

がんサバイバー

医学・心理・社会的アプローチでがん治療を結いなおす

Kenneth D. Miller 原書編集

勝俣範之 監訳

金 容壺, 大山万容 訳

<書評者> 内富庸介 (岡山大学大学院教授・精神神経病態学)

一昔前, がんサバイバーという
と「治療後 5 年を経過した稀な幸運な人」を意味し, 最初の 5 年間は医師も患者ももっぱら疾患コントロールに傾注し, 心の問題は後回しという風潮ではなかったかと思う。現在では, 生存率の大幅な改善とともに, 米国のサバイバーは 1,200 万人に達した。「がんと診断されたその瞬間に人はがんサバイバーとなり, 一生サバイバーであり続ける (全米がんサバイバーシップ連合, 1984)」という定義が米国国立がん研究所 (NCI) に採用されて以降, プロセスを意味するサバイバーシップの概念とともに広がり, 日本ではがん対策基本法 (2007) 以降浸透してきたといえる。

本書は, あらゆる医療者のための, がん診断時からのサバイバーシップ指南書であり, よくある疑問や懸念に正面から向き合っている。特筆すべき点は, 心の問題や回復過程をロードマップとして目に浮かぶように本書の前半分を割いて詳述していることで, 疫学の問題, 医学的問題の後半へと続く。編集者の Kenneth D. Miller 所長は, 現在, Dana-Farber がん研究所 Lance Armstrong サバイバーシッププログラムの所長を務めているが, 腫瘍内科医であり, がんサバイバーの夫でもある。彼は, サバイバーシップ研究のエビデンスが

蓄積したところで, 編集して本書を誕生させた。

前半で, がんがもたらす抑うつ・倦怠感・睡眠障害, 心的外傷後ストレス/成長, さらに恩恵を見出すベネフィット・ファインディング, セクシュアリティ, 妊孕性, 遺伝カウンセリング, がん診断～終末期であることを子どもに伝えるコミュニケーション, 家族などについて詳述されている。その中で, NCI サバイバーシップ部門長の Julia Rowland 博士の重要な講演内容から, サバイバーの 5 つの教訓を紹介している。

- 1) がんが消失した状態はがんから自由であることを意味しない (倦怠感, 抑うつ, 痛みなどの問題は慢性期にも多い)。
- 2) 回復へ移行する時期はストレスが多い (医療者が身体治療を乗り切ってホッとする時期に心理的危機はやってくる)。
- 3) 困難な時期であっても驚くべき回復力や恩恵を見出せることがある。
- 4) 適応のよさには, 標準治療を選択すること, 治療に積極的に参加すること, 活動的であること, 支援を受けること, 意味を見出していくことなどが結びついている。
- 5) 食生活などライフスタイルを見直す好機になる。

以上のことは, 「実際のがんは自

分ではコントロールできないかもしれないが, 食生活や活動, 治療の決定は自分でコントロールできる」という体験を通して, がんという出来事も自分の世界観に結い直す (認知的統合) ことができるという臨床経験とよく符合する。

トラウマを成長の機会としてとらえ, 恩恵を見出す患者に出会うことは非常に多い。その恩恵には, ソーシャルサポート, 診断時からの時間が関連する一方で, 若年者, マイノリティー, がんが重篤であることも関連するという研究報告を紹介している。さらに恩恵にはメンタルヘルスに対して良い面と悪い面があり, 現実の変化か動機付けられた幻想かという論争に決着はついていないという。現時点では少なくとも, 医療者はがんがもたらす恩恵やギフトを否定したり, 押しつけたりすることは避けたい。

日本にも支部のある Cancer Support Community の Golant 博士は, サポートグループの効用として, 最良の状態を期待すると同時に最悪の場合にも備えるよう促された患者は, がんの嫌な現実をも評価して受け入れていけるようになることを紹介している。医療者は診断時から, 生と死に関するコミュニケーションを促し, 備えあれば憂いなしをぜひ, 少しずつ診療に生かしてほしい。

なお後半ではサバイバーの医学的問題として, 治療による全身の各臓器障害, 術後リンパ浮腫, 妊孕性保護について, また疫学の問題として, エクササイズ, 食事, 二次がんについて詳解されている。特にサバイバーの食事に関するエビデンスは限られているが, がん以外の疾患にも有益であり, さらに QOL を増すという利点を

紹介している。

訳は非常に練られており、違和感を覚えるところはまったくなかった。腫瘍内科医である訳者のあとがきに、患者を単なる「中年の乳がん患者」と記号化するのではなく、「ピアノが好きで仕事で教えてもおられて、子どもさんが高校生で受験の心配もされておら

れ、夫は会社員だけれど……頼れる友人もいる……」と「描写していくべきなのである」とある。小生は、訳者とがんセンターで一緒に働いた時期があり、彼の温かい基本的態度が思い出される。その後、彼が腫瘍内科医として本書をいち早く訳出したことを素直に喜び、多くのサバイバーの福音とな

る本書を世に出したことに心の底から感謝したい。

●A5 頁 464 2012 年
定価 4,200 円
(本体 4,000 円+税 5%)
[ISBN978-4-260-01522-6]
医学書院 刊