一病息災

女優 生稲晃子（いくいなあきこ）さん 51

＊乳がん 1

1986年、アイドルグループ「おニャン子クラブ」に入り、芸能活動を始めた。グループ解散後は、女優や歌手としてテレビや舞台などで活躍。結婚して長女を出産し、仕事と育児に追われる日々を送っている。

がん検診は毎年のように受けていたが、2010年は忙しさから予約を入れ忘れた。知り合いの医師に勧められ、11年1月、人間ドックを受けた。

すると、「再検査」の通知が届いた。精密検査を受けると、右胸に小さながんが見つかった。医師から告知を受けたときは、「ドラマのワンシーンを撮影しているような感じでした」。自分のこととは思えず、涙も出なかった。

告知 ドラマ撮影のよう

当時、テレビ朝日の街歩き番組「ちい散歩」に出演していた。「がんの公表は、健康番組のイメージに合わない」。そう考えて公表しないことにした。

5歳だった娘には言うべきかどうか悩んだ。「この子なら理解してくれる」。直感的に思い、自宅のソファで話をした。

「ママのおっぱいの中に悪いものがあって、取らないとママは死んでしまうかもしれないんだよ」

娘は「ママが入院するのは嫌だ。死ぬのは嫌だ」と泣いた。だが、後になって話しておいてよかったなと実感した。「ちゃんと理解をして成長してくれていると思うことが、何度かありました」

医なび

摂食障害

因

生きるための営みである「食」への感覚が崩れ、極端に食べなかったり、食べ過ぎたりを繰り返す病気が「摂食障害」です。行き過ぎたダイエットといった誤解もありますが、ストレスが多く生きづらい社会を反

どんな症状？

摂食障害は、主に二つの症状に分けられます。

「神経性やせ症」は、かつては「拒食症」とも呼ばれました。わずかな体重の増加におびえるあまり食べることを拒んだり、下剤などを使ったりして異常にやせます。標準体重の65％未満になれば重症です。

心拍の乱れや低血圧、低体温などで全身が衰え、飢餓と

なぜ起きる？

含めて患者の1割前後が死に至るとの報告があります。

一方、「神経性過食症」は、大量の食べ物を一気に取る〝むちゃ食い〟をしては、吐き出したり、極端な運動や絶食などで埋め合わせようとしたりします。こちらも若い女性にみられます。見た目には変化がないことも多く、吐き出した胃酸で傷んだ歯がサインとなることがあります。

景があります。

やせ症は、食べるのを我慢して体重が減ることで自分を制御できていると感じられ、ストレスや心の傷を直視しなくて済むという気持ちから起こります。何事にもまじめな努力家ほど陥りやすいようです。

一方、過食症は、衝動的な暴食を通じて、嫌なことを忘れたり吐くこと自体に解放感を感じたりしたいという気持ちが発端となります。心身の不調や制御が利かない食べ方に苦痛を感じ、家計を極度に圧迫しながらも悪循環を断つ

はより高まります。全米大学体育協会の調査では、女性選手の約3分の1に発症の危険性があるとされます。

どう治すの？

すぐに効く治療法はなく、病状の回復を図りながら家族らを含めて生活や心理面のサポートにも取り組むことが大切です。

深刻なやせ症状は命に関わるので、入院して体重を増やすことを最優先します。太る

切除1年後 再発に衝撃

一病息災

＊乳がん 2

女優
生稲晃子 さん 51

2011年3月に見つかった右胸のがんは小さかった。5月、がんを切除する手術を受けた。

当時、テレビ朝日の街歩き番組「ちい散歩」に出演していた。がんのことは公表せず、手術を受けて退院した翌々日には、普段と変わらぬ元気な姿で収録に臨んだ。

「せっかくレギュラーで起用してくださっている。外見に変化があるわけでもなく、今まで通り、やれるところまでやってみようと思いました」

この年の7月には放射線治療も始まった。暑い中、1か月以上にわたり病院に通うのはつらかった。しかし、仕事に行くと、気持ちを切り替えられた。

「病気になると、孤独感や疎外感を持ってしまいがちです。仕事場でも家庭でも、自分の言葉や働きを待っていてくれる人がいて、必要とされていると思う気持ちが、病気に打ち勝つ薬になるのかなと思います」

仕事を続けていたからこそ、治療も頑張れた。

放射線治療が終わると、ホルモン治療を開始し、薬を飲み始めた。だが、12年、再び右胸にがんが見つかった。

「がんを取り、放射線も当てていたのに……」。体の中にあるがんのしつこさを知り、最初に告知を受けたときよりも気持ちが沈んだ。9月に再び、がんを切除する手術を受けることになった。

女優 **生稲晃子**さん 51

一病息災

＊乳がん 3

2012年9月、右胸にがんが再発していると告知され、すぐに切除する手術を受けた。ホルモン治療を続けたが、13年秋、三度（みたび）、がんが見つかった。

再発を繰り返し、「命のことも考えていかなければいけない状況にある」と感じた。主治医は右の乳房を全摘し、同時に再建する手術を提案した。

45年間、苦楽を共にしてきた体の一部を、自分が生きるために取り去らなければならない。右胸に対して申し訳ない気持ちでいっぱいになり、主治医の前で初めて泣いた。だが、「娘のために責任を持って生きていかなければ。死ぬわけにはいかない。ずっとそばにいてあげたい」。すぐに決断した。

娘思い 右胸全摘を決断

全摘手術を12月末に行うことが決まると、娘が銭湯に行きたがっていたことを思い出した。

「右胸がなくなったら、人前で裸になる勇気は持てないかもしれない」。手術の5日ほど前、手をつないで銭湯に出かけた。娘は広い風呂に入れてうれしそうで、その様子を見ているだけで楽しかった。「時間が止まってほしいという思いでした。楽しくもあり、悲しくもある思い出です」

手術前日に入院した。その日の夜、病室で一人、鏡に向かい、右胸にそっと触れた。

「ありがとう、さようなら」――。そう言って、別れを告げた。

医なび

悪化

形性膝関節症

国内の患者数が2000万人以上と推定される「変形性膝関節症」は、特に高齢の女性に多くみられる病気です。症状を完全に治せる薬はなく、悪化すると手術が必要になります。最近は関節の一部だけを人工関節に置き換える

て、痛んだり水がたまったりします。関節には生涯にわたって体重がかかるので、加齢で発症・悪化することが多いのですが、感染症やけがの後遺症として発症するケースもあります。40歳以上の男性の約4割、女性の約6割が患い、特にX脚やO脚の人はリスクが高いとされます。

初期は立ち上がったり、歩き始めたりする時だけ痛むのですが、次第に正座や階段の上り下りが難しくなります。さらに症状が進むと、安静時にも痛みが出始めます。最終的には、関節軟骨が大きくす

す。関節をスムーズに動かせるよう、ヒアルロン酸を注射することもあります。膝に温熱を当てる治療や、脚の筋肉を強化するリハビリもよく行われています。

とはいえ、こうした治療は症状の軽減を図る対症療法なので、軟骨の摩耗や膝の変形を根本的に治せるわけではありません。

症状が改善しなければ手術を検討することになります。膝関節を切除し、人工関節に置き換える手術が代表的ですが、長期の使用で傷めば、新品と交換するため再手術を受

「部分置換」に取り組む医療機関も出てきました。

手術時間が短い上、手術痕が小さく、回復も早いのが大きな利点です。ただし技術的に難しく、まだ一部の医療機関でしか行われていません。国内で1年間に行われる膝関節手術（約8万例）のうち、1割程度にとどまっているのが現状です。

最近になって、再生医療も登場しました。軟骨の細胞などに変化する「幹細胞」を患者の脂肪から取り出し、患部に注射して軟骨再生を促す方法などです。現在は安全性や

あります。

肥満気味の人は、膝の負担を減らすためにも、まずは減量が大切です。和式トイレでしゃがむのもあまり好ましくないため、洋式トイレの使用をお勧めします。

正座も避けたいところです。膝を冷やさず、温めて血行を良くするのも大事なこと。膝の負担が軽くなるよう、自分にできることを考えて取り組みましょう。

が大切」と言
ある時は逆効
要です。早め
確に把握しま
ように動けな
に入ってきま
生活を送るた
でください。

一病息災

＊乳がん 4

女優 生稲晃子 さん 51

闘病を公表 気持ち楽に

2013年12月、右胸を全摘し、同時に再建する手術を受けた。後で人工乳房を挿入するため、胸の皮膚を伸ばす器具を入れた。

ところが、11年に行った放射線治療によって皮膚がダメージを受け、伸びにくくなっていた。手術を受けてからしばらくは寝ても起きても、ズーンという鈍い痛みが続き、再建手術を受けたことを後悔したほどだった。

痛みよりもつらかったのは、がんを周囲に黙っていたことで生まれた罪悪感だった。「再発を繰り返し、再建手術も受けた経験を話せば、勇気を持ち、励みとしてくれる人がいるかもしれない」。治療が一段落したタイミングで、公表しようと考えた。15年10月に人工乳房を入れ、その際、雑誌の取材を受けた。

「話をして楽になり、自分を素直にさらけ出せるようになった気がしました」。周りからは「前よりも明るくなったね」と声をかけられた。今も治療薬を飲み続けるが、その後、再発はしていない。

闘病生活の支えになったのは、家族の存在だ。「自宅にいれば私が家事をやり、治療や仕事でいなければ夫がする。うちの中では、がんの話をすることもなく、普通に暮らせるよう、夫や娘が心がけてくれたことが生きる力になりました」

（文・利根川昌紀、写真・米田育広、次は作家の室井佑月さんです）