

🌸🌸🌸🌸🌸 がん相談支援センター 掲示板 🌸🌸🌸🌸🌸

がん相談支援センターでは、がんの病気や治療、療養生活についての情報探しのお手伝いや相談にお応えしています。また、心のケアや生活に役立つ制度の紹介、ご家族の支援も行っています。
お困りのことがありましたら、がん相談支援センターに声をかけてください。

今回はがんピアサポーターの体験談をご紹介します

Q&A **がんピアサポーターとは？**

がんピアサポーターは、様々な不安や悩みを持つがん患者さんと、そのご家族等に対し、同じがん体験者(ピア)の立場から共感に基づく支援を行います。

今回お話しして下さった大山様は、広島県がんピアサポーター研修を受講され、今年度、呉共済病院でピアサポーターとして登録して頂きました。
コロナ禍でがんサロンが開催できないため治療や就労の体験談をお伺いしました。



今回お話しして下さった大山様です



名前: 大山志乃香様(おおやましのか)

家族: 広島市在住、家族は夫と2人で子供はいません。

性格: 明るく前向きの性格。

職業: 仕事は治療中から同じ職業で、フルタイム勤務。

病気の経過: 2015年4月(44歳の年)に子宮体癌(類内膜腺癌G1)とわかり5月に腹腔鏡手術、
病理結果で卵巣にも同じ種類の癌が見つかり、同時多発と診断。

子宮体癌は1b期、卵巣は1a期化学療法後、現在経過観察6年目。





治療中支えになったことは、どんなことでしたか？

一番辛かったことは、当初子宮体癌初期の予想だったので、手術のみで経過観察と言われていました。しかし、卵巣がんも見つかかり抗がん剤治療をすることになり、心の準備ができていなかったことです。想定外のことで、病理結果を聞いた時には直ぐに理解ができず、1週間考える時間をもらいました。がんの告知を受けた時よりも衝撃的で、とても辛い1週間を過ごしました。

そんな時に、治療経験者の話を聞く機会があり、気持ちを切り替えて前に進むことができました。家族や友達誰か一人でも良いので、身近に同じ経験をしている仲間がいると、不安も少し解消されるかもしれません。

またネット情報ですが、がんになっても前向きに生きている人がたくさんいること、仕事もしている人がたくさんいることを知りました。ネットは情報としては良し悪しですが、自分でそれを取捨選択すれば、何かのきっかけになる情報もえられると思います。



職場にどう伝えたのですか？ 治療と仕事の両立についても教えてください

仕事はいつも文句を言いながらしていたはずなのに、いざ病気になり、辞めた方がよいのか続けた方がよいのか悩んでいた時に、がんになったから仕事を辞めてその後社会復帰に大変な思いをしている人が大勢いるという情報を耳にしました。

特に男性は中々厳しい社会のようだとということを知りました。近年ダイバーシティの考え方もだいぶ浸透しましたが、6年前はまだ働き方改革という言葉も、やっと聞こえ始めたころだったので、がんを公にすること自体は結構リスクもあり相当悩みました。



少し意外だったのは、自らオープンにして積極的に語ることで、同僚たちもがん治療中の人との接し方、働き方をわかってくれた気がしました。そして両立をしてみると、あまり辛いこともなく考えていたよりも楽に（と言ったら適切な言葉ではないですが）できました。



治療中に困った事はどんなことでしたか？ 副作用や生活面など、工夫されたことも教えてください

治療面での工夫は、抗がん剤投与を水曜にして、木金曜は出勤
副作用が始まる土日は休む、というサイクルで、なんとか乗り切ったことです。
7月、8月、9月は連休やお盆休暇を絡めたりしました。

抗がん剤による副作用があったら、何日目からどのような状態だったか
メモをしておくことで、次回以降の役に立てました。

脱毛はやはり辛いことなので、思い切って丸刈りにしました。
真夏のウィッグは汗で湿疹ができたりしたので、手ぬぐいを河童のお皿のように
乗せてから、ウィッグを被るなど工夫をしていました。
また、眉毛まつ毛が抜けた際には、フレームの太いメガネをかけたりにして、
つけまつ毛などはしませんでした。





現在治療中の患者さん、ご家族へ 伝えたいことはどんなことですか

がんとのお付き合いは、何年過ぎても常に頭から離れないし、1年に1回となった診察でもやはりいつも緊張します。

がんという病気は奥深く一生理解できないと思うけど、少なくとも「癌＝死」というイメージはなくなり、「がん＝共存」ということを知りました。

再発していなくてもミクロレベルで残っている細胞とこれからずっと共に生きるということなのかな・・・と思います。それは自分の中にできた細胞だから。そして再発の有無は関係なく、がんと向き合い共存しながら生き抜いている人こそが、がんを克服してると言える人なんだと思います。



大山様ありがとうございました
がん相談に関するお問い合わせは、1階がん相談支援センターへご連絡ください
電話：0823-22-2111（代） 担当：医療ソーシャルワーカー平本・看護師宮下