

# 再出発

||| 惹年性乳癌と共に |||

山野  
かおり

青山ライフ出版

表紙イラスト  
山野 かおり

---

装幀  
溝上 なおこ

## 読んでくださる方へ

二〇一〇年十二月九日（木）

私はきつと幸せだと思う。そこそこ、友だちがいて、毎日を楽ししく生きている。できないことも多いけど、できることもあり、趣味も多い。前向きに生きることが出来る。健康でも、それができない人よりも、ずっと幸せかもしれない。

三十三歳でステージⅡBの乳癌を告知されてから二年が経った時に、私は日記にこう書いている。しかし、こんなことが言えるまで、たくさんのことを乗り越えなければならなかった。

癌を告知される人の多くは、最初に「死」という言葉が頭に浮かぶ。私もそうだった。しかも、私の癌は初期ではなく、四センチ近くもあったしこりの他に、癌細胞が乳房全体に散らばっていて、リンパ節にもかなりの転移があった。

今までドラマの世界だと思っていた、髪の毛が抜けるような抗癌剤治療や、全摘手術を受け、今もホルモン剤治療を続けている。

私は決してよい人間ではない。思いやりに欠け、自分勝手な行動をする。それなのに、病気を告知されてから、家族や親戚だけではなく、想像もしていなかったほど、たくさんの友人や職場の上司や同僚に、いろいろな形で支えてもらい、助けてもらった。今でも、友人にもらった手作りのお守りや、手紙を見ると涙が出る。

それなのに、周りの人が健康だというだけで、羨ましくて、私のことなんてわかるわけがないと思った。周りの人の、一つひとつの発言に傷つき、自分だけが別世界にいるような気がして、孤独を感じた。健康な人の世界が幸せすぎて、まぶしすぎて、ついていけなかった。

癌という病気が辛いのは、過酷な治療を受けている時だけではない。

治療が一段落すると、周りは病気が「治った」と思いがちだが、本人にとってはむしろこの時期が辛い。再発への強烈な不安、手術や薬による体の変化や、健康でなくなったことへの戸惑いだけではない。命に関わる病気があるという理由だけで、社会の様々な制度から排除されることに気づき、どんなにがんばっても、生活は元に戻ることはない現実を、容赦なく突きつけられる時期でもある。

この本を書く決心をしたのはこの時期である。目的は二つだった。

一つは、自分の経験が、同じ立場の人、特に、同年代の若年性乳癌の患者のために、少しでも役に立てば嬉しいという思いだった。私自身、同じ病気の人の体験を知ること、一人ではないことがわかり、大変助かったのだ。

もう一つは、自分の経験をまとめることで、気持ちを整理し、病気を乗り越えることだった。

一年以上をかけて、毎朝、仕事に行く前の十五分から三十分程度、記憶や日記を頼りに、文章をまとめた。できる限り、きれいなことではなく、時には醜い現実も、隠さずに書くように努力した。日記の内容は、誤字脱字の修正や、どうしても公開できない一部のプライベートの部分を除き、全てそのまま記している。周りの人に助かったことはもちろん、傷ついたことも、ありのままに書いている。

病人は、何気ない、日常的な会話にも傷つくことが多い。これは避けられないことなので、けっして誰かを責めるつもりはない。どうか、病人の我が儘だと、お許しください。

また、文章を書くのは決して得意ではないので、読みづらいところもあると思うが、どうか、我慢してください。

再出発  
—若年性乳癌と共に—



目次

第一章 まさかの癌告知 ..... 11

夢 ..... 13

右胸にしこりが ..... 13

乳腺外来へ ..... 17

結果待ち ..... 21

告知 ..... 22

第二章 お別れ ..... 29

癌患者の世界 ..... 31

治療の準備 ..... 34

セカンド・オピニオン ..... 38

引越し ..... 39

治療開始の前夜 ..... 40

恐ろしい抗癌剤 ..... 43

第三章 試練 ..... 49

入院 ..... 50

さよなら髪の毛 ..... 55

終わりが見えない抗癌剤治療	60
辛い治療の日々	63
さらに抗癌剤	66
休職	70

第四章 生きること、死ぬこと

タキソールの副作用	75
休職中の生活	78
元気	82
余命一ヶ月の花嫁	86
なぜ癌に	87
不安と落ち込み	89
最後のタキソール点滴	91
そして手術	93

第五章 楽しい入院生活

手術	102
傷との対面	107

第六章 不安と戸惑い

リハビリと外出	109
病室の文化	112
退院	115
新たな不安	119
戻るもの、戻らないもの	120
復帰の準備	122
復帰	127
温泉デビュー	130
ホルモン剤の副作用	132
必死についてゆく	133
生命保険と年金	136
仕事の悩み	138
一人で死について考える	141
結婚のこと	144
告知から一年	146
地毛デビュー	148

肋骨の痛み ..... 153

第七章 新たな出発 ..... 159

元日 ..... 160

再発の危機を超えて ..... 162

日々を生きてゆく ..... 170

二月 ..... 170

三月 ..... 173

四月 ..... 176

五月 ..... 181

六月 ..... 184

七月 ..... 189

八月 ..... 191

九月 ..... 194

新たな出発 ..... 196

後書き ..... 199

出版にあたって ..... 203



## 第一章 まさかの癌告知

私は本を読むのが好きである。月に何度かは近所の図書館に足を運び、小説や興味のあるテーマの本を借りて、片道四十分ほどの通勤電車で、それを読む。しかし、文学の知識はほとんどない。読んでいる本の題名や著者も、読んでいる時でさえ、ほとんど覚えていない。

私は絵を描くのが好きである。二十色ほどの色鉛筆で、A3サイズの、大きな画用紙を濃い色で埋め尽くす。テーマは、そのほとんどが自然である。色は青、緑、黄色のはっきりした色が中心だ。しかし、画家に関する知識はほとんどない。一枚の絵を見るのは好きだが、美術館は退屈だと思う人間である。

私はシンプルな生活が好きだが、美術館は退屈だと思う人間である。一昔前のような生活をしている。築四十年ぐらいの、十三坪ほどの平屋で暮らし、小さな畑で野菜を作っている。この生活に満足している。ちなみに、私はまだ三十代前半で、職業はSEである。SEとはシステム・エンジニアのことで、コンピュータ関係の仕事をする人だ。

私は宇宙に魅せられている人間である。宇宙の偉大さ、星のこと、うん億年前のことを想像することが好だ。星までの距離を測るような、物理学的なことも、楽しいと思う人間である。それなのに、宇宙について特に本を読むわけでも、何かを調べるわけでもなく、特に知識があるわけでもない。

手で物を作るのが好きだが、面倒くさがりでもある。単調な細かい作業を何時間も続けられるが、雑で飽きっぽいところ

るもある。私はこういう矛盾だらけで、周りを見ないで生きている、いい加減とも言える人間だ。特にこれという才能もなく、だからといって何もできないほどでもない。

その私は、食事が野菜中心で、動くのが好きで、仕事が許す限り、早寝早起きで、一般の「現代人」よりも遙かに健康的な生活を送っているにもかかわらず、三十三歳で乳癌になった。いや、なったのはおそらくその何年も前のことだが、気がついたのが三十三歳の時だった。家族には乳癌だけではなく、他の癌の人もいないので、遺伝が原因でもなさそうだ。

最初、乳癌を告知された時には、頭の中で「死」という文字が大きく広がった。今まで生きてきた人生、作り上げた何もかもが、その場で崩れたような気がした。

抗癌剤治療を受けた。風邪をひいても、頭痛がしても、ほとんど薬を飲むことがなかった私は、抗癌剤の中でも、最もきつい薬を、点滴で体に投入しなければならなかった。髪の毛も、体毛も、全て抜けてしまつて、嘔吐や食欲不振、体の痛みなどに耐えなければならなかった。

手術を受けて、乳房を一つ丸ごと切断してしまった。脇の下のリンパ節も切除した。

私の癌は早期発見ではなかった。

それでも生きていて、元気である。知らない人は私が癌であることに、気づくはずもない。

私は生命保険の対象外である。加入できる医療保険もない。ちょっとした痛みで再発を恐れ、いつ何があってもおかしくない生活を送っている。それでも、生きている。

私のように、三十三歳まで元気で暮らすことなく、幼い時から大変な病気や障害、または貧困や戦争に耐えてきた人を、若くして、死を考えざるを得ない状況に置かれた全ての人を、心から尊敬している。

## 夢

癌が全身に転移し、余命三ヶ月。十二月の寒い日であった。私は三ヶ月の余命を告げられ、春まで生きられないことを知った。

とても息苦しかった。胸が黒い影に圧迫され、息ができないほどだった。

私は死ぬのだ。

死ぬことは少しも怖くない。寝つく時と同じように、気づかないうちに、意識が遠退いていって、何もなくなってしまう。それが死だと思っていた。恐れるものではない。でも、自分の死期を知っていることは残酷だった。

朝方に目が覚めた。そして全てが夢だったことを知った。でも、夢の中の恐怖感があまりにもリアルで、あまりにも悲しく、あまりにも苦しくて、ずっと忘れることができなかった。それでも、まさか、その一年後、本当に癌になるとは思ってもみなかった。

### 右胸にしこりが……

母に、時々、乳癌の自己検診をした方がいいと言われていたが、何を探せばいいのかわからなかった。乳房はいつもごりごりしていたので、その中にしこりを見つけることは不可能だと思っていた。

しかし、ある日、お風呂で体を洗っている時に、明らかに前になかった、硬いものが、右乳房の中にできていることに気づいた。もちろん、気になっていたし、すぐに乳癌の文字が頭に浮かんだが、それが本当に癌かもしれないことを、ま

だ現実的に考えていたわけではなかった。

私はお風呂を出て、家にあつた分厚い家庭医学辞典で、乳癌の特徴を調べてみた。石のように硬く、痛みがないこと（癌でも痛みがある場合もあるが、ある程度の大きさになるまで、痛みがないことが多い）は、当てはまるような気がしたが、しこりの八割の原因は、乳腺の腫れなどの良性なものだと書いてあつたので、まずは一ヶ月ぐらいの様子を見ることにした。しこりのことは誰にも話さないで、自分でもほとんど忘れたまま、九月が過ぎて、十月に入った。

そして、十月の終わりの、心地のよい秋日和の日曜日の夕方に、ふとしこりのことを思い出し、前にあつた場所に指を当ててみた。そこにはまだしこりがあつた。大きさは前と変わらなかつたし、相変わらず硬くて、痛みがなかつた。しこりの大きさが一ヶ月の間、全く変わらないのは気になつたが、病院で検診を受けに行く決心をしたのはあくまでも、「大丈夫だよ。乳腺が少し腫れているだけで、異常ありません」と言われるためであつた。乳癌は親の世代になる病気で、まさか、私になるなんて、考えてもみなかつた。

私は母に電話をかけて、しこりのことを話した。母は大した心配もせず、超音波検査をしてくれる産婦人科を紹介してくれた。母もまた、乳癌だとは思つていなかつたようだ。

次の土曜日、おそらく、二十五日だつたと思うが、（この日はまだ、告知の日や抗癌剤治療開始の日のように、日にちがはっきり記憶に刻まれているわけではない）、私は産婦人科に行った。母も別の用事で、一緒に行くことになつた。

最初に渡された問診表の「乳癌検査」に○をした。とても不思議な気持ちだつた。だって、乳癌なんて、私と関係あるはずもない。

しばらく待合室で待つていたが、診察までの待ち時間が二時間以上もあるとのことだつたので、母と近くの公園で少し散歩することにした。

心地のよい、十月の晴天の下で、紅葉し始めた木の間の細い道をゆつくりと歩きながら、

「ほら、ここだよ」

と母にしこりを確認してもらった。

「本当だ」

母の言葉で、しこりは私の勘違いではないことがわかり、その存在は確かなものとなった。

産婦人科に戻って、しばらく経ってから、名前が呼ばれたので、診察室に入った。五十代前半の女性の先生に、診察用の硬いベッドに横になるように言われた。

「ちょっと冷たいですよ」

先生は、どろっとしたゼリーのようなものを胸に塗ってから、超音波の機械で右乳房と、左乳房を順番に調べ始めた。ベッドの横の画面に、黒っぽい穴のようなものが映っているのを見て、しこりって、こんな風に見えるんだなと思ったのを覚えている。

「あとで説明しますね」

先生その言葉に、真剣な響きが含まれているように感じ、現実には、私が思っているよりも深刻かもしれないと、その時にふと思った。

検査が終わってから、先生は何枚かの白黒の写真を手にも、説明してくれた。

「胸の中に、嚢胞のうほうと呼ばれる、水ぶくれのようなものがたくさんできています。これは若い人によく見られるので、特に問題ありません。嚢胞は、境界線がはっきりしている特徴があるから、癌と見分けることができます。でも、右乳房のしこりの境界線は、ぼやっとしているので、気になります。一刻も早く、大きい病院で調べてください。紹介状を書きますから」

一刻も早く。これは命が危ないかもしれないということ？一瞬、恐ろしい考えが頭を横切った。

私は待合室に戻り、受付で、地方の総合病院に、検査の予約を入れてもらった。この時初めて、乳癌治療は外科でする