

# マンガでわかるがんサバイバル

2025.3.1

愛知県がんセンター

## 精神腫瘍科部



著者本人より直接、  
使用許諾は得ており  
ますが、SNSでの拡  
散はご遠慮ください

+

。がんを過  
ごすこと  
について  
学びま  
しょう

テキストには、マンガ『母のがん』を使います。てんかん発作によって転移性脳腫瘍が見つかり、ステージⅣの肺がんと診断された母親が主人公です。

コミック作家の長男が看護師である上の妹と高次脳機能障害のある下の妹と協力して、治療をサポートする物語です。ですから、患者家族から学ぶことになります。

患者さんの大切な言葉を8つ紹介しつつ、そこで何を考え、（できれば）どう対応したらいいのかを考えます。

D・フィース『母のがん』（ちとせプレス、2018）は、かのこ文庫で貸出中。是非、手に取ってお読みください。

# 1 なんぞ私が、今ここで、がんにならなきやいけないの？

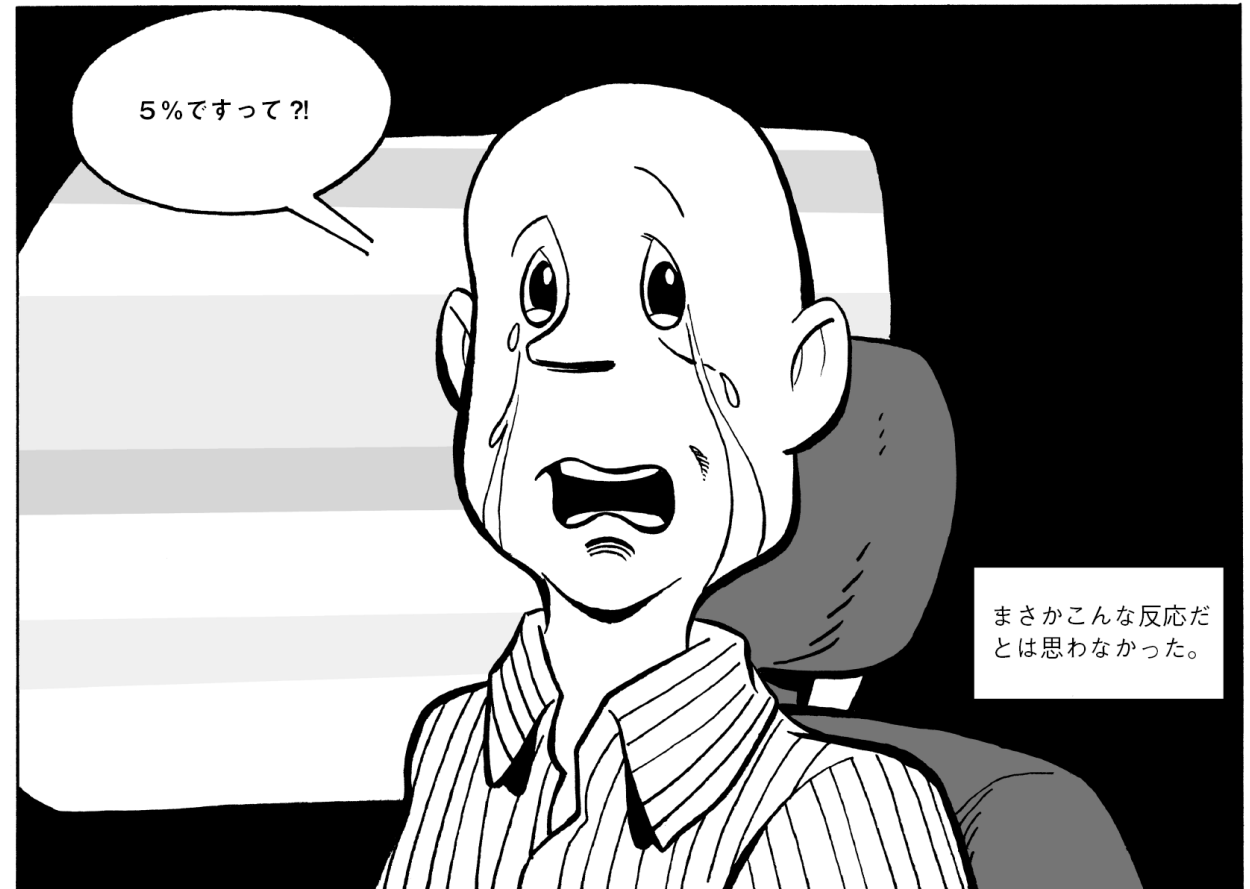
この問いは、がん患者さん誰もが口にされますが、死の予感、がんの宣告ではなく五年生存率によってもたらされます。

この場面を文章にすると「母親と長女は、初期治療が無事終了したことを主治医から説明され、長女の車に乗り込んだ。すると、突然、母親は涙を流し、『5%ですって?!』と言った。家族は、まさかこんな反応が返ってくるとは思ってはいなかった」となります。

この対話が、化学療法が終わった時点でのものだという点が異例です。母親の発言は、多くの場合、ステージ分類を知らされ、五年生存率を知った直後、すなわち治療の始まる前に自問されます。

ですから、長男にしてみれば、そんなことも知らないでこれまでどうやって頑張ってきたのか、という気持ちであり、患者さんご本人にしてみれば、5%だということを忘れていたから（あるいは否認できたから）、これまでやってこれた、というところなのでしょう。

いずれにせよ、二人の間のギャップは、治療における「希望」に絡んでいるようです。そして、それが、いかにあやふやなものに基づいているかがわかります。



## 2 希望と絶望を行ったり来たりです

がんの治療がうまく行っているか否かはさまざまな形で知らされます。症状自体というよりも腫瘍マーカー、画像診断などで人々は一喜一憂させられます。気分はジェットコースターのよう揺れるので、誰もがぐったりします。

末尾の長男の言葉は注目に値します。「それでも治療が終わることは、よいニュースだ」。これなどは、価値観に基づいた一つの見識であり、希望へのいい意味での執着でしょう。

チェコの大統領になった、ヴァーツラフ・ハヴェルなどは、**楽観主義と希望は区別すべきだ**と書いています (Esquire, 1993)。彼は「楽観主義」は、すべてがうまく行くだろうと信じていることであるのに対し、「希望」は、それがうまく行こうと行くまいと、何らかの意味があると信じることだと言います。

### 希望 vs. 希望



体の内側から外側までひどく日焼けをしたのを想像してほしい……焼けつくされたのを……



これが6週間の放射線治療の結果だ。それでも治療が終わることはよいニュースだ。

### 3 先が見えないことが一番つらい

これは、初期治療が終わって、がんが消えていることを祝うパーティーの場面。ステージIVの人は5年後に5%、つまり20人に1人しか生きていないことを表現したコマです。

長男は「どれだけ僕たちがラッキーかはわかっている」と言いつつも、この森から母は「もう絶対に出られることはない」と思う。これは一体どういうことでしょうか？

次に「がんサバイバル地図」を提示しました。がんを患う人は、からだや心、それに社会的にもスピリチュアルにも一定の変化が予測されることを示しています。



# がんサバイバル地図

(Mullan, 1985/小森, 2014)

	急性期	延長期	長期安定期
スピリチュアル	死の直面化		
社会的	家族の、および家族へのサポートが必要	家庭、地域、職場における身体的制約への対応／ボディイメージ変化と職業的役割変更（強さ、忍耐、ユーモアが必要）／グループ	雇用と保険の問題／偏見／昇進転職困難
心理的	恐怖不安	再発の恐怖 さまざま（孤立、荒廃、抑うつから不安まで）	
身体的	診断 検査治療	寛解、治療終結、間欠的治療	治癒／続発性腫瘍／治療による長期的影響／生殖保健学

## 4a 何もかもが つらいのです (身体的)

このコマは、体がつらい時にはまず体のことを客観的に理解することの大切さを示しています。

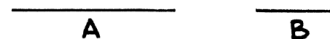
治療の成果はいかに？と画像診断が行われ、例えば、半径5センチの球体のがんが半径4センチになっていたとしましょう。そこで、治療者は何と言うべきか？

それがここに描かれています。画像診断の3次元性は小学生でも知っているごく当たり前のことですが、「あれだけ苦しんだのにたった1センチしか小さくなっていない」と本人も家族もがっかりします・・・治療者には慰めの言葉しかない。それではだめですね。患者家族にはこう言って欲しいものです。「半径5センチのがんが4センチになったということは、その体積は、 $4 \times 4 \times 4 / 5 \times 5 \times 5 = 64/125 = \text{約}0.5$ 、つまりがんは半分になったのです！」と。

### 数学の国の母さん

1次元：

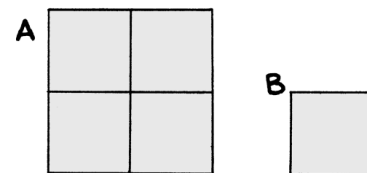
線Aは線Bの2倍の長さである。



2次元：

面積は、正方形の辺の長さで変わる。

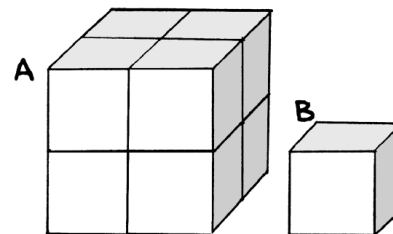
正方形Aの面積は $2^2$ =正方形Bの4倍である。



3次元：

体積は、立方体の辺の長さで変わる。

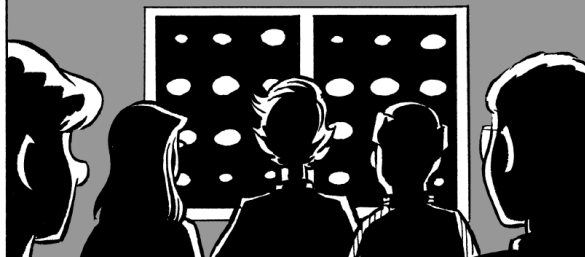
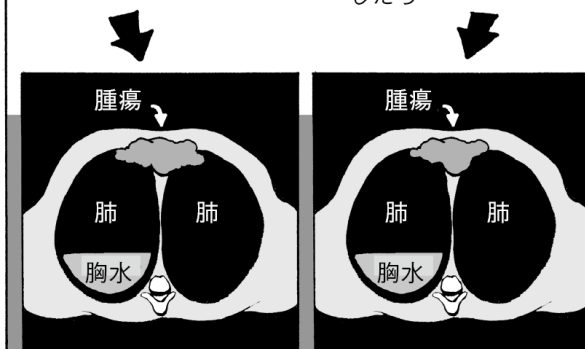
立方体Aの体積は $2^3$ =立方体Bの体積の8倍。



だから、2カ月の抗がん剤治療と放射線治療との戦いの結果が

これを……

これにすることだしたら……



すごく大きな失望で、自分が数学に弱いという事実はかき消される。



## 4b 何もかもが つらいのです (心理的)

これは、**抑うつ**にじっと耐えている母親についての長男の観察です。その原因は母親が「考える以外にすることがなくなったからだ」と長男が指摘している点が素晴らしい。認知行動療法的にも正しい見解です。

日本では古く、家族や友人が病気の治癒を願って、折り紙でツルを千羽折り、吊るす風習がありました。今でもベッドサイドに時折見られます。もちろん、この千羽鶴が治療に有効だというエビデンスはありません。しかし、これをもしも患者さん自身が行えば、十分、有効だというエビデンスは得られるでしょう。なぜなら「考える以外にすること」としてツルを折れば、その悪循環を断ち切ることもできるからです。下手な精神療法より当たり前の作業療法、と言ってもいいでしょう。





## 4c 何もかもが つらいのです (社会的)

がんのつらさは、家族に対する心配があると大きくなりますし、家族にもつらさをもたらします。

実は、この家族の「お父さん」は母親の再婚相手で、下の妹は二人の娘ですが、長男と長女は前夫との間の子どもです。母親の病状について長女はお父さんに一切伝えないという方針を強烈に打ち出します。母親もそれに同意せざるを得ないというところ。長男も仕方なく同意。

ところが、父さんが息子に電話で「母さんはどうなっているんだ？ 電話にも出ないじゃないか！」と言った時、思わず**秘密**を漏らす。

そして翌日、母親が息子に「お父さんと話したわよ」という。「私がお父さんに電話したの。大人になる時だと思ったの」と。息子は自分が秘密を漏らしたということにならずに胸を撫で下ろす。実際、**がんについて誰にどこまで話すか**は当事者、家族が大いに悩まれるところなのです。

それから56年間、ノーランは、彼の母国が17州から34州をもつにまで成長したことを、国旗の星の数を数えて想像することしかできなかった。



# 4 d1 何もかもがつらいのです (スピリチュアル)

## 闘いの後、パート 1



## 4 d2 何もかもがつらいのです (スピリチュアル)

がん医療、特に余命が限られてきた時にスピリチュアリティが問題になると言われています。『精神医学事典』によれば、「個人の存在よりもスケールの大きな、より超越的な存在との繋がりを指す」ものという定義が紹介されていますが、今では、もっと広げて使われているようです。例えば、米国かかりつけ医協会では「自分の人生において意味や希望、安らぎ、そして内なる平和を見出す方法」としています。

命の終わりを意識する時には、「体は死んでも物語は死なない」として、思い出を大切な人と共有することも推奨されています。ここに描かれた祖父の作った革細工の鞆がまさにその例でしょう。





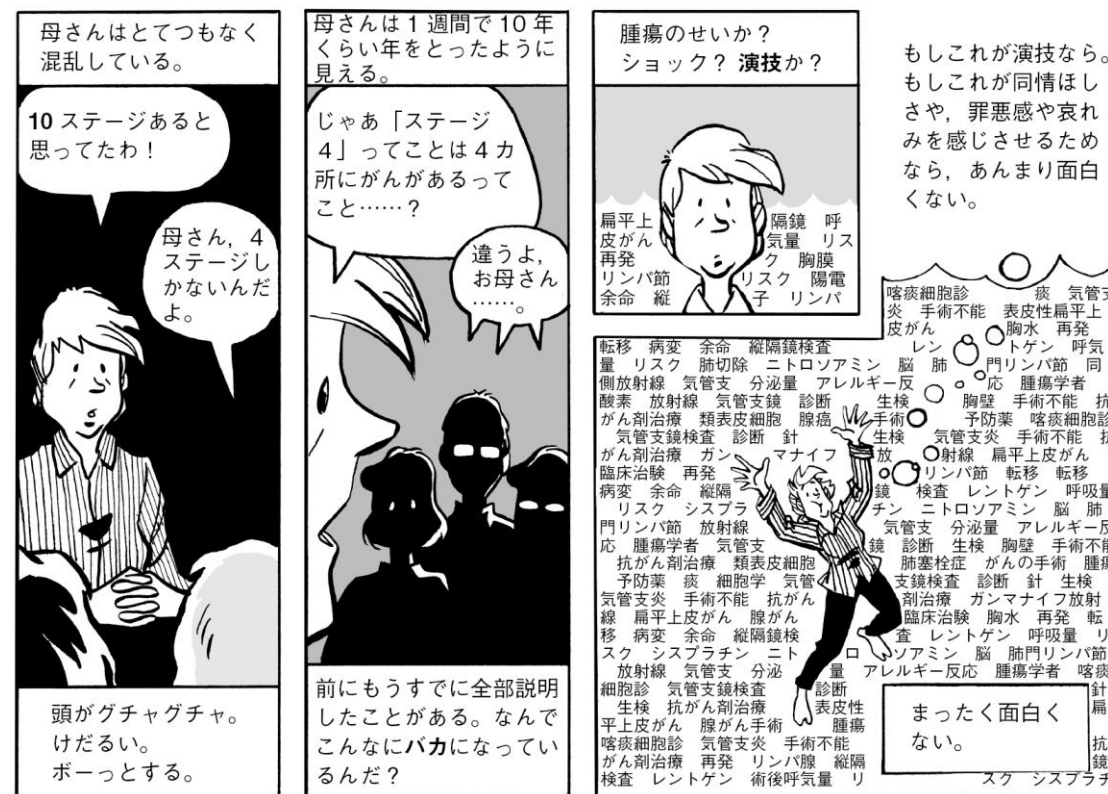
5 ステージⅣって、私はもうダメってことですか？

ステージ分類は、時間分類ではありません。  
**空間分類**です。

がん細胞が一つできてから死ぬまでの時間を4つに分けて、一番、死に近いのがステージIVだと思い違いする人が多いようです。

ステージ分類は初めて診断された時に、体の中でどのくらい離れたところまでがん細胞が広がっているかを示すものです。

5年生存率はステージ分類と並べられていますが、ステージIが100でないように、ステージIVも0ではありません。



# 6 病気は受容しないといけませんか？

いつから僕たちは  
こんなに死と仲良  
しになったんだ？

誰でも悲嘆の5段階  
を知っている：  
否認、怒り、取引、  
抑うつ、受容。

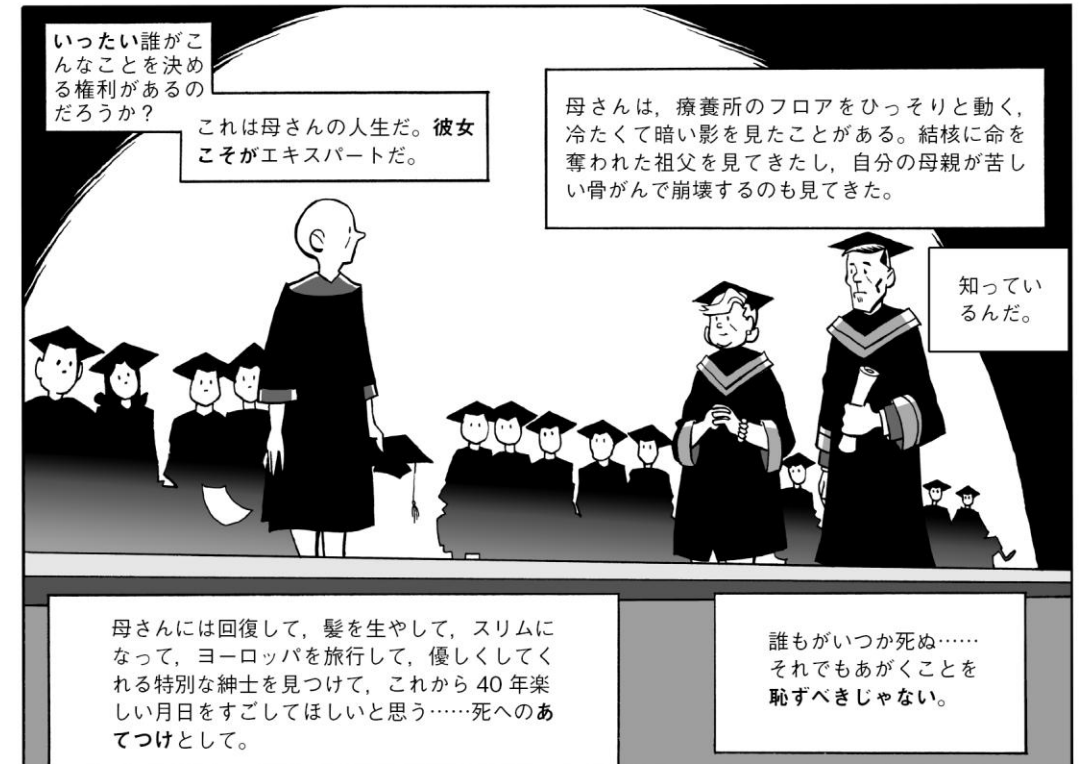
名前：母さん

学期 \_\_\_\_\_ 学年：最終

成績表	1	2	3	4
教科：				
否認				
怒り	A	A	A	A
取引	C	B-	B	A-
抑うつ		C	C	C+
受容			D+	C-
コメント				F

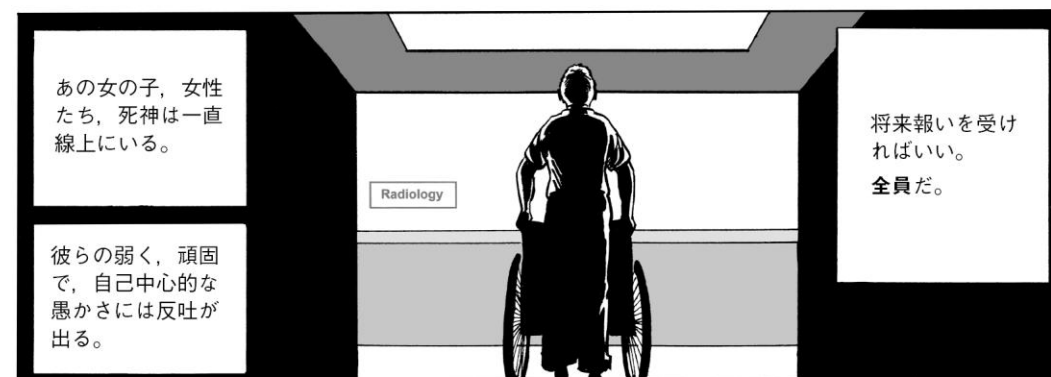
1 学期：あなたは否認ではとても素晴らしい成績を残しましたが、  
もっと怒りをマスターできるように頑張りましょう。  
：もう一息です……他の生徒のように抑うつにまで進めて  
いません。  
あなたは手遅れになる前に受容段階に進むことをお勧め  
します！  
：あなたを天国へ推薦することはできません。

誰もがお手軽な  
チェックリストを  
もったエキスパー  
トだ。



# 7 あれだけ酒とタバコをやったんだから、食道がんになったって当たり前だよね？

報い





## 8 「いつでもすぐに電話して」と先生に言われたから！

### いつも通りの異常

最後に、医者と言動について。少なからぬ人が体験することかもしれません。

「いつでもすぐに電話して」と言われたのでしてみると・・・必要なかったり、なぜもっと早く連絡しなかったのかと叱られたり。

こんなことがないことを祈るばかりです。

医師に会うたび必ず言われる：



この単純な指示に従うことがじつは驚くほど難しいことがわかる。





ご精読ありがとうございました！