

### ①患者に安易な励ましはNG

ぼくはどこにでもいる一児の父だ。仕事は写真家をしている。たまにこうやって文章を書く。趣味は料理と手品と皿まわしだ。それからがん患者でもある。34歳のときに多発性骨髄腫という血液がんに罹患(りかん)した。現在も治療はしているものの念ながらぼくの病気は治らない。

父親であることだって、写真を撮っていることだって普通だ。がんという病気は1年間に約100万人が罹患する。普通と言えは普通だ。ただ30代でがんになるのはめずらしいかも。人間誰だって一つ一つの経歴は普通なんだけど、普通がいくつか重なるからめずらしい人やおもしろい人になる。

そもそも病人の話聞くのはおなじ病気の人や、その家族の人になりがちだ。病気の話は関心がないとつまらない。だけど病気になったらどうなるかを一番知った方がいいのは、病気と関係のない人だ。

大きな地震がきたら落下物から身を守り、海から離れることを知っているように、病気のことも知っておいてほしい。がんという病気は個人に起きる大災害のようなものだ。人生がガラリと大きく変化する。

まず知っておいてほしいことはがん患者に「頑張れ」という声掛けはやめたほうがいい。すでに限界近くまで頑張っている。「頑張れ」という言葉をかけられると本当にきつい。

対処法として、ぼくは本気で頑張らないようにしている。本気で頑張らない状態していると「頑張れ」と言われても「たしかに、頑張ろうかな」という素直な気持ちになれる。

「神様は乗り越えられない試練は与えない」なんて言葉もやめたほうがいい。こういった根拠のない安易な励ましの類は一切やめたほうがいい。

どんな言葉をかければいいんだって？ そもそも言葉をかけるのではなくて、言葉を聞けばいいのだ。みんな言葉をかけて励ましたがるけど、話を聞いてはくれない。がんになったときは絶望感と孤独感でいっぱいだ。話を聞いてくれるだけで救われるのだ。

## ②家族の心配より患者の気持ち

がんを漢字で書くと「癌」。「やまいだれ」に「口が三つ」と「山」を書く。本当の意味は知らないけど、周囲からたくさんの口が山ほど押し寄せる病気だとぼくは感じている。ぼくは親族や友人知人からお見舞い電話がずっ〜と鳴り続けている状態だった。

電話に出れば病気になった経緯や状態を聞かれる。その後、相手はだいたい自分の家族の病気か本人の病気の話をしてくる。お見舞い電話は最終的に病人が話を聞く立場になる。ぼくは疲弊して一時退院の日に電話を解約した。10年以上使っていた番号だった。

やっかいなのがお見舞い時に詐欺まがいな保険適用外のインチキ医療を紹介してくる人だ。がんになって絶望に溺れていると藁(わら)でもつかみたくなるものだし、溺れている人に藁を投げる人は普通にいる。

ぼくはインチキ医療を一度もやったことがない。誘ってきた人が血液内科医よりも血液がんについて勉強しているとは思えないので相手にしていない。誘ってきた人は親族だろうと友人だろうと縁を切っている。

インチキ医療でも患者本人が望んでやっている人と、家族に強制されてやっているのではまったく違う。医師から禁止されているわけでもないのに、好きな食べ物や飲み物を家族に禁止されて、効果がない上にまずい手作りニンジンジュースなんかを飲まされている患者と会うと気の毒に感じる。

家族は心配だからやってしまうのだろう。だけど患者はあなたの心配を解消するための存在ではない。

宗教の勧誘もたくさん押し寄せてくる。どこの宗教も断るとだいたい「地獄に落ちるよ」「だから病気になったんだよ」という捨てぜりふを吐いてくる。口が山のようにたくさん押し寄せる。特に遠慮とデリカシーがなくなった関係性になると顕著だ。年上の親族や先輩ほど口を出してくる。親は最たるものだ。我が子だから自分の好き勝手にできると思うのだろう。

ぼくは病気をきっかけに親と縁を切った。がんであることを伝えてから一度も会っていない。死ぬまで会うつもりはない。冷たいかなあなんて思ったけど、いまの生活を振り返り、他の患者と家族のトラブルを見聞きすると、親と縁を切ったのは正解であったと判断している。

### ③がんで失われる3つの柱

がんになると絶望感と孤独感で死にたくなる。身体的な痛みがあればなおさらだ。ぼくもがんになった直後に自殺を考えた。健康なときに狩猟をしていたので自宅に散弾銃と実弾があった。山に行くと狩猟中の事故を装い猟銃で自殺すれば、ハンター保険から3千万円が家族に支給される。

治療をしても治らない病気だし、眠れないほどの痛みもあった。損得勘定で考えたら自殺した方がどう控えめに考えても得だ。ちいさい息子に父親の記憶が残らないうちにいなくなった方がとも考えた。

それでも死なずにこうやって記事を書いている。死ななかった明確な理由はわからない。だけど確実に言えるのは自殺しなくてよかったということだ。がん患者として生まれたわけでも生きてきたわけでもない。がんは人生に大きな変化をもたらしたけど、人生の全てではない。

自殺を考える状態から現在までうまく回復ができたのは、3つの柱があったからだと思う。

1つ目の柱は身体的な痛みや苦しさを可能な限り取り除くことだ。誰だってタンスの角に小指をぶつけたら、冷静に物事を考えられなくなる。これは医療の力にかかっている。

2つ目の柱はなんでもいいから継続して得られる収入の確保だ。もちろん高収入じゃなくていい。仕事ができる人は仕事をした方がいい。

3つ目の柱は自分が役に立っているという実感だ。「ありがとう」を継続して確保する。感謝の言葉はお金と似ている。収入がないと支出しにくくなる。ぼくは入院中に手品を勉強して、病棟にいる退屈そうな子どもに披露して喜ばせていた。家事も変わらず分担を継続した。

がんになると、この3つの柱が失われる。医療現場でなんとかできるのは1つ目の柱だけだ。2つ目の柱は役所やハローワークで相談すればいい。大変なのは3つ目の柱だ。自分でなんとかするしかない。

「なんにもせずにゆっくりする」というのはおすすしめない。がんになると「やっていたことができなくなる」ことがよくある。だから「やってなかったことができるようになる」ぐらいの気持ちも必要だ。

がん患者になって散々言われて嫌いになった「頑張れ」という言葉だけど、3つ目の柱だけ頑張ろう。手品はおすすめだ。