

## がんステージ4を生きる ～笑顔で過ごしたい～

2014年8月19日 提供：毎日新聞社

がん：がんステージ4を生きる ～笑顔で過ごしたい～

「治ったのですね」

最近、こう声をかけられることが多い。見た目は元気そうで、とてもステージ4のがん患者には見えないだろう。

08年11月、骨転移を伴う乳がんが見つかり、私は突然、ステージ4の患者となった。その後の抗癌剤治療で、胸とリンパ節の腫瘍は画像からいったん消えている。1年間の休職を経て、職場に復帰し、今も治療を続けながら働いている。

決して治癒したわけではない。がんの多くは、治療開始から5年を経て再発・転移がなければ「完治」とみなされる。しかし乳がんは、進行が遅いため、10年以上経っても再発することがある。

私の現在。胸やリンパ節の腫瘍は消えたままで、新たな転移もないが、骨にはまだ残っている。「一部には、比較的強い集積（腫瘍の存在）が残っており、活動性はあると思われる」。これが、今年3月に受けたPET（陽電子放射断層撮影装置）検査の結果だ。普段は痛みなども感じないが、「活動性」という文字に、少し身がすくむ。

今の治療は、3週間おきに「ハーセプチン」（分子標的治療薬）と、6週間おきに「ゾメタ」（骨転移の治療薬）の点滴を受けている。そして一日一錠、ホルモン剤「ノルバデックス」を服用する。

治療のため、東京から実家がある兵庫県芦屋市のクリニックへ3週間おきに通う。遠距離通院は楽ではないが、定期的に両親や友人と顔を合わせることで、免疫力を保つ何よりの方法だと思っている。会えば自然と笑顔になる主治医の存在も大きい。

闘病記掲載から5年。この間、東日本大震災が起こるなど、日本全体が荒波にのまれたかのような日々だった。個人的には「生きているだけで幸せ」なはずなのに、生きていれば当然、苦しみや悲しみもある。昨年春、仕事を共にしていた後輩が、突然の病で亡くなった。「死ぬのは私が先のはずなのに」とぼうぜんとした。今、この空を見ることができない人たちの分も、しっかりと生きなければならないと思う。

普段の生活で、体の不調を感じることはほとんどない。治療の副作用があるとすれば、爪が欠けやすいことと、指先の力が100%ではないこと。背骨の腫瘍が原因で身長は7センチほど縮み、「小柄だ」と言われることにはまだ慣れない。でも、その他は何事もなかったかのように日々を過ごしている。人並み以上に食べ、お酒もたしなみ、笑い、「生きていて良か

った」と思う瞬間もたびたびやって来る。

病の進行を分けるものは何なのか。それは誰にも分からない。患者が 100 人いれば 100 通りのがんがある。がんになるのも、その後の経過も、複合的な要因があるはずだ。私が現在、元気でいられるのは、医学の進歩と、的確な治療を施してくれている主治医の力が大きいだろう。今後、何が待ち受けていようと、そのことに今は感謝するだけだ。

日常のふとした瞬間に、5 年前の辛い記憶がよみがえることがある。転移で頭の骨が溶け、病院のベッドで寝返りも打てなかった。腫瘍が神経を圧迫し、顔の一部がまひしていた。身を起こすこともできず、ぼんやりと病室の窓の外を眺めていた。あの時私は、確実に死に向かっていたのだ。

生きていたい。旅をして、仲間と笑い合い、仕事をして少しは人の役に立ちたい。すでに 5 年が与えられたのに、これ以上は高望みだろうか。闘病記を書いた時、多くの読者から温かい手紙をいただいた。乳がんの 40 代女性から届いた手紙には「一緒におばあさんになりましょう」と記されていた。今も思い起こすたび涙が出る。

いつか、この紙面で「骨の腫瘍も消えた」と報告できる日がくるだろうか。

私はこの 5 年間で思い知らされた。命の価値は長さではなく、一日一日を大事に積み重ねることで測られるのではないか。がん患者ならなおさらだ。「ステージ 4=末期」と思われがちだが、私のように普通の生活を送る患者も多い。今後、働く世代の患者もさらに増えるはずだが、がんというだけで、人生の舞台から降りなければならぬとしたら、社会にとっても大きな損失だと思う。【三輪晴美】

#### ◇がんステージ 4

がんの進行度はステージ 0~4 に分けられる。腫瘍の大きさ、リンパ節転移、他の臓器に転移しているかどうかで決められ、がんの種類によって判断基準に違いがある。おおよその 5 年生存率は、ステージ 1 が 80~90%、ステージ 4 が 10~20%。

#### ◇分子標的治療薬

抗がん剤の一種。従来の薬ががん細胞だけでなく健康な細胞も攻撃するのに対し、がん細胞のみを狙うのでため副作用が少ない。近年、開発が進み、転移再発がん患者の治療成績を上げている。今後も最も期待される治療法の一つ。