外科のある病院でないとできないとのことで、芦屋病院ではできないそうです。どうしても手術で切っ飛ばしたいという希望であれば、他の病院を紹介するとのことでした。

いずれにしても手術は体力面で今すぐできないので、今後の問題として、当面通院で化学療法を続けることとし、明日退院することになりました。

(38) 同伴退院しました

2007.02.22 Thu

昨日予定どおり退院しました。二つの病院合わせて約半年の入院でした。もっともずいぶん小さくなったとはいえ、ガンちゃんを連れての“同伴”退院ですが…。

前の病院で、もう後は緩和ケアしかないといわれていた状態から、ここまで快復できたのは、「まだ諦めることはない」と1、2割の確率に賭けて、まことに適切な治療をしていただいた主治医の古林先生、この病気のことをよく知ってアドバイスや看護をしていただいた看護師、薬剤士の皆さん、それに懸命に支えてくれた家族など、多くの皆さんのおかげです。

またこのブログやMLなどご覧いただき、国内外からお寄せいただいた多数のメールも、闘病生活の何よりの励みになりました。中でも、その中にガンキャリアの先輩も実に多くおられ、いずれもお元気に活躍されていることを知り、勇気と希望を頂戴しました。

それに病室にありながら、第二の人生のささやかな生きがいである、「戦争を語り継ごう」や戦争遺留品返還の活動も続けることができたのも、精神的な支えとなりました。インターネットがなかったら、もっと落ち込んでいたことでしょう。

昨日はこのブログへ、「まずは予選突破、ガンちゃんとの決勝戦どうぞ勝ち抜いてください」というコメントいただきました。また医師である高校時代の友人からは、「暴れるガンちゃんを押さえ込む事に成功したようですね。良かったです。この次はは閉じ込めた暴れ者を攻め乍ら、傷んだ組織を修復する時期で、ある意味ではこれまで以上に難しい時期ですから、お大切に頑張ってください」とのメールを貰いました。

多くの応援団の声援を背に受けて、また気分も新たに決勝トーナメントに臨みたいと思っています。

(39) 免疫療法

2007.02.24 Sat

今日芦屋の市民ホールで、芦屋病院公開講座として、わが主治医の古林孝保先生が「癌の免疫療法について」という講演をされましたので、聴きに行ってきました。

お話の内容はおおよそ次のとおりでした（専門的な部分は聞き違いもあるかもしれません）。

手術、放射線、抗癌剤が、ガンの三大治療法といわれているが、それ以外に新しい治療法として「免疫療法」がある。インターネットで検索してみると、実に多くのサイトが検出される。

もっともこの免疫療法は、かなり古くからあるものだ。NK細胞とIL2を利用する方法、リンパ球を取り出し増殖する方法などである。新しい方法としては、モノクローナル抗体、免疫賦活物質、ミニ移植などがある。

しかしこれらはいずれも、効果が弱かったり、強いものは副作用も強かったりする。また費用も高価なものが多い。ただし中には一部のガンには効くものがあり、高価ではあるが私も使っている。

免疫賦活物質として有名な、アガリスク、プロポリス、ベーターカロチン等のいわゆる健康食品も効果は余りなく、中には逆に発ガン作用のあるものさえある。本当に効くのなら、薬屋さんがとくに製品化し、厚労省も認可しているはずだ。

今後の治療法として注目されるのは、樹状細胞であるが、これもまだ実験段階である。

一方抗癌剤のほうも、最近はずいぶん進んでおり、延命年数も伸びている。また副作用を緩和する技術も進んでいて、昔のように吐いたりすることはなくなって、せいぜい食欲がなくなる程度になっている。

結論的に言えば、免疫療法はまだ有用性が示されていないので、お奨めしない。もし本当に効果があるのなら、私も他の半額で治療する。

今の段階では、まだまだ抗癌剤治療のほうの方が優れていると思う。いずれにせよ、「ガンだからもうあかん」というのは昔の話だ。しかしやはり早期発見が何よりである。

(40) 皮下埋め込み型ポート

2007.02.27 Tue

さて退院してから、通院で化学療法を続けることになりましたが、そのためには、毎回の点滴が容易にできるよう「皮下埋め込み型ポート」を利用せねばなりません。

「皮下埋め込み型ポート」とは、直径2～3センチの小型円盤状のタンクで、中心部はシリコンゴムでできています。これを前胸部の皮下に埋め込み、そこから細い管（カテーテル）を体内に伸ばして中心静脈とつなぎます。このポートに特殊な針を刺すことで、簡単にかつ確実に点滴を行うことができるのです。詳しくは次のサイトをご参照ください。

[「化学療法を受ける方へ 投与方法に関すること」](#)

これを体内に埋め込む手術を昨日受けてきました。今回の入院が初体験なら、手術室での手術も初体験で、少し緊張しましたが、中心静脈へカテーテルを通して行う点滴は前の病院で経験しているし、まあ今後必要となるかもしれない大手術の予行演習と思って、気を楽にして受けてきました。

芦屋病院の外科では、この手術の経験は豊富のようで、きわめて順調に進み、30分ほどで終わりました。問題なければ日帰りでもできるのですが、一応化膿などの心配もあるので、1泊だけ入院し、今朝退院しました。

まだ慣れないので、左胸に異物が埋め込まれているのは何か違和感がありますが、毎回看護師さんが細い静脈に苦労して針を刺すのに比べれば、簡単に点滴できるので、これからは楽で、便利だと思います。

このポートを使って、早速明後日から通院による治療が始まることになりました。

(41) 初めての通院治療

2007.03.01 Thu

今日から早速、通院治療が始まりました。まず受けた血液検査では、白血球が2,970、ヘモグロビンが10.5、血小板が179,000 となり、白血球の数値がやや低いものの、予定どおり抗がん剤の点滴を受けました。

投薬された抗がん剤は、入院時の4種類の内、「カンプト」と「ドセタキセル」だけで、投薬量は入院時とほぼ同じの、それぞれ100mg と40mg でした。点滴時間は全部で約2時間です。

早速月曜日に埋め込んだポートが利用されましたが、皮下注射並みの痛さと簡単さで針が刺され、たいへん楽です。点滴室には同病の人も多いと見えて、ベッドは満員の盛況でした。

今日の夕食は、いつもほどの食欲はありませんでしたが、まずはふつうに食べられました。入院中の調子でいけば、明後日が「魔の土曜夜」となるのですが...

ドクターに気になるアルコールのことを尋ねましたら、話せる先生は「深酒をしないならよろしい」と、晩酌にほんのちょっとだけ呑みたい私には、うれしいお答え。ただし投薬の前後はダメとのことですが、これはまあ当然でしょう。

今後は2週間おきに治療する予定で、次回は3月15日となります。

(42) 健康御守

2007.03.11 Sun

第1回の通院治療より10日経ちました。最初の4、5日は、少し胸が悪い感じがしましたが、食事はふつうに摂れました。例の「魔の土曜夜」もとくに問題なくパスできました。今はもうどこも不自由はなく、半年振りに電車にも乗って、神戸まで出かけてきました。

前にも書きましたが、ガンちゃんを克服するには運動も大切といわれています。そのためにもまず、弱った足腰を鍛えようと、数日前から散歩を始めています。約数キロを歩いていますが、長く歩くとまだ脚や腰が痛くなります。とくに急な階段や坂道を登ると、脚が痛くなったり、息切れがします。

そこで昨日は、ちょうど椿が見ごろではないかということもあって、山のほうにある神社まで行ってみましたが、何とか約20分ほどの坂道を一気に登ることができました。例年の椿祭りはまだ来週でしたが、暖冬のためもう落椿という断り書きが貼ってありました。

椿を諦めてふと思い出したのが、妻が初詣の時、買ってきて、いや授かってきてくれた「健康御守」のことです。不信心者の私は御守とかおみくじなどは信じないほうなのですが、せっかくの妻の思いのこもった御守なので、病室に飾っていました。

この御守のおかげで病状が好転したとはとても思えませんが、とにかく無事退院できたので、神様にもお礼をと、いつになく殊勝にお賽銭を上げ、一礼してきました。

帰ってから考えてみますと、その時お礼を言ったのは、前に鎮座まします神様でなく、横にいた“山の神”であったような気がします。

(43) NHK「きょうの健康」を視て

2007.03.16 Fri

第1回の通院治療後、とくに目立った副作用の自覚はありませんでしたが、6日後の7日に受けた西宮市の老人健診では、白血球が2,080とやはり低くなっていました。

昨日2回目の治療を受けてきましたが、事前の血液検査では、白血球3,280、ヘモグロビン10.2、血小板187,000と、前回並みに回復していました。今後も2週間おきの治療で問題ないようです。

NHK教育テレビの健康番組「きょうの健康」では、12日から「くわしく知りたい 胃がんの治療」を放送しています。最終回の昨夜は「抗がん剤の最新治療」について話がありました。

それによりますと、以前は胃がんに大きな効果のある抗がん剤はないとされていたのが、最近では胃ガンによく効く抗がん剤が次々と開発されているとのこと。その中でももっとも注目されているのが「TS-1」です。

胃がんの場合は、抗がん剤を使っても完全に治ることはありません。そこで化学療法の効果はがんが治るかどうかなではなく、がんが小さくなるかどうかで判断します。がんの大きさが治療前の約半分以下になり、その状態が1か月以上続いた場合に、抗がん剤の効果があつたとされ、これを「奏効」というそうです。

進行がんの場合、手術する前にまずがんを小さくするために抗がん剤が使われますが、TS-1に「シスプラチン」を併用した場合、その奏効率は55%とのこと。

私の場合、最初の病院で使われた抗がん剤はこのTS-1とシスプラチン（商品名：ランダ）でした。まさに最新の強力な薬が使われたのですが、なぜか腫瘍はむしろ大きくなるほどでした。

転院後使われた抗がん剤は、TS-1の前身の「5FU」と他の3種の組み合わせでした。この5FUの奏効率は20%以下といわれています。しかしこれが効を奏して、腫瘍は3ヵ月半で数分の1以下になりました。数ある抗がん剤をどう組み合わせるかが、まさに腫瘍内科医の腕の見せ所といえます。

抗がん剤は人によって効き方がまったく違うといわれますが、まったくそのとおりです。1回や2回効かなくても、最後まで諦めてはならないことを、この番組を視て改めて感じたことです。

(44) 通院治療の効果

2007.03.29 Thu

退院してはや1カ月余が過ぎました。おかげさまで、血液の状態以外は、さしたる副作用もなく、ほぼふつうの生活に戻っています。まだスポーツなどは自重していますが、できるだけ散歩などして体力回復を心がけています。

入院中のグルメ渴望症の影響か、ウエイト・コントロールの心配がないがないせいか、食欲は旺盛です。たまたま長男一家が横浜から帰省してきたので、いっしょに山陰へ松葉蟹を食べにも行ってきました。おかげで、退院後1,2kgほど体重も増え、入院前の63kgに迫ってきました。

昨日退院後初のCT検査を受けましたが、今日の定期治療の前の診察で、前回よりガンちゃんはさらに小さくなっているとの説明がありました。

また15日の血液検査でアウトプットされていなかった腫瘍マーカーのAFPの値は5,950だったことが判明しましたが、これは2月1日の13,410に比べ、半減以下の数値です。

このように通院治療でも効果が出ているようなので、まずは一安心です。これには、昨年10月からずっと毎日3回飲み続けているインディアンの秘薬「エイジアック」も貢献しているのではと、ひそかに思っています。

かつて通院治療では現状維持程度と言われていた古林先生も意を強くされたようですが、今日の血液検査では、白血球2,700、ヘモグロビン9.8とあまり数値が上がっていないので、さらに強い薬は使えないということで、今日も前回と同じ薬の点滴を受けてきました。

また最低年内は、この治療を続ける方針とお聞きしました。かつて前の病院では「余命？カ月」と思われたこともあったようですが、これでまず少なくとも後1年くらいは、このブログも細々ながら続けられそうです。

(45) お花見ができた

2007.04.13 Fri



わが家の近くの桜も散り始めました。今年はわりに桜の花も長続きしたようで、ウォーキングを兼ね、ずいぶん近所の花見をしました。

もうこの歳になりますと、「後何回桜が見られるだろうか？」と思うようになりますが、ガンちゃんを連れての今年の花見は、ひとしお感慨深いものがありました。入院していた市立芦屋病院も例年の花見コースの途中にあります。それまでに退院できて本当によかったと改めて思いました。

昨日は定期治療の日でしたので、まだ残っている桜の下を歩き、病院へ行ってきました。事前の血液検査では、白血球2,860、ヘモグロビン10.6とあまり変わらず、前回どおりの投薬を受けました。

医師である友人によりますと、白血球数がまだちょっと低いようだが、これは薬が効いている証拠。低いのはある意味ではもっとも望ましい所見であると思うとのこと。まことにそのとおりだと思います。

次回の予定を確認する時、ドクターは「ゴールデンウィークになりますが、海外旅行などの予定はありますか？」と問われました。もうこの調子なら、海外旅行もOKということのようです。例年続けている海外旅行ですが、しかし今年はまだ自重しておくつもりです。その代わりに、来週

から約1週間、南紀・椿温泉へ湯治に行ってきます。

(46) 湯治に行ってきました

2007.04.27 Fri



昔ながらの湯治の様子などをテレビで見て、妻が一度こういう生活をしてみたいと言ったことがあります。長い入院生活の疲れを癒し、また妻の慰労も兼ねて、退院したら湯治をぜひ実現させたいと、入院中からインターネットで検索して、案を考えていました。

ガンに効く湯治場として有名なのは、秋田県の玉川温泉ですが、何分にも遠方です。またそれ以外でも、テレビに出てくるような典型的な湯治場は、東北や九州といった遠方が中心のようです。そこで関西にも湯治のできる温泉宿がないかと、ネットで検索してみましたら、和歌山県の椿温泉に1軒見つけました。「[しらさぎ](#)」という旅館です。

椿温泉は、古くから全国的に名高い白浜温泉のすぐ近くにあります。白浜の陰に隠れて、あまり有名ではありませんが、昔から地元の人たちの湯治場として栄えたきたそうです。「しらさぎ」は、25年ぶりにその「湯治」を4年前復活させたとのことでした。

陽光豊かな南紀では、東北や九州のひなびた湯治場の風情はないようですが、嬉しいのはマグロ、カツオ、クエ、伊勢エビ、クジラなどの新鮮な魚が食べられることです。そこで「しらさぎ」で5泊し、他で2泊する計画を立て、妻とガンちゃんといっしょに、先週14日から行ってきました。

「しらさぎ」はもう古い建物で、新設した炊事場も、設備や食器類などは、貸し別荘ほどではありませんでしたが、近くの（といっても車でないと行けませんが）スーパーでは、地元で獲れた新鮮な魚や野菜が、都会よりもずっと安い値段で買うことができます。

また肝心の温泉は満足すべきものでした。泉質は硫黄泉ですが、ヌルヌルした感じは近くの竜神温泉と同じで、しかも源泉かけ流しです。また土日以外は空いているので、眼下に太平洋を見は

るかす浴槽にゆったりと浸かってきました。

医療的な効果のほどは分りませんが、少なくとも“癒し”の効果はあったと思います。なおインディアンの秘薬「エイジアック」も、煎じたものを冷蔵して持参し、毎日3回飲み続けました。

昨日また定期治療で、病院へ行ってきました。血液検査では、白血球3,060、ヘモグロビン10.1と、ほぼいつもどおりで、前回同様抗がん剤の点滴を受けてきました。

前回（4月12日）検査した腫瘍マーカー（AFP）は2,760で、3月の5,950の半分以下となり、退院後も順調に下がり続けていることが分りました。次回の治療は連休の関係で、少し予定がずれ込み、5月14日となります。

(47) 同憂の士・小田実さん、がんばって

2007.05.14 Mon

しばらくご無沙汰していましたが、おかげさまでその後も順調に推移し、ほぼ従来の生活に戻りつつあります。入院中のリバウンドなのか、食欲も旺盛で、そのせいで体重も入院前と変わらなくなりました。

これ以上になると、メタボ何とやらになりそうで、軽スポーツのクォーターテニスも再開しました。今のところあまり無理しない程度にしていますが、問題はなさそうです。

連休が挟まったので、いつもより間隔が4日延びて、今日定期治療を受けてきました。ところが白血球数は今までよりずっと減って2250しかなかったので、ドクターは「無理をしないよう、もう少し間を置こう」ということで、今回は4週間後の6月11日になりました。

一方ヘモグロビンは、11.2と今までより高くなりましたので、運動も軽い程度ならと自信もつきました。

ところで、作家・小田実さんが、重い胃ガンに罹っているとの報道がありました。

「作家の小田実さん、胃がんで入院 手術はせず、化学療法」（朝日、10日）

この記事にある小田さんが知人にあてた手紙というのは、次のサイトで読めます。

[「小田実さんが知人に送った手紙の全文紹介」](#)

小田さんは、私より1歳年長ですが、海外旅行へ行くほど元気であったのに、帰ってきた検査を受けたところ、突然「末期――またはそれに近いガン」との宣告を受けたとのこと、私とそっくりなので、まったく他人事とは思えません。手術はせず化学療法を受けるというのも、もう手術は簡単にできない状況ということではないでしょうか？

彼は私と同じく西宮市の住民ですが、東京都内の病院へ入院したそうです。今後の活動の都合もあるのですが、私と同じ近くの市立芦屋病院へ入院すればよかったのにも思います。

しかしあのヴァイタリティと、反戦平和にかける情熱で、ガンちゃんとの闘いにも打ち克たれることと期待しています。

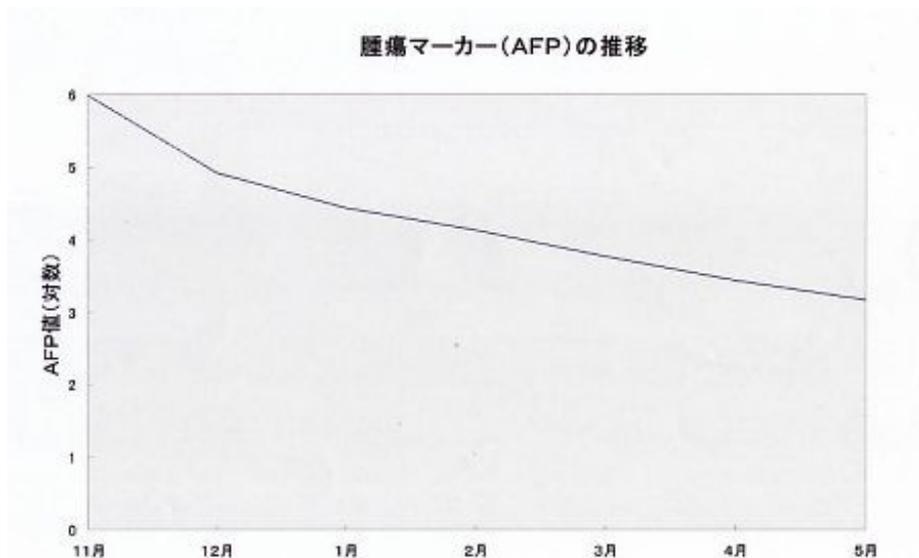
(48) 順調に下がっている腫瘍マーカー

2007.06.12 Tue

4週間ぶりに、昨日診療を受けに行ってきました。それまでしばらくご無沙汰していましたが、おかげさまでとくに変わったことはありませんでした。小旅行にも行きましたし、相変わらず食欲も旺盛で、体重も入院前を1kg上回る64kgになってしまいました。

ところで肝心のガンちゃんはどうなったのでしょうか？ CTなどの検査をしない以外は、「腫瘍マーカー」が唯一の指標です。

ところがこの腫瘍マーカーの検査は、健康保険では月1回しか認められていません。しかも検査の当日はまだ結果が出ませんので、昨日やっと前回5月14日に検査した結果が分かりました。それによりますと、4月からほぼ半減して、1,469となりました。



私の場合のマーカーはAFPですが、昨年11月からの毎月の値をグラフにしたのが上の図です。11月の958,400から5月の1,469まで順調に下がってきていることが分かります。ただし縦座標は変化が分かりやすいように、対数目盛としています。

このようにこのところ毎月半減のペースで下がり続けています。この調子で行けば、後半年くらいで正常値の20以下ということになりますが、そうは問屋が卸すでしょうか？ 昨日点滴中に読んでいた本には、腫瘍マーカーが下がっても、いつまた反転するか分からないと書いてありましたので、決して予断は許されません。

前回2,250と大きく下がった白血球数は、さすが4週間も空いたので、昨日は4,520とほぼ正常値まで回復しました。そういうことも勘案されて、次回の診療は3週間後の7月2日となりました。ドクターも、腫瘍マーカーの数値から少し間を空けてもよいと思っておられるようです。

(49) がんどう向き合うか

2007.07.03 Tue

ご無沙汰していますが、その後も香川県へ2泊の旅行へ行くなど、おかげさまで元気に過ごしています。

昨日は3週間ぶりに定期治療を受けてきました。白血球数は、3週間空けたので、何とか3,020となりました。一方ヘモグロビンは12.0と前回よりもさらに高くなり、正常値に近づきました。

治療後は少し食欲が落ちたり、しゃっくりになりそうなゲップが出たり、夜少し寝られなかったりしますが、通常の生活にはほとんど差し支えなく、いつも3日ほどで消えます。ドクターから、「1週間ほどは影響が出ませんか？」と聞かれましたが、そのように答えるとやや意外そうな感じでした。

前回（6月11日）検査したはずの腫瘍マーカー（AFP）の値はなぜか出ておらず、期待していたのに残念でしたが、今日検査した結果はかならず次回教えてもらえると思います。次回は3週間後の7月23日です。その前の19日に、3カ月ぶりで、CT検査を受けます。その先も年内、約3週間のピッチで治療が行われる予定です。

約2時間半の点滴中は、いつも本を読んでいます。今回は額田勲著『がんどう向き合うか』（岩波新書、2007年5月）を読みました。自分自身もがん患者である医師が、いかに「がんとともに生き」「がんとともに死ぬ」を説いていますので、説得力があります。

中でも自分の病状と合わせて、目に留まったのが、「がん化学療法をめぐる」と題する次の一節です。

<再発、あるいは手術不能の進行した固形がんに対して、治療としての選択肢は限られている。その一つとされる抗がん剤療法が有効かどうかについて長く議論が繰り返されてきており、これまで明確なエビデンスはないというのが通説であった。だが最近、たとえば大腸がんの場合(胃がんでも同じように)、成り行きにゆだねると平均的に三-四か月といわれてきた予後(生存期間)が、化学療法によって倍近くの延長が認められるようになったとされる。厳密に言えば、抗がん剤によって少なくとも患者の数人に一人は腫瘍縮小の効果が確認されて、まれではあるが中にはほとんど消失する場合もあるというのである。ただし抗がん剤療法については標準的な治療が確立していないものがほとんどであり、実際に腫瘍縮小効果が認められるのは対象患者の一部に過ぎない。それにがん細胞を三分の一程度にはできるが、一〇〇分の一とかましてゼロにするのは至難のことであり、残されたがん細胞が激しい化学療法後に再度、急速に増殖する本質は変わらず、例外的に長期生存者がいても治癒に至る例はほとんどないというのが現実である。さらに

治療効果についても事前に知る方法がないため、使用してみてもかえって生存期間が短くなる場合もあって、予後の保証は予測不能で、やってみないとわからないという色彩がきわめて強い。
>

点滴を受けながら読んでいますと、いっそう切実感がありますが、これを読んでも、いかに自分のケースが恵まれているかがわかります。しかしまたこのまま順調に行っても、完全治癒ということは至難ということも覚悟しておかねばならないようです。

筆者自身も、自分ががんと告知された時のショックから、しだいに「がんとどう向き合うか」を考えるに至った経験から、結びとして次のように書いています。

<言い換えれば人の一生において日常(生)と非日常(死)をかくも密に収束させてくれるのが、がん罹患者の日々ともいえる。要するにがんはいろいろと非活動的な日常を強いるけれど、一方でまだ少々、時間的な猶予を与えてくれる病なのである。ひとまずそういう生き方を可能にするまでに人間も医学も到達したということであり、それががんと共存することの本質的な意味の一つではないだろうか。>

はたしてそういう心境になれるかどうかわかりませんが、一日一日を大切に生きていくことが肝要でしょう。長い闘病生活の末、肝がんで逝った女性が、間際に残したという次の句が心に残りました。

なすがまま あるがままなり 晩夏光

(50) ガンちゃんが反撃？

2007.07.23 Mon

今日、3週間ぶりに治療を受けてきました。

先週19日に、4ヵ月ぶりでCT検査を受けたのですが、とくに著変はないとのことでした。しかし7月2日に検査した腫瘍マーカーAFPが2885と前回(5/14)の約2倍になっていました。これはよくない徴候で、もし今後も上がっていくなら、また入院してもう一度前のような強い治療をしなければならぬと、言われました。

6月の検査値が手違いで出ていないので、よく分かりませんが、5月以降、治療の間隔がそれまでの2週間から4または3週間に伸びたので、それだけ効果が弱くなったのかもしれない。あるいはガンちゃんの耐性が強くなって、薬の効き目が落ちてきたのか？ 来月のマーカー値の検査結果が待たれるところです。

ということで、治療はまた2週間ピッチに戻り、次回は8月6日となりました。なお今日の採血検査の結果は、白血球数が3040、ヘモグロビンが12.3と前回とほぼ変わりはありませんでした。

前々回でご説明したように、腫瘍マーカーは今まで毎月半減のペースで順調に下がり続けていましたので、さすがガンちゃんもさる者と、ちょっとショックですが、幸い体調はまったく好調ですので、今までどおり前向きに生活したいと思っています。

(51) 再入院へ...

2007.08.07 Tue

昨日、今日と2日続けて病院へ行ってきました。我が家から芦屋病院に行く途中に、俗に“百段階段”と呼ばれる長い階段があります。健康なときでも、一気に昇ると息切れするほどです。退院直後は、途中で休まなければならないくらいでしたが、今回は2日間とも余裕を持って昇ることができました。体重も入院前を約1kg上回りました。

不調を訴えて県立西宮病院を訪ねたのは、ちょうど1年前の8月7日、その翌日から即入院となりました。それから約半年間の入院生活と約半年間の通院生活の後、好運にも恵まれて、おかげさまで通常の生活に戻れるくらいの体調に回復しました。

しかし前回もお話したとおり、今まで順調に下がり続けていた腫瘍マーカー（AFP）が先月から上昇に転じ、黄信号が灯りました。そこで今月の検査値が注目されたのですが、昨日の検査の結果は、残念ながら5,727と前月の約2倍の続伸となりました。これはちょうど退院直後の3月の数字とほぼ同じで、いわば退院後の振り出しに戻ったということになります。

もちろん昨年11月の96万弱という数字に比べれば、ずっと低い数字ですが、腫瘍マーカーはその絶対値もさることながら、相対的な経時変化が重要といわれます。

そこでドクターもやはりもっと強い薬での治療が必要と考えられて、「またたいへんですが、もう一度入院してがんばりますか？」と言われましたので、私にはYESというしか選択肢はありませんでした。

昨日の治療前の検査結果で、白血球が3,610もあり、2週間後の数値としては今までになく高いので、これは薬が効かなくなっているということでしょうかと聞いたところ、「体のほうも慣れてきたのかもしれませんが、ガンのほうも慣れてきたのかもしれませんが」とドクターは否定はされませんでした。さすがガンちゃんもさるものです。

ということで、約2週間後にまた病院へ逆戻りすることになりました。快調に下ってきたのに、また目の前に地図ではわからなかった山が見えてきた感じで、シンドイ思いは否めませんが、前回の登山前よりは体力は充実しており、山道の登り方もわかってきているので、また心機一転がんばるしかありません。

秋になれば、信州の山に行くプランを描いていましたが、また来年までお預けです。

(52) ふたたび入院しました

2007.08.22 Wed

一昨日の血液検査では、白血球が3,170ありましたので、予定どおり昨日から市立芦屋病院へ出戻り入院しました。

前回入っていた北3階の病棟は最近閉鎖になっていて、今回は1階上の4階です。看護師さんたちもほとんど見知らぬ顔です。公立病院も合理化で大変なようです。

入ってまず24時間尿を貯めるように言われました。今までの抗がん剤で腎臓の機能がどれほど傷んでいるかを診て、抗がん剤の用量を決めるためだそうです。もし問題なければ、明日から抗がん剤の治療が始まります。

ふたたび入院ということで、多くの方からお見舞いのメールをいただきました。今年の夏がとくに暑かったのが影響したのだろうというご心配もいただきましたが、体調のほうはいたって好調です。しかしガンちゃんのほうも力を盛り返し始めたようで、それは6月ごろからのことです。

またゆっくり静養してくださいという温かいお言葉もいただきましたが、ガンちゃんとの闘いは体力勝負といわれますから、他の病気のように静養という気分にはとてもなれません。

体力は幸い今日に備えて貯金をしてきましたので、あとは気力も充実させて、明日からの真剣勝負に臨もうと思っています。

なお今回もノートパソコンを持ち込み、ウィルコムを利用して、ブログへ書き込んでいます。病床からの生の記録をお伝えしていきたいと思っています。

(53) 通院のような入院

2007.08.31 Fri

再入院後、先週木曜日から予定どおり第1クールの治療が始まりました。用いられる抗がん剤は、前回入院時の第1クールとまったく同じで、次のとおりです。これはドクターによれば、かなりきつい量とのことでした。

カンプト	140mg
ドセタキセル	60mg
パラプラチン	450mg
5-FU	1500mg

時間も前回と同様約44時間で、土曜日の正午に終わりました。副作用も、体が慣れたせいかな、前よりはましな感じで、もっとも恐れていた、“魔の土曜夜”も変わりなく過ごせました。

今日で約1週間になりますが、やはりまだ少し胸のむかつきがあります。食事あまり食べたくない感じですが、比較的あっさりしたものやスパイシーなものならば、食べればけっこうおいしくいただけます。

もう一つ問題の副作用である白血球については、治療後2日目が2,110、5日目が1,740と、ほぼ予想どおりの数値になりましたので、予定どおり昨日から白血球を増やす注射（グラン）を5日間打つことになりました。

このように副作用も軽く、体調もいいので、今週月曜日から自宅へ戻っています。昨日は検査等のため病院へ行きましたが、6時間ほどでまた戻ってきました。

今後も治療の時以外は、検査、注射で時々通うだけで、ずっと自宅でくつろいで、体力、気力を養いたいと思っています。

(54) 腫瘍マーカーが下がった？

2007.09.09 Sun

6日から第2クールが始まる予定なので、病院へ戻りました。まず血液検査を受けましたが、今回は腫瘍マーカー（AFP）の検査もありますので、その結果が気がりでした。

結果は8,071となり、前月（5,727）、前々月（2,885）に引き続き、まだ上がっていました。ドクターによれば、「まだ1回終わったところだから、すぐには下がりません。まあ次回からは下がると思いますよ」と、いわば想定の範囲内といった感じでした。

この結果をアメリカにいる友人の医師にメールで伝えますと、「マーカーも、予想範囲、2,885, 5,727は上昇値、8,071は下降値でないかと思います」との返事が返ってきました。

えっ、なぜ下降値？ 慰めに言ってくれているのかと思いましたが、考えてみますと、前回、前々回とも前月の倍くらいに増えています。それからいえば、今月は10,000を超えてもおかしくないはず。ということは、この1カ月の間にいったん10,000を超え、その後治療の効果で下降に転じたと考えられます。

腫瘍マーカーは、健康保険で月1回しか検査できませんので、こういう場合はキメ細かくチェックできないのです。海を隔てた遠くからの、友情のアドバイスのおかげで気が楽になりました。来月のマーカー値に期待が持てます。

ということで、6日から第2クールの治療が始まりましたが、今回はとくにムカツキがひどいようで、もう2日目からふつうに食事できなくなり、今もその状態です。とにかく何を見ても食べる気がしません。何とかスープ、おかゆ、そーめんなどを食べていますが、口に入れてみると舌ではけっこうおいしく感じるのです。

まあそれまでの1週間、ご馳走を食べたり、温泉へ行ったりして、体重もかなり貯金をしていましたので、ちょうどいいダイエットになるでしょう。

(55) 最後の親孝行

2007.09.18 Tue

第2クールの治療が始まってから、12日が過ぎました。この間点滴で縛られていた3日間を除いては、ずっと自宅に帰り、検査と注射の時だけ病院へ通っていました。

前回に比べ、今回はとくに副作用がひどかったようです。約1週間ほど胸のムカツキが続き、食事が余り進みませんでした。体重も約3キロ減りました。やっとふつうに食べれるようになったので、また貯金に励んでいます。

前はほとんどなかった脱毛が、今回はかなりありました。その他便秘がまたひどくなり、看護師さんに浣腸までしてもらった始末。

骨髄もかなりダメージを受けたようで、13日の検査では、白血球が1,610、血小板が29,000となりました。今朝の検査では、それぞれ1,810、41,000と少し回復しましたが、この程度では2日後に予定されている第3クールがはたして始められるかどうか心配です。

ところで今日74歳の誕生日を迎えましたが、この74歳という歳にいささか拘りがあるのです。というのは、かねてから父親より少しでも長生きするのが最後の親孝行と思っていましたが、その父が74歳で亡くなっているからです。

晩年の父は母に先立たれたこともあって、ずいぶん弱っていました。それに比べ私の場合は、昨年の夏になるまでは夫婦ともどもいたって健康で、74歳など楽勝と思っていました。

ところが晴天のヘキレキというべきガンちゃんの襲来で、その自信が微塵にも砕かれてしまいました。それだけに今日好運にも誕生日を迎えることができ、まことに感慨無量なるものがあります。

これからは、息子たちにより高い目標を遺してやるために、頑張っていきたいと思っています。

(56) 第3クール延期

2007.09.26 Wed

20日から予定されていた第3クールの治療も、血液検査の結果、白血球が2,050、血小板が50,000とやはりまだ低いので延期になりました。

さらに25日になっても、白血球が2,720、血小板61,000とあまり上がらず、白血球はともかく、血小板がまだ低いので、一応28日まで延期になりました。結局予定より1週間以上延びましたが、その間体力回復にも努め、体重も約2kgほど増えました。

前回入院時は、第4クールに入るときに同様の理由で延期になりましたが、今回は少し早いようです。それだけガンちゃんにも影響を与えておればいいのですが...

昨日はまた上腹部のCT検査も受けました。CTの装置が新しくなっていて、従来ほど長く息を止めていなくてもよくなりましたので、楽になりました。

その結果、かつて自分でもさわれるくらい大きかったリンパ節の腫瘍はもう見られない、また新しい腫瘍も見られないとのことでした。

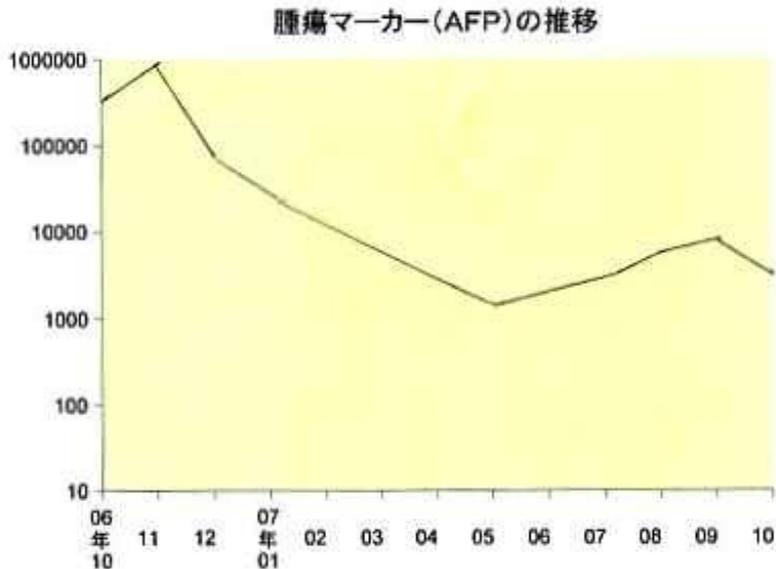
ただ肝臓にはっきり確認できないがまだ小さな腫瘍がある可能性があり、またもちろん元凶の胃壁内のガンちゃんも依然残っていると思われ、それらについては、来月早々の腫瘍マーカー値で判断するとのことでした。

来月のマーカー値に期待したいと思います。

(57) 腫瘍マーカーが下がり始めた

2007.10.05 Fri

10月に入って早速1日に、注目の腫瘍マーカーの検査がありました。結果は3,399と前月に比べ約60%も減りました。再入院後の治療もやはり奏効しているようで、やれやれ一安心です。下の図は、腫瘍マーカー（AFP）の推移を、変化がわかりやすいように対数グラフにしたものです。



さて延期になっていた第3クールは、先週28日もまだ血小板が増えずまたまた延期になりましたが、10月1日になって、何とか白血球3,720、ヘモグロビン10.3、血小板183,000と、大幅に増えましたので、やっと治療ができることになりました。

そこで1日から2泊3日で点滴を受けてきました。ただし前回は血小板が大きく減ったため、血小板減少の副作用があるパラプラチンは今回は省かれました。

今回は久しぶりに2日目にシャックリが出ました。3回ほど出ましたが、一番長いので1時間半ほどで済みました。また今回も2日目からムカツキが出て、食欲がなくなりました。それは今も続いており、まだまともな食事はできない状態です。

点滴が終わってすぐ翌日に血液検査を受けましたが、さすがに血小板はむしろ増えて217,000となりました。白血球はやはり下がって、1,750となりましたので、今日から5日間白血球を増やす注射（グラン）を通いで受けています。

この調子だと、今度は予定どおり2週間のインターバルで第4クールへ進めるかもしれません。

(58) ムカツキ

2007.10.19 Fri

第3クールから2週間経った10月15日朝に、採血検査を受けましたが、白血球3,140、ヘモグロビン10.8、血小板182,000と問題はなかったので、予定どおり17日まで第4クールの点滴を受けてきました。

今回は血小板の状態もよくなったので、前回省かれたパラプラチンもまた投与されることになり、抗がん剤はまた当初のフルスペックに戻りました。それでも18日の検査では、血小板は136,000とそれほどは下がっていませんでした。

今のところ副作用は、今までと余り変わりませんが、胸のムカツキがだんだん早く出るようで、今回は1日目からもう感じられるようでした。どうも何回も繰り返していると、気分だけでそうなってくるのかもしれない。

最初の内は緊張していますし、とにかく必死でしたので、たいていのことはなにくそと耐えていましたが、最近は副作用以外は体調もよく、入院とは名ばかりでほとんど家に帰っていますので、少し気が緩んできているような気がします。

今日で第4クール開始後5日目になりますが、今もまだ軽いムカツキはあり、食事も余り進まない状態ですが、明後日くらいには食欲も回復すると思いますので、その後の1週間はガンちゃんに負けないよう積極的に過ごしたいと思っています。

(59) 治療生活のペース

2007.11.05 Mon

予定どおり先週10月29日から第5クールが始まり、ほぼ1週間が過ぎました。副作用も治まり、体調も快調です。今回は事前の血液検査で白血球が2,110と低かったので、パラプラチンは前回の半分の150mgに減らされました。

今日はまた腫瘍マーカー（AFP）の検査もありましたが、1,944と前月に引き続き順調に下がっていました。この配合の抗がん剤が相変わらず効力を発揮しているようです。

これで前回の入院時と合わせると、同じ薬による治療が13回にもなりますが、看護師さんに言わせると、「それだけ体力があるということ」だそうです。幸い体力はまだまだ大丈夫そうなので、さらに頑張りたいと思っています。

さてこれだけ繰り返しますと、治療生活のペースもほぼ一定化してきました。最初点滴を2泊3日で受けます。その後は、5日間連続の白血球増加の注射および週2回の血液検査を通院で受けます。

1クールは原則2週間ですが、前半の1週間は副作用で食欲が落ち、体重も2kgほど落ちます。後半の1週間はそのリバウンドで食欲も増し、体重も回復します。その体重も最低でも最初の入院前を上回るほどです。

かくなる上は、ガンちゃんとの長丁場の体力勝負、後半の1週間は体力を維持するため、スポーツこそは自粛していますが、グルメの食べ歩きやコンサート、時には1泊旅行など、できるだけ出歩いて足腰の衰えを防ぐとともに、気分のリフレッシュを図っています。

最近新しいデジカメを買ったので、花などの撮影などにも出かけています。今月は紅葉も撮りに行くつもりです。幸い腫瘍マーカーも下がりつつありますので、それを励みに前向きにガンちゃんと闘っていきたいと思っています。



荒牧バラ公園

(60) ふたたび退院しました

2007.11.21 Wed

予定どおり11月12日から第6クールの治療が始まりました。たまたま院長の回診があり、院長は「こういう治療を繰り返し、ガンを“枯らして”から手術をして、そのあと再発防止の治療を少しして、治った人も何人かいますよ」と励ましてくれました。

これで当初予定されていた6回の治療が終わったので、その成果を診るために19日にCT検査を受けました。

その結果を昨日聞きましたが、かねて胃から浸潤して腹部に大きく膨れ上がっていた腫瘍は、1.5cmほどに縮小しているとのことでした。画像で見ると、ほんの小さな点でしかありません。

また肝臓にはのう胞が見られるものの、やはり前回同様ガン細胞はもう見当たらないとの診断でした。ガンちゃんはすっかり“枯れて”しまったようです。

そこで主治医と外科の先生が相談されて、これなら手術は可能という結論になったそうです。ただし腫瘍の部分のみ小さく切るだけですむか、それ以外にも癒着している部分があって大きく切らねばならないかは、開腹してみないと分からないとのことでした。しかし今までは開腹するまでもなく手術が困難と診断されていたわけで、それからみると、大きく好転したことになります。

ちなみにこのまま化学療法を続けていって、それだけでガンが消滅する可能性があるか聞いてみましたが、答えはYESでした。しかしそれは長期間を要し、体力も消耗するし、ガンに耐性が生じるリスクもある、物理的に切ってしまうほうが確実とのことでした。

そこで26日に胃カメラの検査をして、その結果で最終的に手術かどうかの結論を出すことになりました。手術をすれば、1ヵ月以降ということになります。

ということで本日正式に退院ということになりました。もっとも入院とはいうもののほとんど自宅で過ごしていたので、退院といっても余り実感はありません。むしろ手術という新しい山が見えてきて、それで頭がいっぱいといったところです。

(61) 手術はまた見送り

2007.12.06 Thu

その後11月26日に、9カ月ぶりで胃カメラの検査を受けました。かつて大きな腫瘍があった箇所は、前回(2/16)よりもよくなりましたが、まだ引きつれたような瘢痕が残っていました。またそのちょうど反対側(下側の胃壁)にごく小さな腫瘍らしいのがありました。新しく発生したのか、従来からの残りかわからないとのことでした。

その結果を踏まえ、また外科部長の小川先生に手術の可能性について意見を聞くことになりました。

ところで最近同年輩の二人の知人が相次いで亡くなりました。二人とも肺癌で、手術は成功してふつうの生活に戻っていたのに、一人は再発で、もう一人は手術による体力の低下で持病が悪化し、亡くなったとのことでした。そういうこともあって、やっと手術の可能性が出てきたものの、ちょっと逡巡を感じるようになりました。

今の体調は、自覚できない骨髄の状況を除けば、健康な時とまったく変わらないほど良好です。したがって手術によるQOLの低下(食事の問題等)などを考えると、このまま化学療法を続けるほうがよいような気がします。

小川先生とは二回にわたって面談しました。最初の面談では、前回2月に聞いた時と同様、やはり胃から肝臓に通じる血管である門脈にもガン細胞が残っている可能性があるため、門脈も切除する必要があり、これは循環器外科のある病院でないと芦屋病院ではできない。そこで他院の専門の先生にも相談してみるとのことでした。

2回目の面談を今日受けてきました。その結論は次のとおりです。

＜門脈のガン細胞のため、肝臓への血の流れが悪くなっている可能性がある。そうになると体は他の血管を通じて肝臓へ血を送ろうとするので、回りの毛細血管にも浸潤していることが考えられる。そうなれば門脈だけでなく、回りの血管も切除する必要がある。＞

もしそういう手術をすると、肝臓へ送られる血液が少なくなり、肝機能が低下したり、また消えかかっているガン細胞を生き返らせることにもなる可能性がある。CTではガン細胞が見えなくなっているということだが、腫瘍マーカー(AFP)の高さから言ってもまだまだ残っていると思える。＞

そこで、私としては医師である友人のアドバイスも踏まえ、そこまでの手術をしても、QOLも

低下するし、100%完治する可能性もないのなら、せっかく今の治療が奏効しているので、このまま化学療法を続けたいと思っていますと答えました。

すると先生は、ほっとしたような顔になって、やはりそのほうがいいでしょうと、即座に同意されました。ということで当面手術は見送って、化学療法を続けるということになりました。

手術するとしても年明けになるということで、すでに3日にまた外来で抗ガン剤の治療を受けました。前の外来の時と同じく、「カンプト」（100mg）と「ドセタキセル」（40mg）の2種類で、点滴時間はそれぞれ1時間です。次回は2週間後の17日の予定です。

なお3日の血液検査の結果、腫瘍マーカーは1,164となりました。これは前月比約40%減で、毎月ほぼ半減のペースが順調に続いていることがわかりました。これは今までの最低値です。何とかこのペースで下がり続けてほしいものです。

(62) 生存率

2007.12.18 Tue

昨日定期治療で病院へ行きました。主治医の古林先生は先日の外科部長の話を受けて、「腫瘍マーカーも下がってきているし、手術もたいへんなようで、また化学療法でがんばりましょう」と言われました。

血液検査の結果は、白血球が2,890と下がりましたが、ヘモグロビンが11.2、血小板が220,000とへ増えており、予定どおり抗がん剤の投与を受けてきました。

ところでジャーナリストの鳥越俊太郎氏が2年前に直腸ガンで手術をしたことは知っていましたが、その当時からすでに肺にも転移していて、今年の1月と8月にも手術をしたことは、最近になって知りました。

鳥越氏は先日テレビで次のように語っていました。

「最初は第2期のガンと言われていたのに、実は第4期だったのです。家内が先生に『第4期の次は何ですか』と聞いたら、『次はないです』（笑）」

同じ4期生のガン・キャリアとして、鳥越氏の活躍ぶりは大いに力づけられます。しかし実は私は今まで正式にステージ4（第4期）と言われたことはないのです。

最初に症状を聞いた時、本などで調べたらどうもそうではないかと思いましたが、怖くて確認できませんでした。というより、何ステージかとか、生存率はなどと考えるより、「何とか生き抜くのだ」という思いでいっぱいだったと思います。

当時妻がドクターに訊ねたところやはりステージ4という答えだったそうで、病状が好転してきてから教えてくれました。その時点で、家族たちも“ステージ4の次”を心配していたようです。

最近になって少し精神的にも余裕が出てきたので、国立がんセンターの統計でステージ4の胃ガンの生存率を調べてみました。

1年	2年	3年	4年	5年
55.2%	26.8%	15.7%	9.4%	9.4%

1年ごとに約半数が死亡するというまさにサバイバルゲームですが、何とか1年後は生き残り組みに入ることができました。目下の目標は、鳥越氏がクリアした2年後の26.8%です。

次回の治療は、年末年始になりますので、3週間後の1月7日となりました。この分では何とか無事2度目の正月を迎えられそうです。皆さんもどうかお元気で楽しい新春をお迎えください。

(63) 二度目の正月

2008.01.08 Tue

おかげさまで、ガンちゃんといっしょの二度目の正月を迎えました。幸い体調も万全で、例年どおりおせち料理もお屠蘇も満喫し、初詣にも行ってきました。そして何よりも健やかに育っている孫たちから、生気を貰いました。この調子で何とか今年も生き延びたいものです。

昨日3週間ぶりで今年の初治療を受けてきました。事前の血液検査の結果は、白血球が3,330、ヘモグロビンが11.4、血小板が189,000とまざまずの値で、いつもどおり抗がん剤の投与を受けました。

次回は2週間後の1月21日の予定です。今週はまだ副作用の影響で食事が進まず、血液の状況も低下するので、おとなしくしているつもりですが、来週は小旅行に出かけたいと思っています。

今年はまたできるだけ旅行をしたいと願っていますが、海外旅行はまだ無理なので、過去の写真の整理、加工などして、思い出を懐かしんでいます。

すると先月ある旅行サイトが「トラベルフォトコンテスト2007」を実施していると教えられましたので、かつてスイス・アルプスのハイキング中に撮ったスナップ写真を応募したところ、幸い入賞候補にノミネートされました。

下記サイトに「西羽 潔」の名で掲載されています「アルプスの一休み」という作品です。皆さんの投票でグランプリが決まりますので、駄作ですが、お気に入っていただければ、清き1クリックをお願いします。



アルプスの一休み

(編集 注) おかげさまで、父のこの作品はグランプリに選ばれました！

(64) ガンちゃんもまた太り始めた??

2008.01.22 Tue

おかげさまで引き続き体調も良好で、先週は2泊3日で南紀へ旅行して、クエやマグロのフルコースを堪能してきました。正月以降、副作用期間の4、5日を除いて、グルメ三昧を楽しんだおかげで、体重も肥満時の自己最高68kgに迫るほどになりました。

昨7日、予定どおり病院で治療を受けてきました。血液検査の結果は、白血球が3,450、ヘモグロビンが11.9、血小板が185,000と、ここ2、3回とほぼ同じような結果でした。

ところが前回7日に検査した1月度の腫瘍マーカーの結果は、初めて3桁になるかと期待していたのに反し、逆に4,030と前月の3.5倍ほどに上昇していました。前回の退院した後は3、4か月は下がりが続けたので、今回もそれくらいはと皮算用をしていたのですが...

前回の治療は年末年始で1週間延びた上、おせち料理でガンちゃんもまた太り始めたのでしょうか？

ドクターも「春か夏くらいまでは下がると思っていたが」と首を傾げ、もう少し薬を強くしようということになりました。

そこで今回は、従来と同じ内容の点滴に加え、新しくTS-1も呑むことになり、今日から5日間、朝晩2回ずつ服用することになりました。これは入院時に点滴を受けていた5-FUと同じ効果がある錠剤です。

実はTS-1は、最初に県立西宮病院へ入院した際4週間服用した薬です。その節は体調も今と比べられないほど落ち込んでいましたし、何しろまだ無我夢中の状態でしたから、副作用もどうだったか余り覚えていません。

今度は体調もいいし、期間も5日間ですから、どの程度の副作用が出るか分かりませんが、体重の貯金もじゅうぶんなので、また仕切り直しのつもりで頑張りたいと思っています。

次回の治療は2週間後の2月4日（月）の予定です。

(65) 「がんと生きる」[がんに生きる]

2008.02.05 Tue

前回から錠剤のTS-1の服用が始まりました。副作用はその間ちょっと食欲が落ちるだけで、その他はとくに変わりません。食事も、頭では「おいしそう」、胸ではちょっと「ムッ!」とした感じ、しかし口に入れるとけっこう「おいしい」、といった具合で、ちょっと量が減る程度ですんでいます。

これはTS-1と併せ「ナゼア」という高価な吐き気止めの薬も服用しているせいかも知れませんが、しかしだんだん体内に蓄積されてくるにつれ、副作用も出てくると聞きましたので、今後はどうなるでしょう。

昨4日はまた定期治療を受けに病院へ行きました。血液検査の結果は、白血球が4,510、ヘモグロビンが12.2、血小板が194,000で、治療には問題がありませんでした。

友人の医師によると、血液像はほぼ正常に近くいい状態とのことですし、抜けていた全身の毛もまた生えてきました。しかしこれは逆に抗がん剤の効果が落ちてきている結果かも知れないと、素人にはこれまた心配になってくるのです。

次回は18日の予定で、その時は昨日の腫瘍マーカーの検査結果が分かりますので、それによってまた治療の内容が変わるかもしれません。

なお前々回投票をお願いしました「トラベルフォトコンテスト2007」は、おかげさまで拙作品がグランプリを頂戴しました。これも皆さまのご支援のおかげと御礼申し上げます。マイナーなコンテストですが、何しろ写真で賞をいただくのは初めてなので、闘病生活のいい励みになりました。

先週号の週刊朝日に、「病気が教えてくれた人生の意味 『がんと生きる』『がんに生きる』」という記事が掲載され、ガンと戦っている有名人18人が語っています。その中で心に残る語録を拾ってみました。

泉アキ (57 タレント 乳がん)

「誰でも泣いてる自分と笑ってる自分の二面がある。私は笑っている自分が強く出ているので、明るく生きられるだけ。そこが『こいつなら大丈夫』と誤解されちゃうの」

ピーコ (63 服飾評論家・シャンソン歌手 マリグラント・メラノーマ)

「欲がなくなっちゃったのね。他人によく思われたいとか、ダイヤや毛皮がほしいとか。自分のためではなく、誰かの役に立ちたいと思うようになった」

中原ひとみ（71 女優 大腸がん）

「私は何でもいいように解釈する性格。そのときも、もし早期がんなら治るかもしれないと思い込んだ。ただそういう知識（注-早期がんなら99%治る）がなかったらもっとショックは大きかったでしょうね。やはり情報をもっているということは大切ね」

小西博之（48 俳優 腎臓がん）

「でも僕は助かるって決めていたんで、明るかったですよー。がん克服を発表するためのネタをしこんでおかないとな、なんて後輩と話していました」

豊田泰光（72 野球評論家 大腸がん）

「胃がんになった王（わん）チャンもそうかもしれないけれど、僕ら野球選手は自分の体に自信を持ちすぎているんだよ。やっぱり、人間であることを忘れちゃいかんね（笑い）」

東松照明（78 写真家 前立腺がん）

「こんなふうにはしか生きられない。仕方がねえや。この状況を受け入れて、好きなことをやろうと思って。やっぱり僕にとっては写真を撮ることなんだけど（苦笑）」

山本集（67 元暴力団・画家 膀胱がん）

「鉄砲で撃たれたりいろんなことがあったけど、がんという病気のつらさとは違う。人に真似させたないし、もう一回やるのは嫌やな」

藤原喜明（58 プロレスラー・タレント 胃がん）

「おれの考えでは、体の免疫力を落として治療をしても無駄だと思うから。自分の体は自分で治すものだからね」

山中恒（76 作家 膀胱がん）

「転院したかったら、いま診てくれている医師に遠慮することなんかない。親戚の医師がいるから、そちらに行くと言っても言えば、角は立たないし、丁寧に紹介状を書いてくれますよ」

宮崎ますみ（40 女優 乳がん）

「今は定期検診で医師に『あなたは大丈夫』と、うれしい突き放し方をされます。自分のなかにこそ、治す力があるのです」

(66) 腫瘍マーカーは頭打ち？

2008.02.19 Tue

前回4日の治療以降の経過は、その前と余り変わらず、食事もけっこう摂れています。ただせきが相変わらず続いているのと、このところ寒いので余り外出もせず、運動不足のため、体重は瞬間風速で自己記録（68kg）を上回るほどになりました。

昨18日、定期治療に行ってきました。4日に検査した2月度の腫瘍マーカー（AFP）の結果が注目されましたが、前回の4,030が6,093と引き続き上がっていました。

TS-1を増強したのにこの結果で、ドクターも「横ばいくらいと思っていましたが…」とのことで、3、4月の様子を見て、下がらないようならまた入院とのことでした。

しかし昨年9月再入院したときも、第1クール後の結果はやはり上がっていました。しかしその時の友人の医師の意見は、上がり方が小さいので、これはむしろ下がっているとみるべきとのこと、事実次の月は下がりました。

今回はまあ横ばいでしょうというのが彼の意見ですが、はたして腫瘍マーカーが頭打ちになったのか、3月のデータが待たれるところです。

今回も点滴の間に川崎平八郎著「医者がガンになった」（新風舎、2007年8月）という本を読みました。これも前に読んだ「がんとどう向き合うか」と同じく、自身がガンになった医師の闘病記です。

著者はある時突然肝細胞ガンと分かり、それも手術が手遅れの病期Ⅲ期と診断されます。そして5年間にわたって肝動脈塞栓術という治療を繰り返し、最後に手術、さらに肺の転移ガンも手術して、現在は普通の日常生活を送っておられます。

専門は小児科ということですが、やはり医師だけに専門的な治療の経過を、素人にも解かりやすく説明されています。

また患者としての立場から、その悩みや希望、あるいは家族の熱心な支えのありがたさなどが率直に語られており、身につまされながら読みました。

この本から教えられたこと一

●「ガンは忘れた頃にやってくる」たとえ腫瘍マーカーが正常値になっても何度も再発し、また転移もするので、それに備えること。

●その中であっても、テキのことをよく研究し、希望を持って、「絶対に諦めない」こと。

これからも長期戦になると思われませんが、「絶対に諦めない」精神で頑張りたいと思います。

(67) 薬漬けの日々

2008.03.04 Tue

もう1か月以上となるのに、相変わらずせきが止まりません。そのため外出も余りしないので、目下せめぎあい状態にあるガンちゃんとの闘いにたいせつな体力、気力の充実にも影響しているようです。暖かくなれば、せきも治まり、また積極的な生活を送れるよう期待しています。

今まで吐き気止めと胃腸薬、それに治療直後の便秘薬を吞んでいましたが、それに風邪薬や抗がん剤のTS-1と吐き気止めの薬が加わり、もっとも多い朝は食前に2種類、食後に7種類それに食間にエイジアックも吞んでいます。今まで余り薬と縁のない生活を送っていたので、毎日薬を飲むのに追っかけられている感じがします。

余りせきがしつこいので、昨日定期健診で芦屋病院へ行った際、念のため胸部のレントゲン検査をしてもらいました。結果はとくに異常はなく、またガンの転移も、CTで精密検査をしないと断定はできないが、レントゲンで見る限りでは異常はないとのことでした。

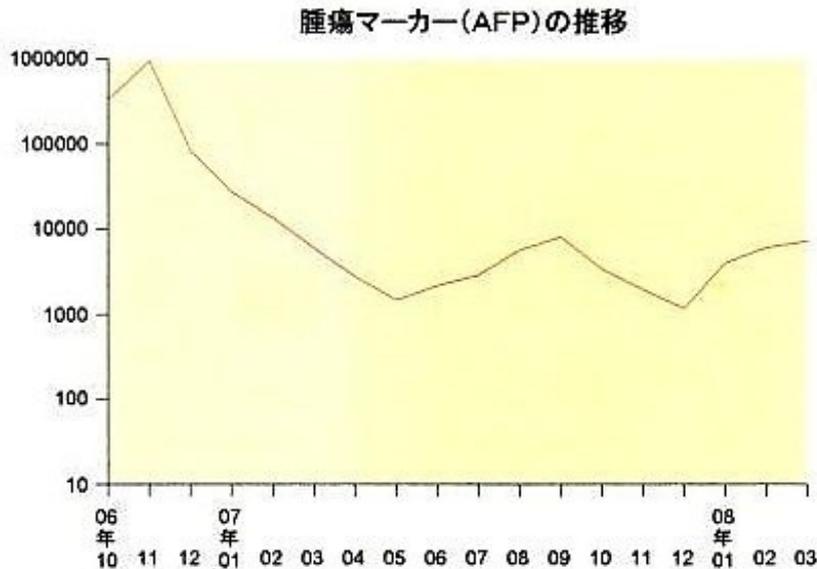
血液検査の結果も、白血球が3,650、ヘモグロビンが12.0、血小板が180,000ととくに問題なかったもので、また前回同様の内容で抗がん剤の点滴を受けてきました。今日から5日間、TS-1も服用する予定です。

次回は3月17日の予定で、今日検査した腫瘍マーカーの結果も判ります。2月に引き続き上がっているようですと、また入院治療ということになりそうです。

(68) ガンちゃんもしぶとい

2008.03.18 Tue

昨日の定期健診では3月度の腫瘍マーカーの結果が注目されましたが、期待に反し7,214と引続き上がっていました。もっともこれは前月に比べ18%のアップで、まあこのくらいなら横這い程度といえるかもしれません。下記の図は腫瘍マーカー（AFP）の推移を、変化がわかりやすいように対数グラフにしたものです。



ドクターも上がり方が鈍ってきているので、もうひと月様子を見てさらに上がるようなら、また入院してもらって「ガツン」とやっつけましょうとのことでした。

昨年夏やはり上昇した時、友人の医師はまだ数値が上がっているのにこれはむしろ“下落”と言い、事実そのとおりになりました。先月の彼の診断は“横這い”でしたが、これも当たっていました。昨年は入院治療だったのに比べ、今回は通院治療のままですから、これも当然かもしれませんが、それにしてもガンちゃんもさすがにしぶといものです。

今日の血液検査の結果も、白血球が2,400、ヘモグロビンが10.9、血小板が166,000といずれも11月退院後最低の数値となりました。とくに白血球が下がっているのは問題ですが、とりあえず昨日は予定どおり治療し、1週間後にもう一度白血球の検査をして、その結果さらに下がっているようなら、また白血球を増やす注射をしようということになりました。

暖かくなってきたので、咳のほうはかなり楽になってきました。この2か月ほど余り外出もしなかったため、体重が増え、足腰も弱ってきており、昨日も久しぶりに徒歩で病院へ行きましたら、例の“百段階”が一気に登れませんでした。

今まさにガンちゃんとのせめぎ合いのターニングポイントにありますので、暖かくなったのを

機に、体力の回復と気力のリフレッシュでガンちゃんに対したいと思っています。

(69) 二度目の花見

2008.04.01 Tue

前回治療前の白血球値が少なかったため、1週間後の先月24日にもう一度検査したところ、2,410と治療前と変わらなかったため、白血球を増やす注射は打たなくてもいいことになりました。ドクターも「おいしい物を食べて、栄養を付けてください」とのことなので、日本海側の夕日ヶ浦温泉へ行って、温泉と松葉ガニを満喫してきました。

そのおかげか、昨日の血液検査では白血球が3,190と回復し、ヘモグロビンも11.6、血小板も180,000ととくに問題なかったため、また前回同様の内容で抗がん剤の点滴を受けてきました。

昨日の血液検査では、腫瘍マーカーも検査されました。健康保険の関係で月1回と規制されているのですが、ちょうど月末にあたるので4月分を繰り上げてもらったようです。結果は次回の14日に判ります。

陽気とともに、わが家の周辺も桜が7,8分咲きとなり、昨日もそれを見ながら、ガン発症以来二度目の花見ができる幸運を噛みしめつつ、市立芦屋病院へ通いました。栄養を付けたのはいいが、体重も瞬間風速で自己新を記録しましたので、花見を契機にまた積極的に運動をしたいと思っています。



市立芦屋病院の桜

(70) 腫瘍マーカーが下がらない

2008.04.15 Tue

久しぶりに近くの体育館へクォーターテニスをしに行きました。もう12年も、地域のシニア仲間と続けている軽スポーツです。チームメートの笑顔に迎えられて、楽しく1時間ほど軽くプレーしてきました。

それ以外に努めて散歩をしています。しかし長い間の運動不足で、足腰の衰えを痛感させられます。また薬の副作用で貧血ぎみのためか、急坂などでは息が切れます。山歩きをしようと思えば、まだまだ鍛える必要があります。

しかし少々運動しても、グルメも最大の楽しみなので、体重もついに自己最高の69kgを記録してしまいました。これはりっぱなメタボと自認せざるを得ません。

今日の定期治療で、前回3月31日に検査した腫瘍マーカーの値も判りましたが、ガンちゃんも栄養が足りているのか、残念ながら8,361と前回(7,214)より若干ながら増えていました。TS-1の効果もそろそろ出るかと期待していたのですが・・・。

ドクターも「そんなにゆるい薬ではないのですが？」と言って首を傾げられていましたが、取りあえず今回から今までの5日分だったTS-1を倍の10日分に増やしてみようことになりました。その結果をチェックするため、10日後の24日に腫瘍マーカーを含め血液検査を受ける予定です。その結果しだいでは、連休明けからまた入院ということになりそうです。

ともかくここはガンちゃんとの体力競争の山場、幸い軽い副作用を除けば体調は良好なので、食べたい物は食べながら、負けないよう足腰を鍛えていきたいと思っています。

(71) 三度目の入院へ

2008.04.25 Fri

14日からの治療ではTS-1の服用が10日間に延長され、昨日やっと終わりましたが、その間はやはり軽いムカツキが続きました。しかし食事はまずまずとれましたので、ウォーキングなど軽い運動を続けているにもかかわらず、体重は余り減っていません。

昨日病院へ行って採血検査を受けましたが、その結果も、白血球が3,290、ヘモグロビンが10.0、血小板が174,000と今までとあまり変わりませんでした。

同時に腫瘍マーカーも検査しましたが、その結果はまだ出ていません。しかしドクターはまた上がっているかも知れないし、前回の入院治療からほぼ6カ月過ぎたので、もう一度入院して強い治療をしたほうがいいとの判断で、連休明けの来月7日から三度目の入院をすることになりました。

せっかく気候のいい季節にまた入院とは残念ですが、どうせまた入院とはいえほとんど自宅で過ごすことになろうと気楽に考え、それまでのゴールデンウィークにせいぜい英気を養っておこうと思っています。

今週号の週刊朝日に、また「『がんと生きる』『がんに生きる』」という記事が掲載されていますので、その中から著名人の心に残る闘病語録を拾ってみました。

市田忠義 (65 日本共産党書記局長 大腸がん)

「立党の精神から言って、社会的弱者、困った人のために仕事をしてきたつもりだったけど、やっぱりわが身になってわかることがある。ちょっとキザな言い方だけど、より人間をいとおしむ気持ちが増しましたね」

島倉千代子 (70 歌手 乳がん)

「生きてこの年が迎えられたことが嬉しい」

平幹二郎 (74 俳優 肺がん)

「周りの人に助けられて、自分ひとりでやっているんじゃない、とわかった。ま、丸くなったんでしょう(笑)。それが表現者としていいか、はわかりませんが」

杉原輝雄 (70 プロゴルファー 前立腺がん)

「いちばん大切なのは内面の健康」

赤星たみこ（50 漫画家 子宮がん）

「あやふやな状態がいちばん不安でキツかった。だから私は、子供でもある程度の年齢であれば、告知すべきであろうと思うんです」

やなせたかし（89 漫画家 腎臓がん、膀胱がん）

「僕はね、痛くても本を書いていると忘れちゃう。だから具合の悪いときは仕事をするんです（笑い）」

石川真生（54 写真家 腎臓がん、直腸がん）

「一晩中わーわー泣いたさ。そしたら覚悟がきまった。不思議なもんで、決めたとたん、早く復帰して写真を撮りに行きたい、って思いのほうが強くなった（笑い）」

吉武輝子（76 評論家 大腸がん）

「病気にはなるけど病人にはならない。病気と寿命は違うぜ、と思うわけ。それに私の経験上、がんより、呼吸が思うようにできないことのほうがつらいし苦しい」

小林邦昭（52 元プロレスラー 大腸がん、肝臓がん）

「僕は体力=免疫力だと思っているんです。2度のがんで感じたのは、最終的には前向きな気持ちと体力だ、ということです」

樋口恵子（75 評論家 乳がん）

「がんは一生つきあうことになる病気」

(72) 三度目の入院にチャレンジ

2008.05.10 Sat

ゴールデンウィーク中は幸い好天に恵まれ、小中学生の孫たちもいっしょに、あちこち山野を歩き、おかげで足腰もかなり鍛えられ、気分もリフレッシュできました。そして連休明けの7日から予定どおり入院しましたが、今までの入院に比べ、今回は遥かに体力・気力とも充実している感じがします。

まず気になっていた、4月24日に検査した腫瘍マーカーの値を聞きましたが、8,780と前回より僅か5%ですがやはり増えていました。しかし8日に受けたCT検査の結果は前回（昨年11月19日）とほとんど変わらず、ただリンパ節に少し徴候が見られるものの、肝臓にはやはり異常は認められないとのことでした。

腫瘍が縮退したままなのに、マーカー値が上がっているのは、ガンちゃんも体内深く隠れて持久戦の構えではないかというのが医師である友人の意見です。主治医は「腫瘍も小さいままですが、それでも辛い治療を頑張りますか？」と気遣ってくださいましたが、ここは一番勝負どころ、幸い体力もじゅうぶんなので、「もちろんお願いします」ということで、早速8日午後からまた第1クールが始まりました。

治療の内容は前回、前々回の第1クールとまったく同じで、使用する抗がん剤は次のとおりです。

ドセタキセル	60mg
カンプト	140mg
パラプラチン	450mg
5-FU	1500mg

点滴時間も同様44時間ですが、もうすっかり慣れたせいも、今回はムカツキなどの副作用も今までよりも軽い感じで、今日の昼前に終わり、すぐまた例によって外泊の許可を取って、帰宅して来ました。今回もまた「通院のような入院」のペースで、チャレンジしていきたいと思っています。

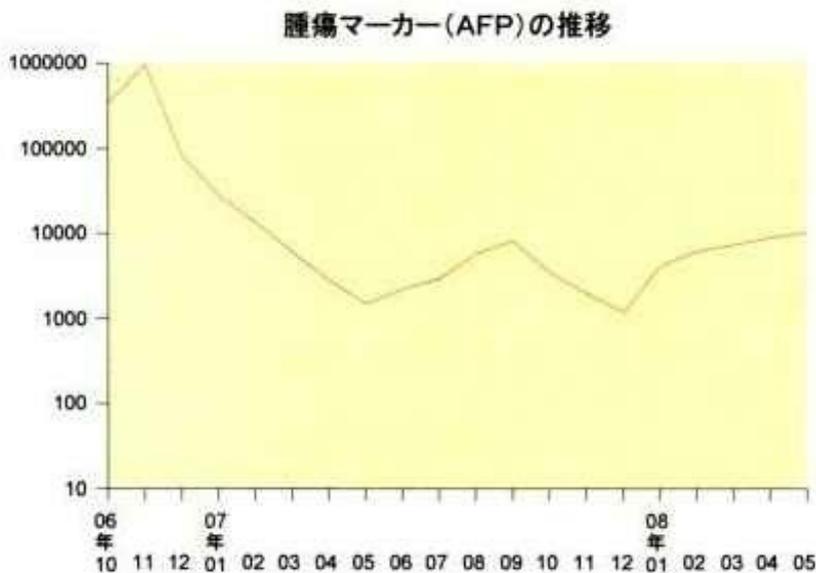
(73) 薬が効かなくなってきた？

2008.05.30 Fri

8日から始まった第1クールは、その後今までとほぼ同じような経過を辿りました。すなわち1週間ほどは軽いムカツキのためあまり食が進まず、体重も3kgほど落ちましたが、後の1週間はリバウンドなのか食欲も旺盛で、体重も元に戻って相変わらずのメタボ状態に戻りました。

ただ第2クールに入る予定の22日になっても、白血球が2,390、血小板が76,000と低く、26日にまで延期となりました。ところが26日になっても、血小板が75,000とかえって低くなる状態で、結局第1クールの薬からパラプラチンを抜いて治療することになり、2泊3日で点滴を受けてきました。

そして治療を終わった翌日の昨29日に、今月の腫瘍マーカーの検査がありました。今度は下がるだろうと期待していたのですが、結果は残念ながら9,930と前月よりさらに10%ほど増えていました。これで1月から連続5ヵ月上昇したことになります(下図は腫瘍マーカー(AFP)の推移を対数グラフにしたものです)。



今まで奏功してきた絶妙な配合の抗がん剤に対し、手ごわいガンちゃんがそろそろ耐性を持ちだしたのでしょうか？

ドクターも、「次回までに一度考えておきましょう」と薬の変更も選択肢にあることを示唆されました。そして「それまでは英気を養っておいてください」とのことでしたが、幸い副作用以外には体調も万全なので、せいぜい食べ歩きなどを楽しみたいと思っています。

(74) C T検査では変わりなし

2008.06.12 Thu

5月26日から始まった第2クールも、今までとほぼ同じような経過で、後半の1週間は食欲も回復し、淡路島へはも料理を食べに行ったり、京都府の美山町へ1泊旅行をしたり、もっぱら体力と英気を養いました。おかげで体重もますます増え、瞬間風速ではついに70kgを記録しました。

9日からの第3クールを迎えるにあたって、薬の処方を決めるためということで、C T検査を受けました。その結果は1カ月前とあまり変わらず、腫瘍にもとくに変化はなく、また新しい腫瘍も見当たらないとのことでした。ドクターは、「腫瘍マーカーも遅れて下がるでしょう」と言われましたが、それを期待したいものです。

前回は薬を1種類減らしましたが、その効果か9日の血液検査では、白血球が4,190、ヘモグロビンが9.4、血小板が221,000と、ヘモグロビン以外は正常値に回復したため、今回はまた前回省いたパラプラチンを戻して、第1クールと同じフルコースで、昨日まで点滴を受けてきました。

回を重ねるごとに、心なしか胸のムカツキも強くなるようですが、来週には治まってくると思われしますので、またせいぜい英気を養いたいと思っています。

(75) 心の治癒力

2008.06.27 Fri

第3クールは12日に終わりましたが、その後の経過はこれまでとまったく変わらず、食欲が回復してからはまたグルメの食べ歩きをしました。

しかし体重もまた増え体調はいいのですが、骨髄だけはいささかくたびれてきたのか、血液の状態だけがなかなか回復せず、23日から予定されていた第4クールは延期になりました。26日にもまた病院へ戻りましたが、白血球2,290、ヘモグロビン9.6、血小板71,000とまだ低レベルなので、またもや30日まで延期になりました。

そういう中先週、彦根市立病院緩和ケア科部長の黒丸尊治先生の「がんと心の治癒力」という講演を聴く機会がありました。先生は心療内科が専門ですが、とくにがん患者に関心があり、がんと心の関係を研究されています。緩和ケアについても、最期を看取るという観点よりも、何とか諦めたくないという患者の視点で取り組んでいるとのことでした。

先生は、薬のプラシーボ（偽薬）効果を例に挙げ、人には自然治癒力が備わっており、それをうまく引き出すことが大事と説かれ、末期のがん患者でも、自然寛解した例などを説明されました。

また健康食品やサプリメントについては「体には害はありませんが、医療的な効果はありません。しかしプラシーボ効果はあります」と述べられました。健康食品以外でも、散歩でも、旅行でも、生き方を変えることでも、自分が選択したものが効果があると思えることだと言われます。

そして「あきらめるな！がんばらない！」と結ばれました。

私はどんなに病状が悪い時でも、「ガンちゃんに負けるな」「元気になって、もう一度スイスアルプスを歩くのだ」と自分に言い聞かせてきました。ですから黒丸先生のお話を共感を持ってお聴きすることができ、たいへん心強く感じました。

[\(11\)](#)でも書きましたが、腹部の腫瘍が自分でも触れるほど大きくなった時、毎晩、「小さく、小さく、小さくなあ〜れ」と念仏を唱えながら、指で押していました。これを読んで友人のK医師は「小さくなるように念力を掛けるのも良い方法です。副作用はないし、効果は有ると思います」とメールに書いてきました。

するとしばらくして心なしか小さくなったようなので、ドクターに言うと、先生は「そんなに早

く小さくなるはずはありません」と言われました。しかし翌日触ってみて「主治医の欲目かもしれませんが、小さくなったようですね」。それから毎日触ったてみて、同じ言葉を繰り返されました。そしてついにはドクターでも触診ではわからなくなるほどた退縮してしまいました。

これは決して念力のおかげではなく、もちろん薬の効果でしょうが、化学療法では百戦錬磨のドクターの予想以上によくなったのは、そこにやはり“心の治癒力”が働いたのではないのでしょうか？

ともあれ黒丸先生のお話も治癒力に転化して、今後も「あきらめるな！がんばらない！」でガンちゃんと闘っていきたいと思っています。

(76) 耐久レース

2008.07.17 Thu

結局第4クールは予定より1週間遅れで、6月30日から始まりました。そしてその後はやはり1週間ほどはムカツキで食欲が減退し、体重が2,3kg減り、次の1週間はその反動で、よく食べ、体重も回復するという、いつものパターンでした。今回は料理が評判の兵庫県新舞子の「懐石宿潮里」へ行って、新鮮な魚を腹いっぱい食べてきました。

とにかく化学療法による闘病は、ガンちゃんとの体力比べ、どちらが先に抗がん剤でくたばるかの耐久レースです。以前ドクターが「一に体力、二に気力」と言われましたが、まさにそれを実感しています。

その点、この病気は他の生活習慣病と違って、食事に制限がなく、よく食べることが治療にプラスになるのは、ありがたいことです。また同じ胃癌でも手術をすると、食事の量も制限されますが、私の場合は幸か不幸か手術もできなかったのも、結果的には手術しても再発した場合よりは有利になっています。

ということで今のところもっぱらグルメが最大の楽しみで、おかげですっかりメタボとなっただけでしたが、これも貯金と気にしないことにしました。今までもっぱら「しっかり食べて、体力を付けてください」と言っていたドクターも、最近は肉付きのいいお腹を触って、「しっかり栄養が付いてますね。少々食べれなくても、だいじょうぶ」と言われるほどです。

このように血液の状態以外は体調はいいのですが、その血液も前回から薬の量を減らしたため、予定の2週間で、白血球3,560、ヘモグロビン10.4、血小板174,000と順調に回復し、14日から第5クールの治療を2泊3日で受けてきました。今回も薬の量は前回と同じでした。

なお先月30日には腫瘍マーカー（AFP）の検査もありましたが、8,438と前月の9,930より若干ながら下がりました。何とかこれで5ヵ月続いた上昇がやっと下降に転じましたが、引続き今月も順調に下がってくれることを祈っています。

(77) ガンちゃんとの闘いは膠着状態

2008.08.07 Thu

第5クールの治療の後も、大体いつもと同じような経過でしたが、今回はなぜか血液の状態が回復しません。2週間の間隔で7月28日から第6クールに入る予定でしたが、31日になっても回復せず、1週間延びた8月4日も採血データは白血球2,190、ヘモグロビン9.4、血小板110,000と余り高くはなかったのですが、何とか抗がん剤の点滴が実施されました。今回も薬の量は前回と同じです。

今回で入院しての治療は通算21回を数えますが、さすがに骨髓も弱ってきたのでしょうか、ドクターもこのクールで入院治療は一度休んだほうがよかろうとのことでした。

7月25日の血液検査では、7月度の腫瘍マーカー（AFP）の結果も出ましたが、入院治療下がることを期待していたのに、8,306と前月に比べ僅か5%の下落にとどまりました。今までは入院治療をすればかならず大幅に下がっていたのですが、これもまた効力が薄れてきたのでしょうか。

いつも適切なアドバイスと励ましのメールをくれる友人のK医師は、こういう状況について次のようなメッセージを送ってくれました。

<マーカーは目覚しくは下がっていないけれど、上がっていない。之は素晴らしいことです。治療の初めは急激に下がります。しかし貴兄がガンちゃんに抵抗力をつけるように、ガンちゃんも治療に抵抗するようになります。戦線膠着状態です。生体はその間を利用して、ガンちゃんを包囲閉鎖しようとしします。うまく行けば壁を厚くして、敵を閉塞死滅させようとする、自然の働きです。包囲が強くなると、栄養は行かないが、薬も届きにくい。ガンちゃんの活動も弱くなっていると期待しましょう。我々にとっては最高に近い状態です。(初戦で敵を殲滅掃討できれば最高ですが、そんな話はあまり聞いた事が有りません。)望むらくは、現状を維持して、敵が包囲を突破して暴れ始めないように、抵抗力を強めて行く事です。あらゆる努力を抵抗力増進に集中して下さい。>

今回の副作用はことのほか強く、今のところムカツキのためまったく食欲もない状態ですが、このアドバイスに力を得て、また抵抗力増進に努めたいと思っています。

(78) 三度目の退院

2008.08.26 Tue

8月6日で第6クールの治療が終わりましたが、これで一応予定の6回が終了し、骨髄のダメージもかなり強くなってきているので、しばらくはきつい治療は休むということで、去る18日に退院しました。

退院はこれで3回目ですが、前の2回の際は腫瘍マーカーが顕著に下がっていたのに対し、今回はほとんど横ばいの状態ですから、さほど嬉しいということはありません。もともと入院といってもほとんど家で過ごしていたので、退院しても生活は余り変わらないからということもあります。

6クールの治療を終わっての効果を確認するため、21日にCTの検査を受けました。その結果は前回(6月9日)と著変なしでした。腫瘍はどのくらいの大きさですかと質問したら、ドクターもほとんど見分けられないくらいらしく、CT技師の書いた所見以上の答えはありませんでした。まあガンちゃんがまた大きくなったり、他に転移しているということはないようです。

25日に血液検査を受けましたが、白血球2,340、ヘモグロビン10.7、血小板138,000という結果でした。白血球がまだ低いので、2週間後の9月8日から、血液の状況を見て、通院での治療が実施されることになりました。

この22日で治療を開始してからちょうど2年過ぎました。ガンの生存率というのはいつから起算するのかわかりませんが、治療開始からとすると、これで2年後の生存率26.8% (国立がんセンター調べ) はクリアしたことになります。4人に1人の生き残りに入ったということは、まことに幸運であったというべきで、これも多くの皆さんのサポート、ご激励のおかげと感謝しています。次の目標は4年後の9.4%です。

(79) ガンちゃんが暴れだした？

2008.09.09 Tue

昨8日、2週間ぶりで病院へ行きました。先月25日に検査した腫瘍マーカー（AFP）の結果をやっと聞きましたが、残念ながら期待に反して、7月度の8306より大幅に上がって14600となっていました。

また前回のCT検査では「著変なし」ということでしたが、このマーカーの上昇により精査し直したところ、すい臓の辺りに怪しい影が見つかったとのこと、17日にもう一度CTを受けることになりました。

今日の血液検査の結果は、白血球3830、ヘモグロビン7.0、血小板190000となり、久しぶりに外来での抗がん剤投与を受けてきました。ただし使用する薬は、今までの外来治療の際のカンプトがパラプラチンに代わり、点滴時間も時間が3時間に延長されました。

ところで今年の8月は例年にも増して暑く、そのため外出も控えていましたので、運動不足から体重も増え、70kgを超えるまでになりました。そのため9月も近づいたので、少し歩き始めましたが、、長く歩くと腰痛が出てきました。

そこでドクターとも相談して、今日整形外科で診てもらいました。その結果、一番心配される脊椎への転移は、レントゲン写真で診る限り認められない、内臓への転移からくる痛みであれば、運動していなくても痛いはずであるから、その可能性はない、したがって筋肉痛と思われる、とのことでした。

今日は歩いてもほとんど痛みは感じませんでした。10年ほど前にも同じような症状が出たことがあるので、単なる筋肉痛であろうとは思っていましたが、やはりそのようです。

ただ最近階段を登るなどすると息切れかするので、おかしいと思っていましたら、やはり昨日の検査でヘモグロビンがずいぶん下がっていました。ドクターはこの点には何も触れられず、後で貰ったペーパーでわかったのですが、次回22日の診察での要チェックポイントです。

またガンちゃんが暴れだしたのか、しばらく推移を見ながら、取りあえず腰痛を治して、涼しくなったらとにかく体力増強に努めねばと思っています。

(80) 突然の入院

2008.09.20 Sat

前回9日の検査でヘモグロビンが7.0と下がっているのを要チェックと書きましたが、やはりその後便をチェックしますと、黒っぽくなっていました。また消化器から出血している可能性があります。そこで11日に病院へ電話して、応急に診てもらいました。

すると血液検査ではヘモグロビンが6.5とさらに下がっており、すぐ胃カメラの検査を受けたところ、原発の腫瘍がまた大きくなっており、そこから出血していることがわかりました。ということで即入院を命じられ、また元の病室へ舞い戻りました。

それから4日間絶食、栄養剤と止血剤を点滴で1日12時間入れました。15日からやっとお粥が食べられるようになりましたが、止血剤の点滴は続き、17日になってようやく点滴が錠剤に変わりました。

16日の検査では、ヘモグロビンが8.2となり、便の色もよくなってきましたので、やっと17日から外泊が許されました。18日でめでたく？後期高齢者となりましたが、何とか自宅で75回目の誕生日を祝うことができました。といっても余りご馳走は食べられず、もちろんアルコールもだめですが、何とかまた歳を重ねることができたことに感謝せねばなりません。

19日に病院へ戻り、血液検査を受けたところ、ヘモグロビンは8.6となり、また便の色もほぼ正常に戻りましたので、その日で退院ということになりました。

CTで診る限り、胃の外部へ浸潤していた腫瘍は小さくなったままでしたが、9ヵ月ぶりの胃カメラで診ますと、ほとんど引っ込んでいた内部の腫瘍がふたたび大きくなったようです。腫瘍マーカーが上がっているのも、これが原因でしょう。

退院はひとまずやれやれですが、これからはまた暴れ始めたガンちゃんとの闘いが待っています。絶食のおかげで、4kgほどダイエットでき、腰痛もいつの間にか治まったので、秋風とともにまた体力増強に努めたいと思っています。

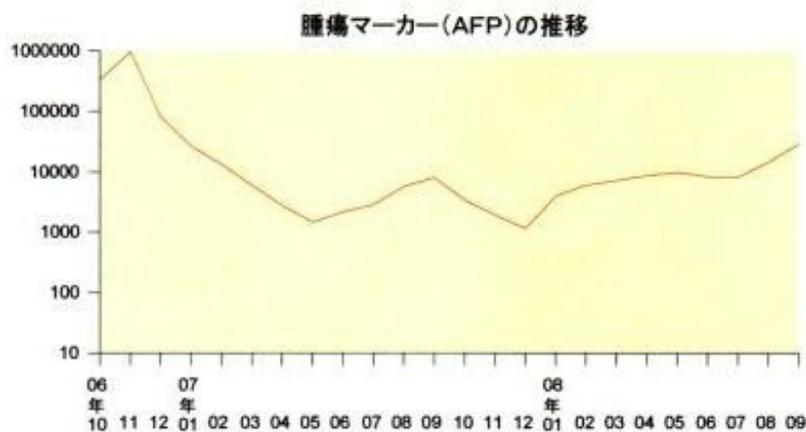
(81) ガンちゃん、再活動始める

2008.09.30 Tue

25日に血液検査を受けた結果、白血球4,580、ヘモグロビン9.9、血小板173,000となりました。便の色も正常になっていますので、一応出血は止まったと診断されました。しかし止血剤は当分飲み続けなければなりません。

ということで28日に3週間ぶりに外来で抗がん剤の点滴を受けてきました。薬は前回と同様ドセタキセル（1時間）とパラプラチン（2時間）です。

ところでその時、25日に検査した腫瘍マーカー（AFP）の結果を聞きましたが、残念ながらまた上がって、29,270と前月のちょうど2倍になりました。やはり胃の内部の腫瘍がまた大きくなっていることが原因とのことで、ドクターも今後外来での治療で好転するかどうかは、やってみないとわからないと言われました。



ともかく今のところきつい入院治療はまだ無理なので、外来治療に頼らざるを得ず、次回は14日の予定です。幸い体調は良好なので、それまでまた小旅行にでも行って英気を養いたいと思っています。

(82) ガンちゃん治まる？

2008.10.24 Fri

前回9月28日の治療から2週間経った14日に治療を受けに行きました。ところが白血球が1,070と異常に低いため、この日の治療は23日まで延期となりました。今まで外来の治療でこれほど下がったことはなく、わが骨髄もいよいよダメージが強くなってきたのかと思いました。

そこで昨23日再チャレンジのため、また病院へ行きました。まず14日に検査した腫瘍マーカー（AFP）の値を聞きましたが、20,450と前月に比べ約30%低くなっていました。前回の検査は9月25日でしたが、今回は14日とその間実質20日くらいですから、1か月換算ですと、減少率はもっと高くなることでしょう。

最近では骨髄の回復が遅いため、抗がん剤の量も抑え、投薬間隔も長くなっていますので、さらに増えているものと覚悟していましたが、取りあえずほっとしました。

血液検査の結果は、白血球2,920、ヘモグロビン9.0、血小板141,000となり、白血球が何とか増えましたので、抗がん剤の治療を受けてきました。ドクターは敵の勢いが少し弱まってきたここが攻め時なのですがと言いつつ、しかし慎重を期して、ドセタキセルの量を前回の60mlから40mlに減らされました。

ここ2か月ほど腫瘍マーカーの値が急に上がったので、ドクターのご機嫌も少し斜めのようにうかがえましたが、昨日は心なしか愛想がいいように感じました。余り患者の前では感情を表に出さない方ですが、やはり内心では医師として一喜一憂しておられるようで、ドクターのご機嫌にこちらもすっかり安堵感を憶えました。

ようやく気候もよくなりましたので、ここのところ体力増強と英気を養うため、グルメの食べ歩きや小旅行に出かけています。それが効を奏しているのでしょうか？ これからもせいぜい出歩きたいと思っています。ガンちゃんもいい気分になって、しばらく眠っていてくれればいいのですが・・・。

(83) 白血球が増えない

2008.11.11 Tue

昨日病院へ行きましたが、血液検査の結果は、白血球2,350、ヘモグロビン9.6、血小板194,000でした。白血球の数値が思ったより低かったのですが、何とか滑り込みセーフで予定どおり抗がん剤の点滴治療を受けてきました。内容は前回とまったく同じです。

前回より18日も日が空いており、その間食欲も旺盛でおいしいものを食べたり、先日は牛窓、尾道と2泊の旅をしてくるなど、元気にしていますが、白血球だけはどうも増えないようです。

そういうこともあって、次回は3週間空けて、12月1日の予定となりました。「何も薬ををどんどん打てばいいというわけではないですからね」とはドクターの言です。

また少し間があるので、体力増強に努め、自力での回復を目指したいと思っています。友人のK医師も「自然の抵抗力は自然とのふれあいで強くなります。白血球もそれで増えます」と励ましてくれています

よころで先日ジャーナリストの筑紫哲也さんが亡くなりました。私よりも後からガンを発症され、先に逝ってしまわれました。同じく同世代の小田実さんもそうでしたが、まことに残念でなりません。

筑紫さんには、私も著者の末席に名を連ねています「むかし、みんな軍国少年だった」という本に扉の言葉を書いていただきました。幸い生き残っている者として、筑紫さんや小田さんの遺志を体してがんばらねばと思っています。

(84) ビワの種とワクチン

2008.12.02 Tue

前回の治療から3週間、その間もやはりできるだけ出歩いたり、おいしいものを食べたりして、体調は快食、快便、快眠で過ごしました。

ところが昨日病院の血液検査の結果は、白血球2,600、ヘモグロビン10.0、血小板147,000と余り回復していませんでした。やはり骨髄だけはどうも元気がないようです。一応それでも予定どおり抗ガン剤の治療は受けてきました。薬は前回と同様です。

また先月10日検査した腫瘍マーカー AFP の結果も出ていましたが、25.480と前月より約25%上がっていました。先月はせっかく下がったのに、また上がっているのは、治療がゆるめになっているからでしょうか？

先日ある友人から、ガンに効くという「ビワの種の微粉末」を紹介されました。実際に数カ月でガンが消えたという人が何人もあるそうです。

ネットで検索してみますと、ビワの種や葉は古くから民間療法で使われておるようで、がんにも有効であるというサイトが非常に多くあります。一方また、国立健康・栄養研究所のサイトには、<最近では、健康食品にも利用されるが、ヒトでの有効性・安全性に関する信頼できるデータが見当たらない>とも書かれています。

そこでまた医師である友人に尋ねてみますと、<古くからガンの薬として効果が知られているならば、製薬会社が試している筈で、実用されていない事は効果が無いか、どこかに問題があると言う事かと思います。>との答えでしたが、しかし心理的効果や自然治癒力は否定することはできないとも述べていました。

主治医に聞いてもたぶん同じような意見を言われるでしょうし、6月に「がんと心の治癒力」という講演を聞いた黒丸尊治先生の意見もほぼ同じでした。まあ一つの選択肢として考えておきたいと思っています。

また先日NHKテレビのニュースが、ガンのワクチンが各施設で臨床試験段階に入っており、効果のあって例もみられると報じていました。そのことを昨日ドクターにお聞きしますと、「まだ5年先にならないとわかりません」との答えでした。これも有力な選択肢ですが、5年先まで待てるでしょうか？

参考サイト：[がん、ワクチン療法](#)

ともかく当面は自力を頼りに、ガンちゃんと闘っていくしかありません。医師の友人からも、次のようなメールを貰いました。

＜マーカーも血液像も横這いですね。骨髄は、無理押しして許容範囲を越すと困るので、難しい所です。ガンちゃんはもともと無法者ですから、道理にはなかなか従いません。先生は良く遣って居られると思います。

化学療法にも制限のある現在は、食事、適度の運動、外気、日光、新鮮な空気、前向きの気持ち、笑い、睡眠と休養、当たり前の事ですが、総動員して味方になってもらうしか無いですね。一つ一つは僅かでも、纏まれば力に成ります。手近で、比較的安価なのも良いところです。＞

このアドバイスを旨として、次の治療までの3週間を過ごしたいと思っています。

(85) 四度目の入院治療へ

2008.12.23 Tue

前回の治療から3週間、志摩の安乗へ“あのりふぐ”を食べに行ったり、快調に過ごすことができ、坂道や階段を上がる時の軽い息切れを除けば、病気であることを忘れるほどでした。

今度こそは血液の状態がよくなっているだろうと思って、昨日の検査に臨んだのですが、結果は白血球2,550、ヘモグロビン9.5、血小板145,000と前回と大差なく、また前回検査した腫瘍マーカー（AFP）の結果も出ていましたが37,940と11月よりさらに48%も上がっていました。

ドクターは「これでは今日は治療はできません」と言われるので、「白血球は前回と余り変わっていないではないですか？」と質問したところ、「今回は正月休みにかかるので、もし何かあっても対処できません。それにこのところ治療しても効果が出ていないでしょう。これではやはり入院してもらって、また強い治療をする必要があります」との答えでした。

ということで、正月休み明けの5日から、血液検査の結果がOKならば、また入院治療を受けることになりました。前回の胃からの出血による入院を除けば、これで四度目です。

年末には子供たちも帰省してきて、また賑やかになります。孫たちから精気を貰って、またの入院に備えたいと思っています。

(86) また入院しました

2009.01.10 Sat

正月は子供たちが帰省してきて、孫たちと賑やかに過ごし、ご馳走もいただきました。そして病院が開かれる5日に早々と入院しました。

まず初めの検査で、腫瘍マーカー（AFP）は51,920と、残念ながら予想どおり引続き上昇していました。強力な薬剤を使う入院治療の場合は、体を休めるため半年ほど間隔を空けるのがつつうですが、こういう状況なので、予定どおり一月ほど早めて実施することになりました。幸い採血検査の結果は、白血球4,400、ヘモグロビン8.7、血小板180,000と、ヘモグロビン以外は正常値でした。

そして6日午後から約44時間、第1クールのがん剤の点滴を受けました。薬の内容はいつもの4種類ですが、前回の第1クールよりはやや少量となっています。

ドセタキセル	60mg
カンプト	140mg
パラプラチン	300mg
5-FU	1500mg

8日の昼ごろに点滴が終了し、今までどおり即外泊の許可を貰って自宅へ帰りました。今回も2泊3日の点滴の時間以外は、自宅へ戻って、血液検査や白血球増強の注射に通うことにしています。

9日の血液検査では、白血球2,740、ヘモグロビン7.0、血小板163,000となりました。ヘモグロビンが少ないため、体がちょっとだるく、胸のムカツキもいつもよりひどい感じです。このような調子では、治療の間隔もすこし延びるかもしれませんが、とにかく今はこの治療でがんばるしかありません。

(87) また下血

2009.01.18 Sun

第1クールの治療が終わり、外泊で自宅に戻りましたが、例によって便秘になりました。12日になってやっと便が出たところ、それが赤黒いではありませんか。

9日の血液検査ではヘモグロビンが7.0と低く、なんとなく貧血気味で、いつものムカツキもことのほか強いように思っていたのですが、やはりまた胃から出血していたのです。

そこで急遽病院へ舞い戻り、直ちに止血剤と栄養剤の点滴を受けました。もちろん絶食です。13日になって血液検査を受けたところ、ヘモグロビンがやはり6.2しかなく、輸血を受けました。

4日間絶食で止血剤の点滴を受け、やっと4日目の夕食から五分粥の食事が許されました。翌16日になって便の色も正常になり、血液検査の結果、ヘモグロビンも9.0と回復しました。その他白血球も、増強の注射を13日から打っているため、3,520となり、また血小板も135,000となりました。そこで外泊が許され、また自宅へ戻りました。

ドクターによれば出血は、抗がん剤の攻撃でガンちゃんが崩れつつあるためであるとのこと。そのせいか昨年9月同様な出血をした際は、翌月の腫瘍マーカーは一時的に下がりました。この出血がガンちゃんのダメージの結果なら、絶食や輸血の苦勞も報われるのですが・・・。

3日半の絶食のおかげで、体重が4kg近く減りました。それでもまだ発症前の63kgより2kg以上もあります。すっかりメタボ体形になってしまいましたが、やはり貯金はしておくものです。幸い体調もよくなったので、また貯金に励みましょう。

(88)ガンちゃん弱まる？

2009.02.03 Tue

第2クールは、予定どおり2週間のピッチで1月20日から始まりました。薬は前回と同様です。その後の経過はおおよそいつもどおり。今回も出血するかもしれないとドクターに注意されましたが、幸い異常はありませんでした。

月が変わって昨2日、2月度の腫瘍マーカー（AFP）の検査がありましたが、26,000と前月からちょうど半減していました。マーカーが下がったのは昨年10月以来4カ月ぶりですが、前回も下血の直後でした。ドクターに確認したところ、やはりあの下血は腫瘍が崩れたためで、それがマーカー低下の原因とのこと。あるいはと期待していたのですが、そのとおり下がってくれて、ほっとしました。

これも抗がん剤が効いたのでしょうか、1月29日の検査では、白血球740、ヘモグロビン7.2、血小板36,000と最近には珍しく大幅に低下しました。昨日の検査では、それぞれ2470、8.5、65000と少し回復しましたが、今日から予定されていた第3クールはまだちょっと無理との診断で、早くても5日からとなりました。

前回の記事に、いつも温かい励ましをいただいていますTさんから、「病気になると、絶対に太り気味が良いそうです」とのコメントをいただきました。

ドクターの口癖も「おいしいものをしっかり食べてください」です（さすがにこのごろは言われなくなりましたが）。前にも紹介しましたが、ベテランの看護師さんも「よく食べられる人ほど、よくなる可能性が高い」と言っています。

スポーツもできず、遠くへの旅行もできない現状では、グルメが最大の楽しみです。幸いこの病気は、他の生活習慣病と違って、好きなものを自由に食べることができます。今回の入院に備え12月には、志摩半島の天然とらふぐ、日本海の松葉蟹を楽しんできました。

このところガンちゃんに押され気味でしたが、テキも少し弱ってきたようで、ここはまた勝負どころです。グルメで体力を蓄えて、またひとがんばりしたいと思っています。

(89) 「明日の風」と「がん残日録」

2009.02.18 Wed

第3クールは5日から始まりましたが、前回血小板が異常に低くなったので、今回は血小板を減らす可能性のあるパラプラチンを除いて実施されました。その結果血小板もそれほど下がらなかったため、第4クールは予定通り、19日から実施されることになりました。腫瘍マーカーも下がりがかけているので、ここは攻め時です。

ネット上にずっと「[がんと向き合う](#)」という闘病記を書き続けてこられたKさんが、残念ながら去る1月27日にお亡くなりになりました。

Kさんは私より約半年後に胃ガンを発症されました。同じくまったくの健康体から突然の発症で、ともに胃ガンのステージ4と、よく似た同病の士でしたので、毎回関心をもってこの闘病記を拝読し、陰ながらエールを送っていました。

「がんと向き合う」は、このブログの雑文と違って、病気の状況や治療の内容、ご自分の心境などを詳細に書いておられ、たいへん参考になりました。Kさんは実に研究熱心で、ガンやその治療法についてよく勉強されており、実際に化学療法以外に免疫細胞療法や放射線治療なども受けられました。

しかしKさんの胃ガンは悪性のスキルス胃ガンであったため、どの治療法も効果がなく、病状は悪化し、ついに昨年12月自宅で緩和ケアを受けることを決意されます。その後のことは毎日の日記「[明日の風](#)」に綴られていましたが、それも1月20日で途切れてしまいました。そして1週間後、67歳の若さで安らかに息を引き取られたとのことでした。

ガンの闘病記といえば、昨年11月7日肺がんのため亡くなった筑紫哲也さんの「がん残日録」（文芸春秋2月号）を読みました。

筑紫さんが突然ガンの告知を受けたのは私より9カ月後でした。その時点では私より軽いステージ3との診断でしたが、彼の場合も悪性の小細胞ガンということで、やがて転移は全身に及びました。そして免疫療法や樹状細胞両方などの新しい治療法も試みられましたが、ついに約500日の闘病の末お亡くなりになりました。

しかしその短い闘病の中でも、治療の合間を縫ってテレビに出演するなど、ジャーナリストとしての活動を最後まで続けておられました。その気迫が行間から伝わってくるようでした。

このお二人の闘病記を読んで、その病気と闘う姿勢、そして最後までまことに充実した人生を送

られたことにたいへん感銘を受けました。

私は幸い名医にめぐり合ったこともあって、ただ化学療法のみでお二人より長い時間を生き延びています。まだ治療の合間に温泉に行ったり、グルメを楽しむこともできます。その僥倖に感謝し、残された日々を有意義に過ごしたいと思っています。

(90) 腫瘍マーカーが下がりだした

2009.03.08 Sun

2月19日から始まった第4クールもほぼいつもどおりの状態で経過し、幸い体調もよく、2週間後の3月5日からの第5クールを迎えました。

最初に血液検査を受けたところ、白血球3,170、ヘモグロビン8.3、血小板115,000となりました。白血球は注射で増えましたが、このところ赤血球の回復は悪く、結局第3クールと同じく血小板を減らすパラプラチンを除いて抗がん剤の投与を受けました。例によって約45時間の点滴を昨日まで受け、また家に帰ってきているところです。

5日の血液検査では3月度の腫瘍マーカー（AFP）の検査もありましたが、幸い前月に引き続いて、15,615（前月比40%減）と下がっていました。2カ月続けて大幅に下がったのは、一昨年以来です。

去年は5月から8月にかけて3度目の入院治療を受けたのにもかかわらず、ずっと上昇基調でした。それが今回の入院でやっとストップがかかった感じで、今までの薬の効果は依然効果を失っていないようです。 まだまだ予断は許されませんが、少しほっとしているところです。

(91) また入院治療から外来治療へ

2009.03.31 Tue

第6クールも予定どおり3月19日から始まりました。事前の検査では白血球5,430、ヘモグロビン8.5、血小板222,000となって血小板も回復しましたし、これで最後ということもあって、またパラプラチンも含めたフルスペックで抗がん剤の注射を受けました。

その後の経過もほぼこれまで同様順調でしたが、ただ26日の検査ではヘモグロビンが6.7と大きく下がってしまいました。少しふらつく感じで、また下血かと心配しましたが、便の色は正常で、ドクターもやはり副作用によるものだろうと言われました。2年半もの間、ずっと化学療法を続けていますので、骨髄の造血機能もだいぶダメージを受けているようです。

強力な薬を使う入院治療は6回が限度なので、これで今回の治療は終了です。30日の検査ではヘモグロビンが7.3と若干ながら上がりましたので、この日で一応退院しました。退院といっても、完治したわけではなく、また入院中も例によってほとんど家に帰っていらしたので、特別の感慨はありませんが、今回は前回と違って腫瘍マーカーが下がりつつあるので、まあ少しは明るい気分です。

これからはふたたび外来治療に戻って、原則2週間ごとに弱めの抗がん剤治療を受けることとなります。第1回は4月6日です。まだ少し貧血気味ですが、それ以外は体調も良好ですし、暖かくなれば、また徐々に体力の増強に努めたいと思っています。

2009.04.14 Tue

退院前の第6クール開始から18日経った4月6日に、病院へ行って血液検査を受けましたが、白血球2,320、ヘモグロビン7.6、血小板114,000という結果になり、血液の状態があまり回復していませんでした。これでは外来での弱い抗がん剤治療といえどもできない状態です。ドクターも「何も抗がん剤をどんどん打てばいいというものではない」と言われ、しばらくは様子を見ることになりました。

1週間後の13日の血液検査でも、白血球2,790、ヘモグロビン7.2、血小板137,000とあまり変わらず、とくにヘモグロビンはむしろ下がる結果となりました。一方6日に検査した腫瘍マーカーは25,370とふたたび上昇し、2月とほぼ同じ数字に逆戻りしてしまいました。久しぶりに2カ月連続で下がったので今月もと期待していたのですが、がっかりです。

そこで、「当分点滴による治療は無理。しかしマーカーが上がっているので、とりあえずTS-1で抑えることにします」とのことで、その日からTS-1のカプセル(20mg)を毎日2回2錠ずつ呑むことになりました。TS-1は最初前の病院で、また昨年も外来治療で点滴と併用して呑んだことがあります。

TS-1については、

<http://ts-1.jp/>

貧血気味である以外は体調もよく、気候も暖かくなってきましたので、映画や野球を見に行ったり、一泊で花見にも行きました。これからも無理をしない程度に、体力回復や気分転換を図っていきたいと思っています。

(93) じわじわと出血

2009.04.29 Wed

その後も相変わらず貧血状態が続いていましたが、そのうち便が何となく黒ずんでいるように思えたので、またガンちゃんから出血しているのではないかと心配していました。

20日の診察時の血液検査では、ヘモグロビンが6.7とさらに下がっていたので、胃からの出血状態をチェックするため、胃カメラの検査を受けました。

その結果、やはり出血しているとのことでした。しかし少量がじわじわと出血していたようなので、前回のように入院して止血治療をすることなく、ずっと服用している止血薬を続けて、様子を見ることになりました。

なお腫瘍は前回の検査時（昨年9月17日）とほぼ同じ大きさで、さらに大きくなっていることはないことが分かりました。

また白血球は3,450、血小板は277,000と回復しましたので、TS-1の服用は1週間で中止して、3日後にまた点滴での治療を受けることになりました。

3日後の23日の血液検査では、ヘモグロビンはさらに下がって6.2となりました。しかし白血球は4,780、血小板は276,000と正常値になって、骨髄の機能自体は回復しているようなので、予定どおり抗がん剤の点滴を受けました。ただし薬はカンプトのみで、時間は1時間で済みました。

貧血については、ヘモグロビンがこれ以上下がっては危険ということで、24日に800ccの輸血を受けました。その結果、27日の検査ではヘモグロビンが8.6にまで上がり、気分もよくなりました。何とかこの状態で連休が過ごせればと思っています。

(94) 突如、手術へ

2009.05.29 Fri

ずいぶんご無沙汰して申し訳ありません。この間にガンちゃんとの闘いにも大きな状況変化があり、発症直後以来の第二の山場を迎えることになりました。

5月に入っても、出血はずっと続いているようでした。しかし貧血の状態は少しましになり、10日には徳島県の祖谷温泉まで行ったり、14日には予定どおり抗がん剤の治療を受けました。

ところが17日ごろからムカツキが強く、食事もほとんど食べる気がせず、貧血も強くなって、便もより黒くなってきました。そこで急遽19日に病院へ行ったところ、血液検査でヘモグロビンが5.7しかなく、即入院となりました。

午後から輸血を受けるとともに止血剤とカロリーの点滴を受けましたが、吐き気がひどく、数回嘔吐しました。その内1回は血が混じていました。

また14日に検査した腫瘍マーカー（AFP）は65,180と前月より2倍以上に増えていました。これはこの2年ほどの間で最高の値です。腫瘍マーカーが上がっており、強力な抗がん剤治療が必要であるにもかかわらず、出血がひどいという今までにない厳しい状況になりました。

そこでドクターは、腫瘍の出血部と通過障害部分のみを切除する緊急の手術が可能か、外科の先生と相談して、検討されることになりました。

その方針に従い24日にCT検査を受けましたが、その結果に基づき、外科部長のM先生から、手術の可否について次のような説明がありました。

<原発の腫瘍の大きさは直径約5センチ、胃の外部へもはみ出している。しかし幸い脾臓や門脈などを巻き込んでいないので、腫瘍全体を切除できる可能性はある。

ただし腫瘍が十二指腸にまで及んでいるので、それが余り先まで及んでいると、脾臓に影響するため、切除は不可。最終的には開けてみないと分からない。切除できるか、できないかの確率はおおよそ五分五分。

もしだめなら腫瘍の一部のみを切り取るというのは不可能。切り口から出血するから。切るとすれば腫瘍全体、オール・オア・ナッシングである。

これで原発の腫瘍全体が切除できたら、完治はできないまでも、病状は大いに改善されるだろう

。後は主治医が抗癌剤で叩くと言っておられる。今がチャンスと思う。>

このように今まで無理と思われていた元凶の腫瘍を取り去る手術が、思いがけず実現できる可能性が出てきました。まさにピンチをチャンスに転じるです。五分五分とはいえ、これに賭けるほかありません。

ということで思いもよらなかった“手術”ということになりました。幸い吐き気も1週間ほどで治まり、28日の胃カメラではひどい出血も止まっていることが確認されました。

手術の予定は6月5日ですが、今のところ体調にも問題ないので、これからそれに向けての準備に入ります。後はまさに「人事を尽くして、天命を待つ」です。

手術速報

2009.06.05 Fri

皆さんにずいぶんご心配をおかけしましたが、今日の手術は無事成功しました。腫瘍全体を、胃の3分の2とともに切除できました。お見舞いをありがとうございました。

とりあえず、お知らせします。

(95) 手術成功！大きな虹が出た

2009.06.09 Tue

手術の1週間ほど前から、いろいろな検査など準備が始まりました。ドクターによれば、抗がん剤で縮小させてからの手術はほとんど1年目か2年目までだが、3年近くなってやっと手術できるのはきわめて稀だとのことでした。

看護師さんたちも、「長い間がんばったおかげね」とか「やっと手術できてよかったね」と口々に祝福してくれます。

2日前に外科の病棟に変わりました。何しろ生まれてはじめての本格的な手術だけに、怖くないといえば嘘になりますが、それよりもやっとガンちゃんの親玉を切り取れるチャンスが来たということで、むしろうきうきした気分です。

当日の朝も、まるで重要なスポーツの試合に臨むか、海外旅行に旅立つかのような気分で、一抹の不安はあるものの、期待に満ちた前向きの気持ちで迎えることができました。

手術は朝9時半から始まりました。手術着に着替え、車椅子で手術室に向かい、手術台に横たわり、所定の位置まで移動したところで、記憶が途絶えています。

手術が終わって自室に戻ったのは、14時半だったそうです。「全部取れたよ」との妻の一声で、意識が戻りました。その瞬間なんと答えたかは記憶にありません。ただ妻と握手した手の感触だけはよく覚えています。

妻が見せてもらった、切り取った胃の真ん中に目をむいていた腫瘍は想像以上に大きかったとのことでした。執刀したドクターによっても、平均より大きかったそうです。そして看護師さんたちから「よかったですね。お腹を開けてもなかなか取れない場合も多いのですよ」と喜んでもらいました。

意識がほぼ正常になったころ、「あ、虹が出てる」の声に振り向くと、窓いっぱい大きな虹が広がっていました。あの虹は終生忘れられないでしょう。

ずいぶんご心配をおかけしましたが、幸い術後の経過も順調なので、どうぞご休心ください。

(96) 内科と外科の連係

2009.06.14 Sun

手術後約1週間経ちました。傷口の痛みもかなりましになってきました。創や腸機能の快復のためには、まず歩くことといわれ、手術の翌日から点滴棒を杖代わりに館内をぐるぐると歩いています。

そのおかげか快復も順調で、今日から水分の摂取が許されました。といっても1日200ml だけですが。明日あたりから流動食が始まるようです。

今回の手術を執刀していただいたのは、外科部長の水谷伸先生、消化器外科の指導医として、今まさに脂の乗り切ったベテランです。水谷先生は昨年7月この病院に転任してこられました。この先生がおられなかったら、今回の手術はあるいは実現していなかったかもしれません。

先生に「よく（腫瘍を）取っていただきましたね」と言うと、「古林先生（腫瘍内科部長）が（抗がん剤で）ずいぶん小さくしてくださっていましたからね」「3年間もかけて、ここまで小さくされたのは、さすが古林先生です」とのお答え。

これを聞いていて、前外科部長の副院長が「まさに内科と外科の連係」と言われましたが、化学療法（抗がん剤）と消化器がん手術の、二人の名医の連係プレーに恵まれ、もう少し延命できる希望が出てきたことは、まことに好運であったといわざるを得ません。

しかしこれで一件落ち着いたわけではありません。ガンちゃんの親玉は取り除くことができましたが、目に見えぬ残党が周りにまだ数多く残っています。

手術後の体力が快復したら、今度はまた抗がん剤の治療が待っています。「内ー外ー内」の連係プレーでダブルプレーといきたいものです。

(97) 術後の経過は順調

2009.06.25 Thu

術後の回復は、その後おかげさまで順調に進んできました。傷口も化膿することなく治りましたし、心配されていた十二指腸の切り口も無事癒着したようです。食事も、水分摂取→流動食→三分粥→五分粥→全粥ととくにトラブルもなく進んできました。

食事をゆっくり、よく噛むこと、そしてできるだけ散歩をするようにとの注意をできるだけ守っているおかげかもしれません。

18日の血液検査では、腫瘍マーカー（AFP）は14,049と、前月の約22%となりました。先月は14日の検査でしたから、その後手術まで約20日、その間にもさらに増えていたはずですから、手術の直前と比べれば下落率はずっと大きくなると思います。ドクターの話では、まだ下がるはずのことですから、期待されます。

24日には、今回の手術について説明を受けました。

まず切り取った胃の病理検査の結果、私のガンちゃんは「未分化癌」であることが判明しました。これはガンの中でもタチの悪いほうで、進行も早く、転移しやすいそうです。それにしても今のところ肝臓や腹膜などに転移が見られないのはラッキーといわざるを得ません。一方このガンは抗癌剤は効きやすいとのことでした。

ガンちゃんに気がついた時はもう手がつけられないほど進行していたのも、そして抗癌剤が奇跡的なほど効果があったのも、「未分化癌」であったせいなのでしょう。

切り取った部分のリンパ節には、予想どおりガンが認められたとのことでした。今回の手術では必要最小限の部分だけ取ったので、周りのリンパ節をだいぶ残しており、それらもガンに侵されている可能性が大きいと考えられます。

また門脈にも腫瘍が認められており、腫瘍マーカーがだいぶ下がったとはいえ、まだまだ数値は高いので、周辺にはやはりガンがかなり残っているとのことでした。

これからCTや血液検査があり、その結果がよければ、30日に退院の予定となりました。その後は少し日を置いて、また抗癌剤の治療が待っています。

(98) 退院しました

2009.06.30 Tue

本日外科病棟より退院しました。手術より25日、おかげさまでとくに術後のトラブルもなく、ドクターや看護師も太鼓判を押すほど順調に回復してきました。

退院前のCT検査では、上腹部、胸部ともとくに異常なし、ただしやはり門脈には陰が見られるとのことでした。

去る5月19日内科に緊急入院したときは、ひどい貧血とムカツキで食事もほとんど摂れない状態でした。入院後も胃からの下血はなかなか止まらず、口からも吐血するほどで、一方腫瘍マーカーはさらに上昇し、先行きどうなるかと暗澹たる心境でした。

それまでの入院中、同じような末期ガンということで、お互いに励ましあっていた“戦友”が二人、最近相次いで亡くなったこともあり、次はわが身かと秘かに覚悟を決めていたほどでした。

それが急転直下、ほとんど諦めていたガンちゃんの親玉の切除手術に成功し、お腹に名誉？の傷跡を付けて凱旋しようとは、夢にも思っていないことでした。まったく人間の運命とはわからないものです。

無事退院したとはいえ、ガンちゃんの残党はまだまだたくさん潜んでいます。腫瘍マーカーも大きく下がったとはいえ、未だ正常値とは程遠い高さです、

また三分の一に小さくなった胃をいたわりつつ、当面は食事にも気をつけていかねばなりません。胃腸の回復と抗癌剤治療を両立させていくのが、これからの大きな課題です。

先日、私より5,6歳若い知人の訃報を聞きました。彼は私が発症したのとちょうど同じ頃、やはり胃ガンで胃の全摘手術を受けました。末期で手術もできない私に比べ、まだ初期であったのできっとその後はお元気であろうと思っていましたが、残念ながらあちこちに転移したとのことでした。

同じような例は、身近でもいくつか聞きます。せっかく手術できても、それがQOL（生活の質）を落とし、免疫力の低下や余病の悪化を招くという例が多々あるようです。手術に成功したといっても、決して油断できません。

幸い腫瘍内科の主治医は化学療法では日本の代表的な名医で、私がこれまで3年近くも命をつないできたのも、まったく先生のおかげです。その先生を信じ、今一度気分を新たに、さらに挑戦し

ていきたいと思っています。

(99) 手術はしたけれど

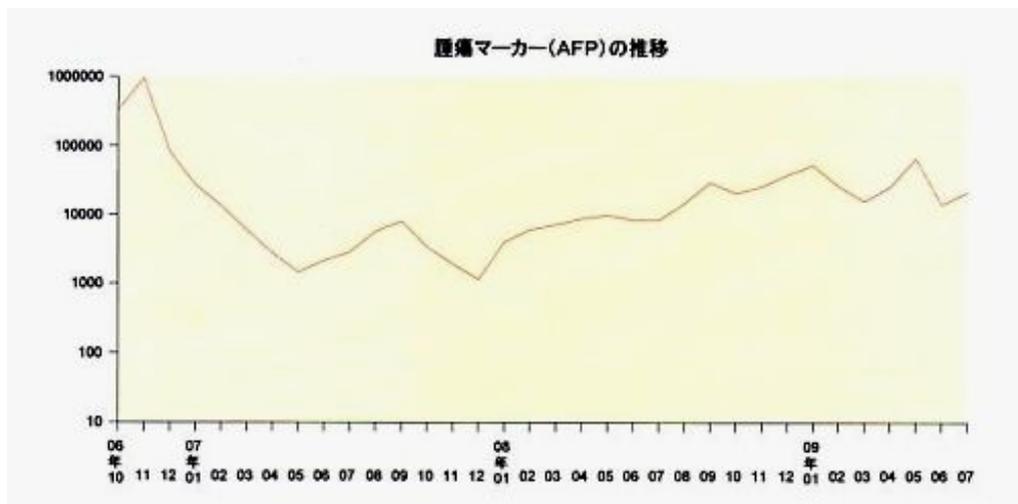
2009.07.17 Fri

退院後、食事は1日6回に分けて少量づつ食べていますが、とくに胃腸に異常はなく、その間体重も1キロほど増えました。毎日散歩をして、体力の回復も図っています。

7月9日に、外来で診察を受けてきましたが、外科、内科ともにとくに異常はなく、順調とのことでした。ただヘモグロビンがこのところあまり増えず、この日も10.8と横ばいでしたので、造血剤を服用することになりました。

この日は腫瘍マーカーも検査したのですが、診察中にはまだ結果は出ませんでした。外科の水谷先生はかねてからまだ下がらうと言われていたので、「結果が楽しみです」と期待を持たせてくれました。

ところが1週間後の16日に内科の診察を受けに行ったところ、その期待に反して、腫瘍マーカー（AFP）は逆に21,190（前月比150%）と上がっていました。これには古林先生も想定外の範囲外だったようです。



(変化率がよくわかるように片対数グラフにしてあります)

「このように手術後1カ月でまた上昇するようなケースもあるのですか？」と質問すると、「あります。完全に取りきった場合は、そういうことはありませんが、（あなたの場合は）まだかなり残っていましたからね」という答えが返ってきました。

ということで予定していた外来治療でなく、また入院して「ガツン！」とやっつけなければならないことになりました。次回（23日）今後の方針について話を聞く予定です。なおヘモグロビンは、造血剤を1週間服用したのに10.6と依然として横這いが続いています。

せっかく手術もうまくって、これでさすがのガンちゃんも相当参ったかと思っていましたが、どっこい残党もかなり手ごわいようです。どうせ食事もまともに摂れず、あまりあちこち出歩くこともできないので、ここはまた入院治療でがんばらねばならないようです。

(100) 100回目を病院で書いています

2009.08.01 Sat

家族・親戚や友人に病状をお知らせするつもりで始めたこのブログですが、いつしか100回目を迎えました。こんなに続こうとは、まことに感無量のものがあります。

そして後数日で治療を始めて満3年になります。ステージ4の胃ガンの場合、3年後の生存率は15.7%とあります。ということは約6人に1人の狭き門を潜り抜けてきたことになります。

最初に入った病院で初めての治療を終えたとき、妻が「次の治療は？」と訊ねたところ、「後は緩和ケアです」と言われたそうです。その頃のことを考えると、100回目を書くことになろうとは、私も妻もまったく夢のようです。

もっともその100回目も入院中に書いています。前回書きましたように、せっかく胃の摘出手術に成功したものの、また腫瘍マーカーが上昇し始めたため、去る7月28日に入院したからです。そして30日から第1クール点滴が始まり、先ほど終わったところです。

抗がん剤の入院治療の場合は、6クール終わると約半年は体を休めなければなりません、約4か月で始まりました。さらに今回は胃の手術後のため、その点からもやはりもう少し間をおいたほうがいいのですが、ただでさえ高い腫瘍マーカーがさらに上昇を始めたので、止むを得ず強行されたのです。

ところで原発の腫瘍を取り除いた場合、ガンちゃんの勢力は大きく減るので、抗がん剤の効き目は今までより高くなるという説があります。これをドクターに聞くと、「そんな甘い考えでは困る」と叱られてしまいました。

まあ幸い術後はふつう下がるはずの体重も約3キロ増えていますし、ずっと10台で低迷していたヘモグロビンも11.5まで上がりました。体調も自覚としては健康時と変わらないくらいです。

まだ食事が満足に摂れないため、どうせグルメや旅行などにも出かけられないので、この際治療専一にがんばらねばなりません。

(101) 主治医の交代

2009.08.23 Sun

7月30日から始まった第1クールは、薬も前回入院治療時の第1クールとまったく同じで、副作用も毎度おなじみの程度でした。しかし白血球の回復が少し遅れてため、第2クールは予定より4日遅れて、8月17日から始まりました。

ところがここでたいへんなことが起こりました。これまでその熟達した技術で3年近く命を延ばしてきていただいた主治医の古林部長が突然病魔に襲われ、休職されることになったのです。そこで第2クールから主治医は池田医長に代わりました。

幸い古林先生は今回も全体の治療計画を立てられ、細部にわたって池田先生に引き継いでいただきました。池田先生もこの病院にすでに数年間勤務されており、古林先生の治療方法もよくご存じのはずです。その点心配はないのですが、何しろ命の綱と頼んできた先生が不在となって、一抹の不安は否めません。古林先生の1日も早い復帰を望んでいます。

そういうことで第2クールもまったく同じ薬で行われ、体調面では今のところとくに変わったことはありません。ところがここでもう一つ従来と代わったことが起こりました。それは病院の財政難を理由とした外泊の禁止です。

今まで抗がん剤の治療が終われば、体調もさほど悪くないし、自宅もすぐ近くなので、もっぱら外泊で家へ帰り、次の治療までの検査や診察は通院の形で受けていました。それが認められなくなり、外出ならいいというので、日中は家に帰り、食事をしたり、風呂へ入って、夜になったら病院へ寝に帰るという変な入院生活となりました。

また外泊できるくらい元気ならどんどん退院させるという方針も出たようで、前クールも後半の約10日間は一旦退院しました。今回も、5日間の白血球を増やす注射が終わる明後日にまた退院する予定です。

他の病院ですと、2、3日間の抗がん剤の点滴が終われば、後は通院でというのが一般的のようですが、芦屋病院の場合はとくに強い薬を使っているので体調が悪化する人が多く、そのため数クールの間ずっと入院することになっているようです。それが私の場合はとくに元気なのと自宅も近いので、外泊がいわばフリーパスになっていました。それがまたこれまで長い間にわたって体力・気力を維持、アップする源になってきたのです。

ということで、闘病生活にも大きな変化がありましたが、モチベーションを落とすことなく、いっそうがんばっていきたいと思っています。

(102) ガンちゃんの逆襲

2009.09.24 Thu

しばらくご無沙汰しましたが、その後第3クール、第4クールと予定どおり2週間のピッチで治療は順調に進みました。前半の1週間は入院、後半の1週間は退院という点が今までと違いますが、その間の経過はまったく同じで、薬も変わっていません。

手術後約3か月経ちましたが、食事量も量は控えめながら、とくに消化の悪いものを除いては何でも食べられるようになりました。体重も手術前の61~3kgをずっとキープしており、体調もすこぶる良好です。

ところがこの間思いもかけないことが起こりました。ガンちゃんの強烈な逆襲が始まったのです。

8月24日に検査した腫瘍マーカー（AFP）の数値が何と前月の約13倍の269,840となりました。初期のころを除けば、今までこんなに極端に上がったことはなく、ドクターも異常値ではないかとのことで、今月の検査で再確認してみるとのことでしたが、どこか他に転移しているのではないとの不安も拭いきれませんでした。

そしてその不安が残念ながら的中し、去る18日受けたCT検査の結果、リンパ節の一つに腫瘍ができており、その大きさは約5cmもあるということがわかりました。

前回6月25日の検査ではまったく異常がなかったのに、手術で取りきれなかった転移叢がその後急激に増殖したものと思われます。5~6月と、出血や手術のため化学療法をまったく中断していた隙を狙って急成長したのでしょうか？

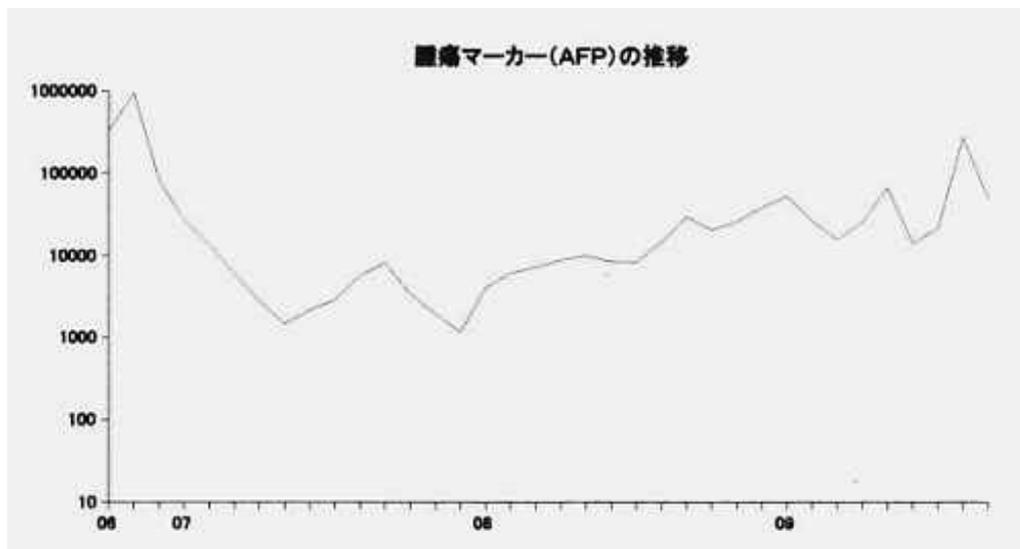
せっかく手術が成功して喜んでいたのに、まったく思いがけない事態にショックは否めませんが、取りあえずこの新たな腫瘍がまだまだ大きくなるのか、あるいは現在の治療が効いて成長が抑止できたのか、それを見極めることが必要です。

25日にまた腫瘍マーカーの検査がありますので、その結果も踏まえて、今後の治療方針をドクターと相談することになりました。場合によって、この際抗がん剤を変えるということになるかもしれません。

(103) 現治療法を継続

2009.10.08 Thu

ガンちゃんがまた大きくなってきたということで、ご心配をおかけしましたが、9月25日に検査した腫瘍マーカー（AFP）は49,620となりました。これは異常に急上昇した8月の値の実に82%減で、手術前の5月の65,180を下回っています。



(変化率がよくわかるように片対数グラフにしてあります)

8月の急上昇でどうなることやらと心配しましたが、これでちょっと一安心です。やはり5~6月の化学療法の空白の間を突いてガンちゃんが再び急成長したのが、化学療法の再開でまた抑えられつつあることを示すのでしょうか？

ともかくこの結果により、これまでと同じ化学療法を取りあえず後2クール続けることになり、予定どおり9月28日から第5クールが始まりました。ただし血小板の検査値が低いため、抗がん剤のうちパラプラチンを300mgから150mgに減らされました。

その後の経過は今までとまったく変わらず、去る6日に治療を終え、また一時退院しました。今は副作用のムカツキも収まり、いたって元気になっています。血液の状態が順調に回復すれば、13日から最後の第6クールが始まる予定です。

ところでわが家の月下美人が7月に同時に4輪咲いたのですが、今度はその何倍もの蕾が実って、5日に2輪、6日に5輪、7日に2輪と開き、引き続きまだ4輪咲きそうです。このように立て続けに10輪以上も咲いたのは初めての変事ですが、はたしてこれは吉なのでしょうか、凶なのでしょうか？



(104) ガンちゃんへの逆襲

2009.10.24 Sat

10月13日から予定どおり第6クールが始まり、治療はいつもどおり順調に進みました。そしてそれが終わりに近づいたころ、大きな朗報がありました。それは古林先生の復帰です。

先生は病気のため約3か月休まれるとのことで、あるいはそれ以上になるかと心配していたのですが、予想以上に早く2か月ほどで回復され、19日からまた主治医として診ていただくことになりました。それとともに、禁止となっていた外泊も許可されるようになりました。

それからもう一つ朗報がありました。前回月下美人が10輪以上も咲いたと書きましたが、実は最後の二つの蕾だけ咲かずに萎んでしまいました。いつも励ましのメールを下さるUさんに伝えますと、「ガンちゃんが未熟児のまま萎んでしまう前兆と考えましょう」との返事がありました。ところがそのとおりになったのです。

予定の6クールが終わったので、その効果をチェックするため、22、23日とCTの検査を受けました。

まず22日は上腹部の検査でしたが、新しい腫瘍は大きさは変わっていないものの、造影剤が腫瘍の内部に写っていないので、それまで内部に入り込んでいた血管が消滅してしまっているとの所見でした。

これで栄養が補給されなくなっているので、腫瘍も活力を失っており、たぶん腫瘍マーカーも下がっているはずとドクターは言われました。

23日に検査した腫瘍マーカー（AFP）はそのとおり11,030（前月比22%）と前月に引続き大幅に下がりました。これは手術直後の6月の数値も下回り、昨年8月以降の最低値です。

またその日の胸部のCT検査の結果も異常なしでした。手術後思いがけない腫瘍の出現で心配しましたが、従来からの薬が依然として奏効していることがわかり、ホッとしました。

私のガンちゃんは、手術後の病理検査で未分化がんと判明しました。この未分化がんは進行が早いですが、一方抗がん剤が効きやすいとのことですが、まさにそれが実証されたかのようです。

これで予定されていた6クールの治療が終わりましたので、26日に正式に退院して、しばらく体を休めるため、外来での軽めの治療に移ることになります。11月5日の外来診察で新しい治療方針が決定される予定です。

(105) 一難去ってまた一難

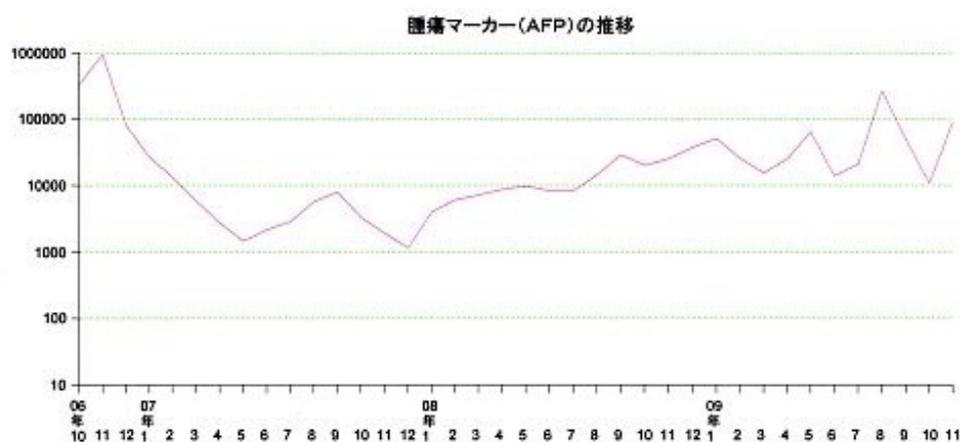
2009.11.23 Mon

11月5日に外来で診察を受け、今後の治療方法について聞きましたが、従来のようなやや弱い外来治療ではどうも効果が出ておらず、とって強い入院治療を続けてやるのは体がもたないということから、次のように行うことになりました。

従来どおりの入院治療（抗癌剤の点滴を2泊3日で行う）を行うが、間隔を2週間から1か月強に延ばす。次回16日に血液検査をして、その結果で11月中に入院治療を1クール行い、その次は年明けに行う。

そこで16日に病院へ行って血液検査を受けたところ、白血球3,400、ヘモグロビン10.6、血小板177,000となり、血液の状態は回復していました。

ところが腫瘍マーカー（AFP）の値が、さらに下がって1万を切ろうかとの期待とはまったく逆に、なんとまた91,730と前月の約8.3倍にまで急上昇していました。ドクターによれば、どうもまた新しい腫瘍が発生したに違いないとのことでした。



そこでまた翌日から急遽入院しました。治療内容はこれまでと同じで、使用する薬も前回入院時の第1クールと同じく次のような内容です。

ドセタキセル 60mg
カンプト 140mg
パラプラチン 300mg
5-FU 1500mg

そして3日間の点滴を終え、目下連休中は外泊で自宅に戻っています。副作用は血液の状態を除け

ばほぼ治まっており、いたって元気にしています。なんともしぶといガンちゃんですが、こちら
も負けずに粘り強くがんばっていくしかありません。

(106) 薬が変わった

2009.12.26 Sat

胃の摘出手術をしてから、半年が過ぎました。当初は本などを見ながら恐る恐る食べていた食事、今ではほとんどなんでも食べられるようになりました。量は以前より少し落ちましたが、老齢の身にはちょうど適量で、体重も手術前後の61~2kgでずっと推移しています。

さて11月の腫瘍マーカーが反転、急上昇したのに伴い、当初は体を休めるため1か月に1度くらいのピッチで入院治療をすることになっていましたが、スクランブル態勢ということで11月30日から引続き第2クールの治療に入りました。治療後の副作用も従来ととくに変わったこともなく、大したことはありませんでした。

12月に入って、9日に腫瘍マーカーの検査がありましたが、結果は残念ながら165,520（前月比180%）とまた大きく上がっていました。引続きCTの検査も受けましたが、心配していた新しい腫瘍ができたのではなく、いったん弱まったリンパ節の腫瘍がまた力を持ち返しており、それがマーカー反転の原因であろうとのことでした。

そこでドクターもそろそろ薬が効かなくなってきたかもしれないとして、今まで3年間続けてきた薬を一度変えてみるという決断をされました。新しい薬の内容は次のとおりです。

タキソール 150mg
ランダ 50mg
TS-1 4カプセル（20mg）×3日

そして引続き15日から第3クールに入りました。点滴での薬は今までより減り、所要時間も約5時間ですが、その前後にソリターという輸液を多量に入れますので、全体の時間は今までより少し長い48時間となり、やはり2泊3日かかりました。その後TS-1を3日間服用しましたが、これは内服薬なので、外泊で自宅へ戻って吞みました。

当初ドクターから「今度の薬はちょっときついので、さすがのあなたも吐き気が強くなるかもしれません」と警告されていたので、覚悟していましたが、意外や意外、ムカツキも、いつもの便秘も、今までよりむしろ軽いくらいで済みました。血液の状態も、比較的ましなようです。

ところが治療が終わったころから、上腹部右側に軽い痛みを覚えるようになりました。じっとしておれば感じないのですが、深呼吸などして胸部が圧迫されると痛むのです。ちょうど新しい腫瘍の位置あたりなので、腫瘍がさらに大きくなったかと心配になってドクターに尋ねますと、治療の直後にそういう痛みが出ることもある、それは薬のせいで腫瘍が炎症を起こしているため

、むしろよい徴候であるとのことで、安心しました。

ということで、年内の治療は終わり、年明け早々から第4クールが始まる予定です。

ところで最近、吉原清児著「[名医がすすめる最高の『がんの名医』](#)」（講談社）という本が出版されました。本屋で立ち読みしますと、やはり「抗がん剤治療」の項目にわが主治医・古林孝保先生の名がありました。3年前に出版された同種の本にも先生の名がありましたが、古林先生は日本を代表する化学療法の名医との定評が確立した感があります。この名医の手腕により、新しいガンちゃんもやっつけることができると信じています。

今年を顧みますと、年明け早々の入院に始まり、年末までほとんど入院生活でした。その間、胃の手術や主治医の長期病欠など想定外のこともありました。正直なところ、今年の暮は迎えられるのだろうかと思ったことも一度ならずありました。

しかしながらおかげさまでどうやら元気で年が越せそうです。今年も多くの方からお見舞いやお励ましをいただきました。どうもありがとうございました。皆様もどうかいいお年をお迎えください。

(107) ふりだしに戻る

2010.01.12 Tue

正月は例年どおり子供や孫がやってきて、賑やかに過ごしました。おせち料理もけっこう口にすることができました。

そして予定どおり4日に再入院して、早速第4クールが始まりました。ところがその日の血液検査の結果は、正月気分を一気に吹き飛ばすものでした。腫瘍マーカー（AFP）の値がが何と40万を越え、それ以上は正確な値が測定不能となったのです。

私の場合のようにAFPの数値が高いと検査装置の限界を越え、希釈して計測しなければならないのですが、今回は200倍に薄めても計測できず、それ以上は測っても信頼できる値は得られないとのこと。多分06年11月の最高値約95万に近い値と思われます。腫瘍がさらに力を増してきたようです。

それを裏付けるように右上腹部にはまた最初のころのように大きなしこりが感じられるようになりました。そしてその部分に軽い痛みを感じます。ドクターによれば、抗がん剤の影響で腫瘍が炎症を起こすと痛みを生じることがあるとのことですが、そうであればいいのですが。

そこで第4クールでは、内服薬のT S - 1 を12錠（3日分）から20錠に増量されることになり、6日から5日間服用しました。その結果、ムカツキは前回よりちょっと重いようです。

また6日の夜あたりから腹水が溜まり始めました。最初前の病院へ入院した時も、腹水が溜まり、まるで妊婦のようなお腹になったことがあります。今回はそこまではひどくはありませんが、早速利尿剤をもらってできるだけ尿を出すようにした結果、今のところはそれ以上は増えてはいません。

このように、天文学的？な腫瘍マーカーの値、自分でもわかる腹部のしこり、そして腹水と、まるで初期のころに戻ったような感があります。しかしあの時も主治医のおかげで何とか危機を乗り越えたのですから、今回ももう一踏んばりせねばと思っています。

(108) 在宅ケアへ

2010.02.04 Thu

その後も腹水による腫れは利尿剤を吞んでも引かず、それが胃を圧迫して、常に満腹のような感じで、食事も余りできない状態が続きました。そこで1月25日から予定されていた第5クールは、タキソール150mgのみの点滴となりました。

そして28日に胸部のCT検査を受けたのですが、その結果はまったく意外なものでした。肝臓に10cm大の大きな腫瘍が2個も見つかったのです。12月のCT検査では見つからなかったのに、これほど急速に大きくなるとは、ベテランのドクターにとっても想定外だったようです。

腹部の腫れは腹水のせいと思っていたのですが、腹水や胸水のほか、主としてこの肝臓の腫れによるものとのことでした。

ドクターによれば、ここまでいろいろ手段を尽くしてきたが、これ以上は策はない、後は終末期の治療をどうするかであるとのこと。

そこで家族とも相談した結果、できれば在宅ケアとし、30年来のホームドクターで、徒歩2,3分の距離にあるN医院にお世話になれないかということになりました。

そこでネットで確認してみますと、何とすでに「在宅療養支援診療所」の認定を受け、副院長（院長の息子さん）が在宅ケアに専任されていることがわかりました。

そこで早速主治医の古林先生とN院長にご相談したところ、どちらもご快諾を得て、今後も両者連携の上、在宅ケアにあたっていただくことになり、2月2日に芦屋病院を退院、在宅療養に移りました。

3日新しい主治医のN副院長の往診を受けましたが、当面次のような方針でいくことになりました。

- (1) 往診は原則として週2回、水・土。その他に訪問看護を週1回、月曜。
- (2) 腹部の腫れは痛み止めのパッチで対応（以前最初の病院で使用したものと同一）。
- (3) 腹部の腫れによって食事を摂りづらいのは、主として栄養食品で対応。

先にわが家より徒歩でも行ける市立芦屋病院で抗がん剤の名医といわれ古林先生に巡りあい、今度は目と鼻の先のホームドクターがまだ数少ない「在宅療養支援診療所」であったとは、最後までツキがあったというべきでしょう。

後は自分の持つ体内の自然治癒力を信じて、あくまで前向きにでがんばっていきたいと思っています。

エピローグ

2010.02.23 Tue

このブログの書き手、「きよし」の娘です。

「きよし」は2月17日の夕べ、長い闘病生活に別れを告げました。

2月の1週目の週末は、長男家族といっしょに鍋を囲むなど、急速に悪化する容態のなかでもいつもの暮らしをしていましたが、翌週頭からは酸素吸入なしには呼吸が苦しくなり、食べることも難しくなり、夜も昼もひどい咳に悩まされました。12日には極度の貧血による輸血処置のため、再度市立芦屋病院に入院。病院で週末を過ごした後、無理を承知で、希望の自宅に寝台車で戻り、兄弟、息子たちとその妻たち、皆それぞれに言葉を残し、17日、自分の部屋で家族に囲まれて去っていきました。

芦屋病院にいた15日の夕方、どうしても自宅で最期を迎えたいという父の気持ちをくみ、瀕死の父に退院の許可をだした古林先生に、父はもう起き上がれないのに、先生の手を握ろうと無理に体を起こして握り締め、号泣しながら「先生、3年半ありがとうございました」とお礼を申し上げることができました。父がこんなに泣いたのを見たのは、生まれて初めてでした。先生は「僕はたいしたことはしていません。あなたが頑張ったのです。あなたとご家族が」と。お辛かったことでしょう。

長らく、このブログで父を励まし、元気を与えてくださった読者の方々、ありがとうございました。父は最後の日まで冗談やユーモアを忘れませんでした。常に前向きでした。まじめな性格でしたが、あの愛嬌は格別でした。

最後に父に頼まれたことを書いて、エピローグとさせていただきます。

13日の夕方、芦屋病院にいた父を見舞いました。

ベッドの横に座り、ふたりきりで話をするなか、わたしはかねてから考えていたことを、父に言いました。

「あのね、お父さん。わたし、お父さんはガンに克ったと思うんだ」

すると普段ポーカーフェイスの父は、にやーっとしたのです。

「実はぼくもそう思ってたんだ」とこっそり告白するではないですか。

わたしは続けました。「ガンは残念ながら作戦失敗だね。お父さんがあんまり粘り強くて、あの手この手で負けないから、とうとう自暴自棄になるしかなくなった。ガンの作戦負けだね」

「それ、ガンちゃんに書いといてよ」

お父さん、「電子書籍？それはいい考えだね」ニヤリとした
でしょう。

ガンちゃん、こんにちは

<http://p.booklog.jp/book/42637>

著者：西羽潔

著者の作成したHP 「戦争を語り継ごう」 <http://www.rose.sannet.ne.jp/nishiha/senso/>

「旧日本軍人の遺留品」 <http://www.hlswilliwaw.com/Nishiha/index.htm>

編集：森岡めぐみ

感想はこちらのコメントへ

<http://p.booklog.jp/book/42637>

ブックログのpapier本棚へ入れる

<http://booklog.jp/puboo/book/42637>

電子書籍プラットフォーム：ブックログのpapier（<http://p.booklog.jp/>）

運営会社：株式会社paperboy&co.