

## 第7回 J-SUPPORT 研究成果報告会レポート 【体験談】

### 体験談：心に寄り添うチーム医療

#### 清水 敏明(Japan for LIVESTRONG)

がん患者の QOL 向上を目指している J-SUPPORT が主催する第7回研究成果報告会「患者・市民とともにあゆむ J-SUPPORT～支持・緩和・心のケア開発を目指して～」が、2025年11月19日(水)に完全WEB開催にて行われた。今回の発表は、「頭頸部がん患者さんの手術後の回復の質を高めるために」。頭頸部がんは、腫瘍を切除したうえで組織移植を伴う手術を行うことが多く、患者さんにとっては負担が大きい。まずは、患者さんの立場から、舌がん・下顎骨転移の手術・治療体験をお話しいただいた。働き盛りに罹患したご本人の“パーシエントジャーニー”は、参加者の心に響く内容であった。



#### 清水敏明さん（Japan for LIVESTRONG）

清水敏明さんは、横浜市生まれで現在59歳。妻と3人のお子さんがいる。舌がんと診断されたのは45歳、お子さんたちは14歳、12歳、10歳だった。きっかけは、「舌に少し痛みを感じた」こと。しかし、当時は仕事が忙しくてすぐに病院には行けず、いよいよ「食べることもつらくなってきた」ため、口腔外科のある歯科医院を受診したところ、「すぐに大きい病院に行ってください」と言われたという。詳しい検査を行う前に「ほぼ、がん間違いありません」と告げられ、ショックで動けなくなってしまったそうだ。

舌がんは首のリンパ節に転移しやすい。CT画像では異常が確認できなかったが、念のためセンチネルリンパ節生検（最初に転移しやすいリンパ節を特定して切除し、がん転移の有無を調べる検査）を行うと3カ所に転移が見つかった。清水さんは、頸部郭清術とリンパ節転移した部分を切除し、放射線治療と抗がん剤治療を行うことになった。「放射線治療の回数を重ねるごとに飲み込むことがきつく、食も細くなりました」と清水さん。最後は食べることもできなくなってしまったそうだ。

こうして大変な治療を終え、経過観察1年後、再発が発覚する。2度目の手術は、右顎骨を切除して金属プレートに置き換えるという大手術で、19時間にも及んだ。3日間ICUに入室し、首の固定により初めてのせん妄（脱水、感染、貧血、薬物など、からだに何らかの負担がかかったときに生ずる脳の機能の乱れ）も体験したという。

清水さんが、がんと診断されてから手術、治療、再発というつらい体験を乗り越えられたのは、「多くのスタッフに助けられたから」と語る。

支えてくださったスタッフの皆さま



さまざまな医療スタッフがチームとなり支えてくれた

### 1 精神科医によるカウンセリング効果

2 度目の手術は、大手術となり、後遺症も予測されることから、あらかじめ精神科医もチームに加わるようになった。

清水さんは、睡眠薬の処方などの治療以外に、「先生はベッド脇にパイプ椅子を広げて、何でもいいからお話してください、と30分たっぷり時間を取ってくれた」「家族には心配をかけてしまうので話しにくいことも、先生になら話せた」「今考えてみると、カウンセリングのような時間だったのかなと思います」と当時を振り返った。

### 2 管理栄養士による食指導

入院中は病院で栄養管理をしてもらったが、退院後は自宅で行わなければならない。「妻にも同席してもらって、いろいろアドバイスをいただいた」と清水さん。

おかゆやミキサー食は水分が多く、すぐに満腹になってしまううえ、抗がん剤治療の影響で食欲もわかず、カロリー不足に陥ってしまったという。そこで、食事の回数を増やすことや、カロリーの高い食品を選ぶことなど、「食べやすい調理法」と「カロリー不足への対策」に重点を置いたレクチャーを受けたそうだ。

### 3 作業療法士・言語聴覚士から自宅でできるリハビリ伝授

僧帽筋を動かす神経を合併切除したため、術後のリハビリを開始した清水さん。入院中は病院でリハビリを行えたが、退院した後も自宅で出来るようにと、作業療法士からリハビリプログラムと手製の器具をいただいたそうだ。

また、舌の奥の方まで切除したため、言語聴覚士から、嚥下のリハビリ、「力行」の発音を良くするリハビリについて具体的な指導を受けたという。「舌の圧力を強くするための器具『ペコぱんだ®』を今も毎日使っています」と清水さん。



舌圧トレーニング用具「ペコぱんだ®」

がんに罹患したとき、14歳、12歳、10歳だったお子さんたちは、現在みな社会人となった。当初、落ち込んでいた清水さん。看護師さんに「せめて子どもたちが社会人になるまでは……」と弱音を吐いたところ、「孫の顔を見るまでがんばりなさい!!」と叱咤激励されたそうだ。患者・家族の尽力はもちろんだが、医師はじめ様々な分野の医療スタッフとのかかわりによって病を乗り越えることができる、そう確信させてくれた体験談だった。

(文／ライター田中睦月)