

姫路医療センターさくらんぼクラブ通信

さくらんぼクラブは、がん患者さんとご家族のための会です 2010年12月 第12号

Merry Xmas



あっという間に12月となりました。2010年はどんな1年でしたか？

11月26日にさくらんぼクラブを開催しました。今回は大きな松ぼっくりで小さなクリスマスツリーを作りました。がん相談支援室にもひとつ飾ってありますので、是非ご覧になって下さい。

ご近所づきあいについて

夫が“ご近所には知られたくない”と言うので、入院前は夜になるのを待って、車に荷物を積み込んでいるんです。



夫が入院しました。すると、それほど親しくもないご近所の方が、「ご主人を見かけないけど、どこか具合悪いの？」と尋ねてくるんです。心配してくれているのかもしれないけれど、あれこれ詮索されたくないのです。

どのような真意で尋ねているのかわからないけれど、単なる興味本位にも思えたり、その背景には未だ『がん=死』というイメージが根強くあり、『がん』だと打ち明けたとたん、妙に優しく接しられたり、暗い話ばかりでは駄目だと気を使われたり、気持ちは複雑です。ご近所さんに限らず、兄弟でもこのような気持ちを理解してもらうのは難しく、ご主人の病状や治療については、奥様が一人で抱え込むことが多いようです。妻として、どの様に夫に接するべきかのみならず、ご近所の目を気にしながら生活するのはストレスフルです。参加者の方からのアドバイスですが、夫の揺れ動く心理に寄り添うことも大切、でも一人の人間としての自分のことも大切にしましょう。自分の時間を作って、ちょっと一息つくことが上手に付き合うポイントです。さくらんぼクラブでは、同じ体験をしている仲間だからこそ打ち明けられ、親身にアドバイスし合えると皆さんおっしゃっています。素敵ですね。これからもそんな憩いの場であって欲しいと、切に願っています。

がん性疼痛認定看護師 G さんです。さくらんぼクラブにも参加しています。



今後のさくらんぼクラブの予定

- 2010年12月24日(金) **クリスマス会**
- 2011年1月28日(金)
- 2011年2月25日(金)
- 2011年3月25日(金)

いずれも **10:00~12:00** ごろまで。
姫路医療センター2階の**第2会議室**でお待ちしています。

ご家族の声を聞いて、患者の私が気付かされたこと

めずらしいことに、今回のさくらんぼクラブは患者のご家族の方の出席が、患者本人を上回っていました。いつもなら患者たちが主役となるお話が多いのですが、視点が変わると見え方もずいぶん違って、学ぶことがいろいろありました。

例えば入院中、ベッドにいる患者は自分が一番辛いと思いがちです。でも、時間を作っては見舞ってくれる家族には通常の生活もあるので、ものすごく忙しくなるということ。通院に付き添ってくれる場合もちろんそうです。また、なるほどなあと思ったのが、病気についての見通しが明るくない場合(終末期)に、これからどうしたいかを患者と相談するのが難しい、という声を聞いた時です。このことについては、患者も心の中ではあれこれ考えるものですが、それを口に出すことで家族を傷つけるのではないかと躊躇するという面もあるでしょうし、考えないようにするのが病に立ち向かう気力になっているのかもしれない…。いずれにせよ、患者の方から話を始める方が良いのかな、と思いました。

そして、周りの家族を一番助けるのは患者の笑顔だということにも、あらためて気付かされました。

患者の私が言うのも変ですが、ご家族の皆さん、どうか疲れをためずにお過ごしくださいね。そして、もし都合が合えば、さくらんぼクラブでお話を聞かせて下さいね。



お互いの気持ちをわかりあうことはとても大切なことです。どんどんご意見くださいね！



信じる。

あなたが、いつも前向きな姿勢でいる事。
今まで無かったもの、
分からなかった事たくさんあった。
普通の二人でちょっと違う二人。
この病気で少しずつ変わってきた。
気付かなかった事が見えてきた。

主人が他界して7年。5年間がんと闘いました。当時から現在まで封印していた3冊の闘病生活の日記を、勇気を出して開いてみました。
その一部を希望の言葉として送ります。

齊藤和子 茨城県 39才(女性)

岸本葉子 with Hope★プロジェクト編著
凹んだって、だいじょうぶ
希望の言葉を贈りあおう 第2集
(清流出版) よりご紹介しました。

がん相談支援室に置いています。

僕はとてもついている人間なんだよ、
大事なものは生まれてから一度もなくしたことが
ないんだ。
だから絶対大丈夫!

がんを告知された日、泣いて落ち込んで
いる私の目を見つめながら言ってくれた
夫の力強い言葉でした。不安だった気持ち
が一瞬にして安心へと変わりました。
不思議ですね。

菜々 東京都 43才(女性)