

不安や心配のコントロール 乳がん患者のインタビューから

田中文恵

1、研究目的

乳房を切除した乳がん患者は、例えば、車椅子使用者などのように一見してそのことが周囲に知られることはない。しかし乳がん患者の多くは、手術後の日常生活において重い荷物が持てないであるとか腕が上がらないなどの問題を抱えている。そして、そのような場面に遭遇した時、意図せざる形で病気のことを周囲に知られてしまうという事態が起こり得るのではないだろうか。他人に絶対知られたくないと考える人や、知られても気にしないと考える人、様々ではあると思うが、そこには何かしらの不安や心配が伴うように思われる。その不安や心配を自己の中で何とかコントロールしながら日々の生活を送っているのではないだろうか。そのコントロールとはどのようなものであるのか、またどのように行われているのか明らかにしたい。

2、調査概要

乳がん患者会（あけぼの会N支部）のメンバーである松本さん（仮名）に研究目的を伝え、了解を得て松本さん本人にインタビューを行った。また、あけぼの会N支部が月1回行っている相談会にも参加し、参与観察を行った。インタビューは2003年12月24日T県K町にあるM喫茶店にて15時30分から約1時間程行った。相談会は、2004年1月10日に参加させていただいた。

なお、松本さんの略歴は下記の通りである。

- ・年齢 52歳
- ・手術時期 昭和61年3月（術後18年経過）
- ・職業 小学校教諭

3、インタビュー結果

なお〔 〕内は筆者による補いである。

(a) - 1 病気のことを同僚の方などに公表していますか？

みんな知っとるよ。別に知らん人もおるかもしれんけどね、いるかもしれんけども、色々〔病気についての〕話は、病弱だからね、とか言って（笑い）冗談やけどね、病弱だからねよろしくねとか言ってね、であのー、重い物は持てないわよとかね、ま、あの、うん、〔そう〕言ってもま、持つのよ、重い物はもう16年たってもなんぼでも同じようにせなね。担任もってたら子どもの前で、先生持てないからって言えんからね、ほれもあるし、もう同じように、どの人も同じようにするけど、ま、冗談で同僚なんかにはね、私は病弱だから頼むはね、とかね（笑い）無理なことさせないでねって、仕事へしてねとか言ってね（笑い）。そういうふう言ってるんやけどま、あ、ほなから別に隠すことはない。

(a) - 2 病気のことを知っている方に対しては「重い荷物持てないよ」とか話してあ

るのですね？

あの、いつ[学校を]休むかは知れないよとか(笑い)いつ私、再発になって休むかは知れないよとか、ほんな冗談でね、みんな受け流してる。それだけ、まゝ私は元気だということなんよね。元気だから言えるってということやけど、ほんとに自分がどっか、[再発の恐れ]が、あったらそういうことは言えないと思う。

(a) - 3 乳がんを患って最初の頃、不安はありましたか？

そらあるねー。ほら3年というぐらいはね、もう自分のことで、もう必死やね。

(a) - 4 現在不安はありますか？

は、もうね、ないと言えるけども、でもまた、どこに何がでるかわからんでね。やけんかえってずっと、ずーっと検診を受けて心配しとんやけどね。

(a) - 5 乳ガンを患って最初の頃、例えば重い荷物を持たなければならない状況になった時、病気のことを知らない方に対してどのように対応しましたか？

やっぱし[病気のことを]言わなかったらね、まゝはい学年の人なんかにはね言っとかなかつたら、例えば5年間は病院へやっぱし薬もらいに行かなあかんでしょ？そしたら、やっぱしお休みしてね、まゝ私の場合は先生が配慮してくださってお昼休みにね、あの、その言ってね、N大やけどね、N大へ行ってお昼休み行って給食だけやめて、帰ってくるという、そういうなかたちをとってくださってね、看護婦さんとかがね、みなしてくださって、この時間だけに行ってもよかったんやけど、やっぱし学校抜けるでしょ。だからまゝ、校長とかそれだけに言うだけでなくてね、在学教員にもやっぱしみてもらわないかんからね、休み時間は。

やっぱし最初は話しておいたけどね。ほなけど、別にほのやっぱし、深刻には話したらね、や、心は深刻やけどね(笑い)みんなやっぱしね、心は深刻だけど、そういうふうに話したら受け取った方がね、今度は深刻になってしまっただけ、だから、だからまゝ、話は一応ね、しよったんじゃけどやっぱし今の言えるようなかたちとはまた違うね。その時はほんとにあの、ね、検診に行くんだけど、検診する時に行ってお薬もらうんだけども、「はあよかった」っていうふうにな、うん、あのうん、保証書もろたみたいだね(笑い)感じね。そういう保証書もらったような気持ちで、はあよかったーと思って、帰ってくるんよね、行く前はやっぱしね。ほんなんで何年もずーっとね。

(そうやって前向きに考えられるのは素晴らしいことですねという筆者の発言に対して)いや、そうせなんだらね、やっぱし子どもたちの前とかねやっぱし、やっぱしそれはね、あのーやっぱし自分のことを出すというのはね、やっぱし子どもたちに動揺させるしね。保護者にまず、保護者が動揺してしまうけんね。

(教え子はそういった意味で、支えになっているのですか？との問に)いや子どもたちは知らんと思うんですよ。それは子どもたちには知らん。

(子どもたちがいるから頑張れるという-)そうやね。それはあったね。それはあったと思うね。私の場合はね。だいたい元が元気なんよ私は(笑い)だからね、風邪

ひとつひいたことないものがね、それなのに病院に行くとなったらね、みなが「何で？」と思うわね（笑い）急に。元気だったからね、やっぱしね。元気だからこうなったんかなっていうね。省みずにね、突っ走ってしもうたからかな（笑い）思った理ね。無茶苦茶ね。

(b) - 1 病気のことを知られないように・気付かれぬように注意していたことはありますか？

別に気付かれたく...そんなことはなかったね。そんなに、気付かれぬようにっていうそういう方はいないもんね。気付かれてどうっていう。その頃はもうあけぼの会してたしね。2年目からもうねあけぼの会作とったしね、支部ができたしね。気付かれたくないや言うてもみんなねー、やっぱし、うん、話をずっとしていくね。ほれからまゝ近所にしてもなんにしても別にね、お見舞いやきてくれとったしね、知っとるしね。知らん人って別におらんだかなあ。わざわざそんなに私は何々ですやいうて言わなくたってね。

ま、保護者にはまゝ気を付けとったんやけどね。初めの頃はね、保護者にはやっぱし[学校を]休んだら、これからずっと休むんかなって思われてはいけないっていうので、自分のことはやっぱし伏せとったね。病院に行ってまゝ、そういう病気だっていうね。けど今となったらもうみな親にもねえ、まゝ仕事が、学校がもう長いことなったりね、今年3年目やけどもう親にも言ったりね、気を付けなよとか、あなたたちの頃、私なったんよっていうんでね。全員には言わなくてもね、うん、あの、うんと、こやっぱせいぜい、「うち何やら心配なことがある」とかね「ちょっと病気がちで」って言うたら、「どしたーん」とか言うてね、「あっ、気いつけないかんわよ」言うてね、35歳ぐらいは危ないよとかね、私がそうよとか言うて、そういうなね、子どもたちにもやっぱしね、家族のは、食事大事にせなあかんのよとかね、そういうことが言えるようにね。言えるんよね。わざわざ私はねーやいうて言わなくてもやっぱし食生活って大事よっていうことをね。保護者会なんかでもね、ぱっとこうできるんよね、ほんでふっときたら、そうなん私こんなんってねとかいって言えるんよね。

ほなからそれっていうのはやっぱし16年も7年も経ったから言えることであって、無理にほなから今言いたくないっていう人がいるでしょ？言いたくないって言う人に無理に言いなさいとは言わんのよね。自然とこやっぱし時が別に自然と自分が言ってもいい、別にね...ほんとに1年2年のうちは、こや、なんかこや人が自分の方を見ているようなそういうふうな気持ちになるんよね。んで、あけぼの会の名簿に載っても誰も見ていないのになんとなく、私の名前を乳がんですってみんなに公表したしまったっていう気持ちになってしまふんよね。だから名簿には載せないでとかいう方もいるんよね。誰も見てないし、そんなに気にもしてない、今となったらね。そう思うんよね。誰もあんたのこと見てないよ、そんなにね。でもその頃は自分が悲劇のヒロインになったようなつもりでね、そうなってしまふんよね。だから、そういうに無理にやっぱし人に言わないかんとか、もっと強うになってとかね言わなくても、自然とやっぱし時がね、時が自分がいるんな経験をして、やっぱし再発かもしれないって苦しんで、違うかったっていうとかそういうことを何回も何回も乗り越えてきて初めて

ね、だんだんと自然と自分から言えるようになって、あんなことあったんよとかこのように言えるようになってくるんよね。

(b) - 2 あけぼの会N支部に関わってきたことで考え方が変わってきたりしたのですか？

最初の1年間でいうのはね、真っ暗なトンネルの中でね光が見えないね、それこそお椀の淵にたたさされているようなね、そういうな絶壁に立っているように右も左もちょっと目を離したら落ちてしまうんじゃないかっていうね。不安なままで1年間過ぎていくんよね。だから病院行ってどうしてもこう先生も忙しくてそんなに話も聞いてもらえない、家帰ったって誰も自分の病気のことでそれが…悩んでないっていうか、悩んでるけど同情的な「いけるか、いけるか」っていう、腫れ物触るようにこう、家族なんかも扱うもんね。そういうふうに自分がどうしていいかっていう、前が見えないままずっとこういくけんね、それであの、やっぱり友の会っていうのを探したんよね。んで、S先生にね、「こんながあるよ」というて本を、友の会の会 [聞き取れなかった] を頂いたんです。それ見たら落ち込んでね。やっぱり本当の病気のことをずっと書いてあるでしょ。再発された方の手記とかね、もう本当に壮絶、凄いことをね。ただ、まだ手術して真っ暗で何も見えないというにしても、不安な状態であるんやけど、そこまで深いものであるということは自分まだ知らんのよね。死期っていうものがないわけやから。死って、死ぬかもしれないというのも思っていながらそこまで深いものははっきり見えないんよね。それがやっぱりすごく大変な病気であるっていう、手術して治った、大丈夫だよって先生が言ってくれたとしても、そんなはずがないとは思いながらもやっぱりはっきりしたのを見てしまうんよね。そこでもうすごく落ち込んでしまって。

だけでももう落ち込んだらもう立ち上がるしかないよね(笑い) 頑張るしかないよね。それでもう、その会にもう飛び込んで入って、それであのやっぱり主治医の先生がね、と一緒に[会を]作ろうっていうし、東京からね[あけぼの会会長の]ワット隆子を呼んでもらって、来てもらって、それで支部ができたんです。やけん、あの、こんなにたくさん[乳がん患者が]いるんだなと思った、N県にもね。それまでは、あの5人だった徳島の支部っていうのは、あけぼの会。先生がいうにもN県の人はいらんのかなって、そういうな会にまったくね。たくさんおるんやけど入らんのやって。やから、ほんと5人ぐらいでね。だけどその5人の人とおうた[会った]時は嬉しかったね、やっぱり。やっぱり同じ病気っていうのはね、なんか全然知らない南の方から西の方からいっぱい[乳がん患者が]おるんね。5人が会ったんね、もう覚えとるね。すごくこうなんか、姉妹っていうかね。もう昔から知っているね、友だちっていうか、ほんとにねあの、心許せるっていう、家族でもないね、何も無いものね、お医者さんにもないね、(聞き取れなかった)っていうね。ほんとにズーっと話しをしたっていうのを覚えとるね。それからだんだん広がって行っていったんです。だからその中でやっぱり、そういうふうにほっとしてね、[そういう]方もおいでるしね、入ってよかったーっていうね。んで、まあ元気になったら、もうやめてね、もうやめていかれるんです。もう元気になったらもう大丈夫ですよいうて、ほいたらまた新し

い方が入ってくるっていうね。やけん、まあ、その中でやっぱし古い人もおらなね、新しい人ばっかしだったらね、こなん3年ぐらいでみなおらんのかなあ、やいうたいかんけんね。そんなんでね、まあ長い[間]おいでる方もおるんやけどね、だいたいまあ、あの10年ぐらいしたらもうね、「元気になったー」言うてね、それぞれ。まあ、ずうっと、ほやけど付き合いはしよるんやけどね。連絡来たりずうっと。何となく「懐かしいなあ」や言うてね。だからやっぱ会っていうのはそうね、私にとってはやっぱし、こう、元気になったからっていうて、やめるわけにはいかんというかね、もうほんとのこう、なんていうか、道を教えてもらったっていうかね、住むっていうかね、ほんともうどうしても支えかな。朝顔の支柱みたいなもんやな。

(松本さんの生き方考え方においてあけぼの会は大きな要因であるんですね、という筆者の発言に対して)うん、それもあけぼの、やっぱし、病気をしたっていうことかな、ほなけど。ほんとに病気をしたっていうことは、もう命がないかも知れんていうことは、全く違うんよね。見方が変わってくるんよね、人生として、人生がね。ほんとそんなことどうでもいいわ、と思えるようになる。ほんとに失ったものばっかし[思っ]くよくよするよりか、ほんとに得るものがたくさんあるんだっていう。この病気をしたおかげでね、そういうふうに、やっぱし考えるようになった。それでまあ、あけぼの会って、また友だちともね、やっぱしいるんな、ほんと病気がなかったらそういう関係っていうのは作れなかったし。生活もまた無茶無茶なままね、ほんと周りを見ないで突っ走るようなね、そういうふうなんを長年続けてきたら、きっと今頃私は違う病気で倒れてたかもしれん。これはね(笑い)やっぱし病気をしたおかげ...多分やっぱし[失ったものばかりでなく得るものがたくさんあったと]考えれるっていう。またいるんな本も読むこともできたし、ほんと人とも知り合うこともできたっていうね、やっぱし失ったものよりか得たものをやっぱし考えるようになった。

4、まとめ

松本さんへのインタビューで非常に興味深いと感じたのは、同僚への対応に関する点である。(a) - 1や(a) - 2で見られるように、松本さんは病気やがんの再発のことを冗談を交えて同僚に話している。しかし、(a) - 3、(a) - 4にあるように、内面ではそのことを不安に感じているのがわかる。そして、(a) - 5で、「心では病気を深刻に思っているが、同僚に話す時自身が深刻に話す相手も深刻に受け取ってしまうので」冗談を交える、というように語っている。ここで、不安や心配に対してコントロールが行われているのではないかと考えられる。生死にかかわる大病を患い、深刻であっても全くおかしくない状態であるにもかかわらず、自分の気持ちを抑えてまで同僚に対して気遣っていることがわかる。これは、深刻な状態を冗談を交えて表すことにより「自分が患っている病気は大したものではない」と相手に思わせ、慮ってもらう程度をコントロールしていると思われる。そして、病気であるということを冗談を交え自ら先取りの話すことで、病気のことが意図せざるかたちで周囲に知られないようにコントロールが行われているのではないだろうか。このように、自己コントロールを行うことにより病気や再発に対する恐怖を少しでも和らげようとしているように思われる。

また、病気を患ったことを否定的に捉えるのではなく「病気をしたおかげ」という言葉を用いて、非常に前向きに考えていることが(b) - 2後半から見てとれる。これは、病気に対する不安や恐怖といったマイナスの価値観を、肯定的に捉えることによってプラスの価値観に置き換えようとしているのではないだろうか。(b) - 1、(b) - 2に見られるような松本さん自身の明るい前向きな生き方にも由来するところはあると思われるが、その生き方にそくした自己コントロールが行われていると考える。