

“がん”と診断された医師による、“がん治療”の「真実」と「誤解」

# 緩和ケア医師ががん患者になってわかった 「生きる」ための がんとの付き合い方

2024年  
2月15日発行

株式会社あさ出版(代表取締役:田賀井弘毅、所在地:東京都豊島区)は廣橋 猛 著『緩和ケア医師ががん患者になってわかった「生きる」ためのがんとの付き合い方』を2024年2月15日(木)に刊行いたします。

本当の患者さんの気持ちは、その立場になってみないとわからない

2023年5月にがんと診断され、長期のがん治療を余儀なくされることを公表した廣橋猛医師。がんの緩和ケア医療を専門とし、医師として患者に正面から向き合ってきたが、いざ自身ががん患者になると戸惑うことが多くあったといいます。本書は自身の体験を踏まえて、医者と患者の2つの視点からがん患者やその家族ががんと付き合いしていくために必要な知識を解説します。

## タイトル:緩和ケア医師ががん患者になってわかった 「生きる」ためのがんとの付き合い方

著者:廣橋 猛

ページ数:256ページ ISBN:978-4-86667-670-8

価格:1,540円(10%税込) 発行日:2024年2月15日

### 【目次】

- 第1章 見える世界が変わった
- 第2章 緩和ケア医ががん治療をはじめる
- 第3章 がんになってわかった7つのこと
- 第4章 診断時&早期から  
がん治療と緩和ケアを同時に行う
- 第5章 がんの種類別!緩和ケア医師が教える  
つらさをやわらげるための知識
- 第6章 終末期としての緩和ケアをよく知る
- 第7章 事例から見る4人のがん治療

### 【著者プロフィール】



## 廣橋猛(ひろはし・たけし)

永寿総合病院がん診療支援・緩和ケアセンター長、緩和ケア病棟長。2005年、東海大学医学部卒。三井記念病院内科などで研修後、2009年に亀田総合病院疼痛・緩和ケア科、三井記念病院緩和ケア科に勤務。2014年から現職。病院での勤務だけでなく、浅草にある野中医院にて在宅医療にも携わる。病棟、在宅とふたつの場で切れ目なく緩和医療を実践する「二刀流」緩和ケア医。主な著書に『素敵なお臨終 後悔しない、大切な人の送りかた』(PHP研究所)、『がんばらないで生きる がんになった緩和ケア医が伝える「40歳からの健康考え方」』(KADOKAWA)がある。



## 緩和ケア医師ががんと診断される

### 一生がんと付き合っていくことが判明

「甲状腺にいくつか腫瘍っぽいものが見えます……」

2023年某日、健康診断で超音波検査を受けたときに言われた言葉です。

検査室は静まり返り、私は驚きのあまり、言葉を失ってすぐに返答することができませんでした。がん……治療はどうなる？ 仕事はどうなる？ 家族になんて言う？

次から次へと考えなければならぬことが頭を駆け巡っていきます。患者さんにはこのようにしたらよいというアドバイスが次から次へと思い浮かぶのに、自分のこととなると頭のなかは真っ白でなにも思いつきませんでした。

この日から私はがんと付き合っていくことになりました。

### 緩和ケア医師が自身のがん治療でわかったこととは？

#### ガリガリ君アイスに救われる

私自身が患者を体験したことでたくさんの気づきがありました。

例えば、私の場合、喉の奥の違和感や、ヒリヒリとしたイヤな感覚がずっと続いていました。喉の炎症のせい、痰(たん)が絡みやすいのが不快でした。こういった症状、手術後の方でよく経験します。このつらさを癒してくれたのが、院内のコンビニエンスストアで手に入れた「ガリガリ君アイス」でした。いずれも喉がヒンヤリとスーッとするので、長時間効くわけではありませんが、気分がよくなります。実際に、患者さんが、食欲がなくなるとほとんど食べることができないときでも美味しく食べることができる。まさに患者さんにとって救いの神といえるのです。

#### 他に緩和ケア医師が気づいたがん治療のポイント

- ・治療の痛みはどうやって対応すればいいのか？
- ・がんの正しい情報を得られるサービスはどこなのか？
- ・体力が低下したがん患者に有効な考え方とは？
- ・がんになると怪しい助言をしてる人がいる
- ・再発の恐怖はどうやって向き合っていけばいいのか？
- ・がん治療の効果を最大限に高めるためにできることとは？

### 「生きる」ために知っておきたい12種類のがんの知識を網羅

がんは命を脅かす大変な病気である一方、誰もがなり得る身近な病気です。そして、うまく治療しながら、長く付き合っていける病気でもあります。たとえがん患者になっても、できるだけ病人にはならずによく「生きる」。そのためには、がん治療中であっても、緩和ケアを受けてつらさを和らげることで、治療も最大限よい効果を発揮できます。第5章では類書では一切触れることのない、でもよりよく「生きる」ためには絶対に知っておいてほしいこと12種類のがんについて知っておきたい知識を記載しました。

- ・肺がん
- ・胃がん
- ・大腸や直腸のがん
- ・肝臓がん
- ・膵臓・胆管がん
- ・乳がん
- ・婦人科がん
- ・頭頸部がん
- ・骨のがん
- ・泌尿器科がん
- ・脳のがん
- ・血液のがん

#### 大腸や直腸のがんの場合

腸閉塞にならないように便秘にならないことが一番大切です。

がん患者さんが少しでも便秘を解消するためには、一般的に食物繊維が多い食べ物がよいと言われていますが、腸閉塞を繰り返している患者さんの場合は、かえって食物繊維がそのリスクを高めてしまうので注意が必要です。水分を多く摂ることで便を柔らかくする、散歩やストレッチなどの軽い運動により腸を動かすことはもちろんのこと、下剤を使用することも大切です。

今後治療を進めていくなかで、がん患者さんに起こり得ること、そのなかでどのような対応が考えられるかをご本人やご家族の方が知っておくべき情報を載せています。