

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

2011年8月 第18号

7月のさくらんぼクラブ

7月のさくらんぼクラブには、13名が参加しました。内訳は、乳がん患者が8名、肺がん患者1名、直腸がん患者1名、患者家族が3名です。

がん相談支援室のスペースの関係で、最近はお奥の部屋では主に病気にまつわる話をし、入ったところのスペースのテーブルでは工作などをしながらの雑談をするように、なんとなく分かれています。どちらかにいなくてはと決めなくても、自由に行き来することができるので、その日の気分でお好きなところにお座り下さればよいと思います。

さて、今月の工作は先月に引き続き、コラージュ作りをしました。ドングリの実やまつぼっくり、雑誌の切り抜きなどのパーツを自由にイメージして木工ボンドで貼り付けていきます。あらかじめ木のフレームを用意してくれていたの、ただ貼るだけなのにとっても素敵な作品が出来上がっていました。手を動かしながら近況報告をしたり、横にある書棚から取り出した病気関連の本を読み、その疑問を直接看護師さんに問いかける人もいました。がん相談支援室のスタッフが真横で働いておられるので、お忙しくなかったらあれこれと気軽に声をかけることができます。予約を取って相談するほどでもないんだけど・・・といった時にもおすすめです。



がん相談支援室より

実は・・・がん相談支援室には窓がありません。でも暖かく、爽やかな雰囲気になるように、コラージュ(自前の作品ですが)や写真を飾ったり、アロマで香りを演出したり、BGMを流したりと工夫しているのですが、この度さくらんぼクラブの方に相談したところ、数名の方から絵、お習字の作品などをご提供いただけるとのお返事がありました。ありがとうございます！また作品は通信でご紹介しますので、お楽しみに！



今後のさくらんぼクラブの予定

2011年8月26日(金)

2011年9月30日(金)

9月23日は祝日のため、第5週に変更します。

2011年10月28日(金)

2011年11月25日(金)

2011年12月22日(木)

12月23日は祝日のため、前日に変更します。

時間は **10:00~12:00** です



五味さんの
作品

間庭さんの
作品

この二つの作品は
がん相談支援室内に
飾ってあります。
さて、どこでしょう？



さくらんぼクラブ通信は、さくらんぼクラブ会員である患者さんやそのご家族の体験・言葉で構成され、姫路医療センターがん相談支援室が発行しています。

乳がんの術後・・・

奥の部屋では、入院中の病室から参加の方を含み、比較的患者歴の浅い乳がん患者さんが多く、細かいお話がいくらでも出てきました。

たとえば乳房全摘の場合、胸の形を整えるための商品がいろいろあるのですが、案外丸めたタオルが使用感が良かったとのこと。

乳房温存の場合、手術した方の乳頭が横を向いてしまったけれど、数年経ったらまっすぐ前を向く様になったと話してくれる人もいました。

脱毛

抗がん剤による副作用で、脱毛後新たに生えてくる髪質って、これまでとは違う、細くて縮れたものだったという人が多いようです。まさに今そういう時期で、そのことを不安がっている人も、「やがては元通りの髪質になるよ。」と他の経験者達に言われると、とても安心した顔になっていました。

髪が抜ける時には、なぜか耳の横(もみあげ)やえりあし部分は、少なくなったとしても他の部分と比べると残りやすいようです。数人で話していると、「あら！ やっぱりそうなの？」と。残ったもみあげやえりあしの毛をどうするかという・・・すっきりと坊主頭にしたという人もいるし、帽子やターバンをする時に役に立つ、という人もいました。

当日の様子は「乳がん患者の集まりのごほうこく」にまとめています。病院内に置いている他、病院のホームページにも載せています。がん相談支援室までお問い合わせください。

がん相談支援室です！



さくらんぼクラブでは、いろいろな悩みを共有したり、体験に基づいた具体的な対処法を伝え合ったりしています。でも、同じがんであっても、それぞれの人で治療内容や療養生活の状況は違います。ほかの人に合った治療法や対処法、療養生活の過ごし方が必ずしも自分に合うとは限りません。特に医学的なことは主治医・担当医に必ず相談するようにしましょう。がん相談支援室にもお気軽にご相談下さい。あなたの抱えている悩みが少しでも軽くなるようにお手伝いいたします。

冷えのぼせ

冷えのぼせに手を焼いているという声もしばしば聞かれます。40才代以降、ちょうど更年期障害の時期に重なるからか、ホルモン療法の薬のせいなのかわかりませんが、これまでにはなかったような足や腕の冷えや、逆に暑くて大汗をかくなど、体調の変化に振り回されている人が多いようです。

こういった部分は、主治医に相談しにくいことなので、さくらんぼクラブで情報交換できることは療養していく上で、とてもありがたいことです。

「乳がん患者の集まり」

～ 開催のご報告 ～

7月1日、「乳がん患者の集まり」を開催し、無事に終わることが出来ました。たくさんの方々にご参加いただき、途中大歳先生にも同席していただくなど嬉しいハプニングもあり、とても充実した時間を過ごすことが出来ました。会は大変盛り上がり、お話はずんでいましたので、当初の目的である「病友作りのお手伝い」ができたのではないかな、と思います。今後も開催してほしいのご意見をたくさんいただき、ありがとうございます。次回はまだ考えていませんが、いただいたご意見を参考に私たちも少し勉強し、また次につなげたいと思っています。

乳がん患者有志「お粥の会」